

虫咬皮炎夏季高发 医生支招科学防虫

■ 记者 戴余乐 万燕西 文/图



医生为市民诊疗。

夏季,是虫咬皮炎的高发季。近日,记者在乐山城区部分医院走访了解到,入夏以来,各大医院皮肤科虫咬皮炎日均就诊量明显增多,那些看似不起眼的皮肤瘙痒、小红疹,成为夏季困扰市民的“小毛病”。

如何科学处理、有效预防虫咬皮炎?为此,记者采访了乐山市人民医院皮肤科主治中医师周丽君,请她为市民拆解夏季防虫和被咬后科学处置的实用知识。

儿童最易“中招” 虫咬皮炎就诊量明显上升

走进市人民医院皮肤科候诊区,不少家长正带着孩子排队候诊,孩子手臂、小腿上分布着连片红色丘疹,忍不住反复抓挠,有的皮肤已经出现破损。

“从近期门诊统计来看,虫咬皮炎就诊量上涨很明显。”周丽君告诉记者,虫咬皮炎是昆虫叮咬后引发的皮肤炎症反应,叮咬痕

迹大多集中在四肢、腰腹等皮肤裸露部位。高发人群以儿童为主,这是因为儿童免疫系统尚在发育,面对昆虫唾液中的外来蛋白,更容易触发过敏反应。此外,有过敏性疾病家族史,或本身患有哮喘、过敏性鼻炎的人群,皮肤敏感度更高,同样属于虫咬皮炎的高发群体。

哪些虫伤害最大? 须警惕蜱虫和隐翅虫

夏季高温多雨,为蚊虫孳生提供了有利条件。周丽君介绍,最常见的当属蚊子,尤其是伊蚊,也就是大家常说的“花蚊子”。比蚊子更“厉害”的是蠓虫,俗称“小咬”。“蠓虫比蚊子小,能钻过纱窗,叮咬后红肿和瘙痒往往比蚊子更重、持续时间更长。”周丽君说。

但最容易被忽视且危险性更高的,当属蜱虫和隐翅虫。周丽君谈道,蜱虫叮咬后常无明显感觉,患者可能仅发现一个“黑点”。

它会释放麻醉物质和毒素,引发局部瘙痒、红肿、溃烂和发热,严重时可能导致淋巴结肿大、四肢麻木甚至死亡。

隐翅虫同样不可小觑。周丽君说,隐翅虫被称为“飞行的硫酸”,毒液pH值仅1至2,属强酸性。它不会主动蜇人,但若在皮肤上被拍死,毒液会腐蚀皮肤,出现条索状红斑、水疱或脓疱,伴灼痛感。市民一定要记住,看到隐翅虫落在身上,轻轻吹走,切勿拍打。

被叮咬后及时处理 切忌抓挠和乱涂

被蚊虫叮咬后该如何处理?周丽君介绍,刚被叮咬时,应优先用流动清水或肥皂水冲洗患处,中和昆虫残留的分泌物。冲洗完成后,用冷毛巾或包裹纱布的冰块冷敷一刻钟左右,收缩局部血管,缓解红肿发痒。居家常备的炉甘石洗剂可以温和止痒,红肿明显的情况下,可在医师指导下使用弱效糖皮质激素软膏。需要提醒的是,皮肤一旦出现破损,要避免酒精、风油精这类刺激性物品。

“最关键的是切忌抓挠。”周丽君提醒,抓挠会让肥大细胞释放更多组胺,越挠越痒,还会造成皮肤破损继发感染。针对高危毒

虫,如接触隐翅虫毒液后,需要延长肥皂水冲洗时间至15分钟;发现蜱虫附着皮肤,要用尖头镊子紧贴皮肤夹住虫头垂直拔出,切忌旋转拉扯导致口器残留皮下。

另外,如果叮咬处红肿加剧、皮温升高、疼痛或渗液,提示可能感染;若出现大面积水肿性红斑、水疱、糜烂,或发热、头痛、乏力、恶心、呕吐,甚至呼吸困难、胸闷、喉咙发紧,可能提示过敏性休克,需立即就医。皮疹范围广泛、瘙痒剧烈,影响日常生活的,以及蜱虫叮咬后无法完整取出或取出后出现发热、皮疹的,也应及时到医院接受专业处理。

“家门口”享受优质中医诊疗服务

请进来
赴乐山义诊
成都中医药大学专家团队



中医药集市现场。

本报讯(记者 戴余乐 文/图)近日,乐山市中医医院玉龙院区(新区)医教研综合楼内人头攒动,由成都中医药大学近20位省级专家领衔的大型义诊检活动在这里举行。当天,释放300余个免费就诊号源,加上院内名医同步免收挂号费接诊,让市民在“家门口”就能享受到优质中医药服务。

上午9时,义诊准时开始。专家团队覆盖老年病科、风湿免疫科、耳鼻喉咽喉科、呼吸内科、心血管科、肛肠科、骨科、放射科、内分泌科、皮肤科、妇科、肿瘤科等多个专业方向。诊室

里,专家们通过望闻问切为患者辨证施治,量身制定诊疗方案并提供用药指导和体质调理建议。

家住沙湾区的张女士常年被过敏性鼻炎困扰,多次求医反复发作,专程赶来寻诊。接诊专家结合她的体质与病症,细致讲解日常养护要点,开具个性化诊疗与用药建议。“专家还给我搭配了内服与外治的调理方案,十分贴心。太方便了。”

义诊现场还开通了绿色通道,对筛查出指标异常的市民优先安排复诊或转诊至相关科室。

当天,市中医医院同步举办的中

医药集市同样人气十足。结合三伏湿气候,医院推出了乌梅轻身饮等养生茶饮供市民免费品尝,集中展示了医院特色中医药制剂和药食同源产品,并提供三伏贴体验服务,吸引不少市民驻足咨询。

乐山市中医医院相关负责人表示,此次义诊是校地中医药协作、优质医疗资源惠民的落地举措。下一步,医院将持续深化与成都中医药大学的合作,依托两院一体化运营优势,常态化开展名医下乡、公益义诊,不断提升区域中医药服务能力。

本报讯(田雨婷 记者 戴余乐 文/图)为推动中医药文化深入基层,满足居民健康需求,7月24日下午,乐山市中医医院走进市中区徐家扁社区,开展中医药文化“六进”主题活动。

现场,市中医医院内分泌病科、脾胃病科医生分别围绕《骨骼健康,“骨”足力量》《中老年人消化系统养生》开展专题讲座,通俗易懂地为居民系统讲解骨量管理要点和科学补钙方法,传授食疗调理与穴位保健等实用技能。讲座内容通俗易懂,现场互动氛围热烈。

讲座结束后,医护人员还开展了专科义诊,为居民一对一问诊服务,评估骨健康、脾胃问题,提供个性化中医调养方案。与此同时,居民还免费体验了耳穴压豆、穴位贴敷等中医适宜技术,切身感受中医药“简、便、验、廉”的独特魅力。体验者纷纷竖起大拇指,称赞服务“实在又暖心”。

此次活动把中医“治未病”理念送到群众家门口,既为居民解决日常健康困惑,也普及骨质疏松、脾胃慢病防控知识,切实提升社区居民健康管理能力。下一步,市中医医院将持续深入基层开展公益健康服务,常态化开展科普宣讲、义诊体验活动,持续推广中医药养生文化,让群众在“家门口”就能享受到优质、便捷的中医诊疗服务。

乐山市中医医院“六进”主题活动 走进市中区徐家扁社区



医护人员为市民义诊。

中医养生+急救技能送进车间一线

健康直通车开进四川永祥能源科技有限公司



夏季健康科普讲座。

本报讯(记者 戴余乐 文/图)7月29日,2026年乐山市健康科普行——万场健康知识讲座暨“嘉+健康”小课堂携手乐山市人民医院“健康直通车”走进四川永祥能源科技有限公司,为一线职工送去一场夏季健康科普讲座。

三伏正盛,高温天气持续,中暑、磕碰外伤等风险易发。夏季如何科学养生,突发意外时怎样及时处理,成为职工们普遍关心的话题。讲座现场,市人民医院中医科医生王巧玲以“大暑时节话养生”为题,围绕中医夏季“三防三养”秘诀,用通俗易懂的语言为职工传授科学养生方法。

“夏季养生,重在养心。”王巧玲从饮食与作息两个维度展开。饮食方面,她建议职工保持清淡、减盐减脂,多食时令蔬菜与鲜果,适量摄入生姜、苏叶等辛温之物。如果出现心烦、口疮等症状,可适当食用苦瓜、莲子、绿茶等清心降火。作息方面,王巧玲特别点出“午时小憩”的要领——每日11时至13时闭目养神15分钟至30分钟,可补足心气、缓解疲劳。职工们听得专注,不少人现场跟着医生的示范寻找穴位,边学边练。

紧接着,市人民医院急诊科医生曹学围绕“中暑与意外伤的现场急救”展开讲解,着重介绍了热射病的急救,详细拆解“移、脱、降、送”四步流程——将患者转移到阴凉通风处,脱去多余衣物,用凉水擦拭额头、颈部、腋下及腹股沟等部位加速散热,清醒者可少量多次饮用淡盐水或电解质水,同时第一时间拨打120。曹学特别强调,降温速度直接关系到患者生死,黄金救治目标是在30分钟内将体温降至39℃以下,力争控制在38.5℃以内。针对工作场所常见的撞击伤、擦伤等意外伤害,曹学还讲解了“止血、包扎、固定、送医”的处理原则,并现场演示了加压包扎的操作方法。

讲座结束后,职工们意犹未尽,纷纷举手提问,两位医生逐一细致解答,现场互动频频。

“员工的身心健康是企业发展的基石,这样的科普活动实用性强,有助于职工掌握日常养生和急救技能。”四川永祥能源科技有限公司工会主席肖兴玮表示,后续工会还将继续联合相关单位,开展减盐减油、体重管理、意外急救等健康科普和安全培训活动,全力守护全体职工的健康。



健康生活事业部总监:程和平
新闻热线:13981393110
邮箱:2008hepinggy@163.com

学术赋能促提升 精准诊疗护健康

本报讯(记者 戴余乐)为规范淋巴瘤临床诊疗,提升区域肿瘤一体化诊疗服务能力,日前,四川省肿瘤诊疗质量提升联盟淋巴瘤学术交流(乐山站)暨义诊活动在乐山市市中区肿瘤医院棉竹院区举办。

学术交流会上,四川省肿瘤医院专家教授围绕淋巴瘤组织肿瘤病例诊断和临床情况结合的重要性、DLBCL(弥漫大B细胞淋巴瘤)诊疗规范及进展进行专题授课,分享标准化诊疗方案与前沿学术进展。市中区肿瘤医院专家现场分享了慢性淋巴细胞白血病临床经验,并组织疑难病例研讨,现场互动频繁,讨论热烈。会后,专家团队还深入病房开展教学查房,针对典型疑难病例进行现场示教,梳理诊疗关键环节,帮助基层医生提升临床实战能力。

“省肿瘤医院专家此次到乐山,带来了前沿理念与先进技术,为我们基层淋巴瘤规范化诊疗注入了新动力。”市中区肿瘤医院相关负责人表示,下一步,医院将持续深化与上级医院的协作,定期开展类似活动,搭建常态化学术交流平台,推动区域肿瘤诊疗水平稳步提升。

活动当天,四川省肿瘤医院还组织专家团队在市中区肿瘤医院棉竹院区开展多学科公益义诊。为群众提供淋巴瘤早期筛查、规范化诊疗咨询、康复指导、营养支持及心理疏导等服务,并普及肿瘤防治知识,帮助公众提升防癌意识。

我市举办2026年地方病和 寄生虫病防治技术培训班

本报讯(记者 戴余乐)为全面提升全市地方病及寄生虫病防治专业人员的业务能力,近日,乐山市疾控中心组织举办了2026年地方病和寄生虫病防治技术培训班。

本次培训将理论与实践结合。市疾控中心专家团队围绕2026年地方病健康危害因素监测系统的操作流程和填报要求作了详细讲解,进一步明确了各县(市、区)的工作任务,同时对本年度地方病工作进展进行了通报。

在实验技能环节,来自市本级和区县的6位寄生虫病检验人员在实验楼微生物实验室,严格对照网络诊断实验室创建标准,集中开展了疟原虫形态鉴别、常见土源性寄生虫形态识别以及改良加藤厚涂片制作技术等实操训练。四川省疾控中心寄防所专家现场指导,并针对操作中出现的及时予以纠正和规范。

通过此次系统培训,切实强化了全市地方病和血吸虫病防治专业技术人员的实操水平与综合素养,为我市顺利通过2026年疟疾和土源性线虫病网络诊断实验室创建评审奠定了坚实基础。

快乐献血 自在嘉州

献血咨询电话: 0833-5188116
团体预约电话: 0833-2503103

乐山市公民无偿献血领导小组办公室 乐山市中心血站 广告

疾病预防与控制

乐山市疾病预防控制中心 协办 广告

乐山市卫生健康委员会 乐山市健康教育协会

广告

乐山日报·健康周刊	
技术支持单位	
	乐山市人民医院 医教处:2119310 急救:2119328 仁爱济世 精诚行医
	乐山市中医医院 院办:2441183 急救:2446120 倾心为病人 德技双馨
	乐山市妇幼保健院 院办:6268111 仁心仁术 呵护生命
	乐山市精神卫生中心 心理健康咨询:12356 仁爱 至善 笃诚 求精
	乐山老年病专科医院 急救:2150330 敬老·精医·创新·卓越
	乐山市市中区人民医院 急救:2121999 厚德诚信 精医创新
	乐山市市中区肿瘤医院 急救:2600241 敬慎 精诚 守正 弥新
	乐山友谊医院 健康热线:2555120 仁爱·精诚·责任