

便携式电扇终日不离手 冬天也要24小时对着吹

使用劣质化妆品惹的祸，医生妙手助她摆脱电扇



张女士每天24小时都要对着电扇吹。

经过2个多月治疗，张女士终于摆脱了依靠电风扇度日的痛苦。

这是杨建绒医生行医20多年来碰到的一个极罕见病例。长期使用含金属汞和激素化妆品的张女士，成为严重的脸部激素依赖性性皮炎患者：脸部潮红似紫绀，灼热似火烤，痛痒似蚁噬……为减轻痛苦，她不得不依靠便携式电风扇，走到哪带到哪。即便是去年冬天那么冷，她也得24小时对着脸吹，晚上睡觉也不敢关，否则很快又会因痒痛醒来。

张女士的初诊时间是2020年12月26日。杨建绒医生至今记忆深刻。那天，张女士吹着便携式电扇，出现在江北洪塘街道社区卫生服务中心的皮肤科候诊区，引来众多候诊者好奇的目光，杨医生也感觉奇怪，大冬天的，患者身穿羽绒服，头戴帽子，为何还要吹电扇？

刚一坐下，张女士就叫苦不迭：脸部灼热，又

痛又痒，只有用电风扇吹着，才稍微好受一些。

杨医生检查发现，张女士整张脸呈绛紫色，细看之下，脸上布满鲜红的血丝，有的地方已经脱皮……

张女士自述，她早已知道这是劣质化妆品惹的祸，但看过多家医院都收效甚微。据其介绍，几年前，她热衷于网购那些吹得很神的化妆品，刚开始感觉效果蛮好，脸色白净了很多，还红润有光。不料两年后，毛病出来了，脸上逐渐潮红发痒，更严重的是，脸部跟吸毒成瘾了一样，一旦停用化妆品，就会有烧、痛、痒的感觉，且逐渐加重。

到当地医院检查，医生说这是皮炎，可能因化妆品引起。张女士从此不敢再用化妆品，但烧灼感和痛痒越来越严重，晚上整夜整夜睡不着。无奈之下，她只好用电风扇降温，后来索性买了便携式电扇，小的不管用，买了个大号的，一天24小时都要吹着，否则睡着了也会因痒痛醒来。

经洪塘街道社区卫生服务中心皮肤科杨建绒医生诊断，张女士患的是严重的脸部激素依赖性性皮炎。根据其病情，杨医生制定了抗过敏、缩血管、消炎等治疗方案，同时要求她把电风扇换成冰毛巾进行物理降温。

刚开始，冰毛巾解决不了烧灼感，张女士还摆脱不了电风扇。如今两个多月过去，张女士的痛痒烧灼感明显好转，脸部血管扩张也好了很多，电风扇也终于停用了。

杨医生向记者解释说，化妆品里添加金属汞和激素，是很多无良商家的“秘诀”。毛细血管受刺激扩张，皮肤变得有光泽，看上去效果明显。可时间一长，不但皮肤对激素产生强烈的依赖性，而且毛细血管长时间扩张，就会出现烧灼感，导致激素依赖性性皮炎。

据介绍，像张女士这样的患者不但有增多趋势，还越来越年轻化。杨医生提醒，微信、抖音、小视频等网络工具，都为那些不合格的化妆品提供了流通的渠道，还有一些不规范的护肤结构，使用的化妆品质量也难以保证，容易导致类似皮肤病的发生，市民朋友一定要引起足够重视。

记者 程鑫 通讯员 岑文文 文/摄



睡眠专家禹海航 明天做客甬上名医大讲堂 聊聊关于睡眠那些事

在现今快节奏的生活模式下，睡眠已成为一大热门健康话题。3月21日是世界睡眠日，今年的主题是“规律睡眠，健康未来”。据《2020年中国睡眠质量报告》称，我国人均睡眠时长为6.92个小时，拥有深度睡眠的人群比例不到三分之一。

为此，甬上客户端将于3月18日上午10点推出甬上名医大讲堂第三期，邀请宁波市康宁医院副院长、著名睡眠专家禹海航在线直播，一起来聊聊关于睡眠的话题。

此次直播还设置了互动环节，如果您有关于睡眠健康方面的问题，可以进入甬上名医大讲堂直播间留言或提问。我们将在所有留言和提问中抽取10位幸运读者，送出10本由禹海航医生签名的书《轻松好睡眠》。

如果您对这一内容感兴趣，记得提前下载好甬上APP，明天上午10点准时打开，观看此次直播的全部内容。

相关链接

禹海航，宁波市康宁医院副院长，主任医师，中国心理卫生协会心身医学专委会委员，中国睡眠研究会睡眠心理专委会委员，睡眠障碍学科带头人，宁波市领军拔尖人才，医院同义512工程领航人才。

疫情期间，担任宁波市援鄂医疗队副领队、临时党委副书记的同时，兼任心理咨询师。先后获宁波市十佳科技追梦人、浙江省优秀共产党员和抗疫先进个人荣誉称号。

见习记者 任诗妤

世界睡眠日：褪黑素买一赠三 灵芝260元/斤起

3月21日是世界睡眠日，一本名为《为什么我们需要睡眠》的书籍在欧洲非常流行，作者是前哈佛医学院教授，现任伯克利大学心理学和神经科学教授——马修沃克，马修教授在书中写到：“很多重大致死疾病，几乎都跟睡眠有关。”



灵芝在一片绿油油的草地开伞

3月18日-3月21日，宁波晚报养生汇推出特惠活动：

汤臣倍健褪黑素60粒装，零售价108元，活动价78元，另外随机赠送三瓶30粒装维生素B和维生素C。

汤臣倍健是保健品知名品牌，该品经动物实验评价，具有改善睡眠的保健功能（见产品包装）。

渊健“野生”灵芝孢子粉是门店爆款，也有特价活动。产品执行中药饮片质量标准（药品GMP证：ZJ20180028），比保健品灵芝孢子粉质量检测更加严格。由于加工质量佳，渊健厂家2020年还先后被浙江省两家龙头药企看中，成为品牌灵芝孢子粉代工厂。

“野生”灵芝孢子粉与一般产品不同的是：渊健灵芝在深山野外栽培，不与农用地混杂，土地和水源交叉污染的风险大大降低。

为提高灵芝孢子粉产量，灵芝多大棚栽培。渊健灵芝早期完全暴露于野外，直到喷粉采收期才封闭大棚。沐浴着阳光雨露，呼吸着

新鲜空气，“野生”灵芝更具原生态。灵芝生长需要大量氧气，富氧环境下的“野生”灵芝孢子粉口感和有效成分跟大棚产品也有差异。

因此，渊健“野生”灵芝孢子粉在“中华灵芝之乡”龙泉众多品牌中能够脱颖而出，经常作为行业代表参展国内大型展会。

渊健“野生”灵芝孢子粉门店平时很少活动，3月18日-3月21日，渊健“野生”灵芝孢子粉买二赠一，另赠价值38元的灵芝丁两罐。

此外，野生灵芝85折优惠，整朵灵芝折后价260元/斤起。

吴昊

活动地址：海曙区永寿街6号
电话：87228361

