

资料图



关注孩子的健康成长，从耳鼻咽喉开始

你的头发还好吗？

本报通讯员 孙卉 本报记者 古瑾

正常情况下，我们每天会脱落50到100根头发。由于90%的头发都是处于生长期，每天都会有新的头发在同时生长，所以这样的脱发数量通常是不容易被察觉的。但是，当一些原因导致新生的头发来不及补充脱落的头发时，脱发就发生了。

日前，江大附院皮肤科专家表示，脱发十分常见，但它会以很多不同的方式出现，这取决于是什么原因造成的。对于不同的个体，即使是同一类型的脱发，也可能是不同原因引起的。而相同原因导致的同一类型脱发，在不同人的身上又会有不同表现。

脱发会有哪些表现？

脱发有很多不同的表现。有些突然发生，每天脱落几百根，头发一下少了三分之一，而有些发展则很缓慢，但感觉顶部的头发逐渐变得稀疏和柔软，发际线也渐渐上移了；有些只发生在局部一小块头皮，而有些则影响到整个头部，甚至波及身体的其他部位的毛发。有些脱发是暂时性的，经过一段时间自行也能恢复，但有些如果不经治疗，则会导致永久性的改变。

哪些原因会导致脱发？

脱发通常与以下一个或多个因素有关：

1. 家族史：如雄激素性脱发和女性型脱发通常与遗传因素有关。
2. 激素变化：如怀孕、分娩、绝经引起的激素水平波动，多囊卵巢综合征造成的性激素水平紊乱等。
3. 健康状况：缺铁性贫血、维生素D缺乏、营养不良、甲状腺疾病等。
4. 药物：如使用治疗癌症、高血压、痛风等疾病的药物有引起脱发的可能。
5. 压力：许多人经历身体或精神上的重创几个月后，头发普遍变少。
6. 其他原因。

如何预防脱发？

1. 温柔对待头发，可以避免牵拉性脱发。梳头的时候避免拉扯，尤其是头发潮湿的时候，一把宽齿梳子可有助于减少头发拉扯；扎辫子不要绑得太紧；避免频繁使用热源性卷发棒等。
2. 向医生询问服用的药物是否会引起脱发。
3. 避免让头发长时间暴露在阳光和其他紫外线下。
4. 戒烟。一些研究表明吸烟与男性脱发之间存在联系。

治疗脱发需要做哪些检查？

在医生详细了解病情后，会进行皮肤镜检查。皮肤镜可以更好地帮助医生判断脱发的类型和严重程度，对于治疗后的疗效评估也有一定帮助。有些患者可能还需要进行血液学检查来寻找脱发的原因。



本报通讯员 孙卉
本报记者 古瑾

关注孩子的健康成长，从耳鼻咽喉开始。日前，江大附院耳鼻咽喉科专家表示，耳鼻咽喉科的疾病，往往前期症状不严重，导致家长们会忽略和不重视，其实，耳鼻咽喉上连大脑，下接心、胸、肺，如果没有及时治疗，很可能会引起大脑发育异常、智力及记忆力下降、反应迟钝等问题。

一、耳篇

耳朵一般分为三部分：外耳、中耳、内耳。外耳由耳郭、外耳道和鼓膜三部分组成，是通常意义上的人耳部分。中耳为含气的不规则的小腔隙，由鼓室、鼓窦、咽鼓管和乳突小房组成，大部分位于颞骨岩部内，具有传导声波的功能，受损后易引起中耳炎。小儿中耳炎是由于咽鼓管功能障碍、细菌和病毒等病原体进入鼓室，引起中耳腔黏膜感染或免疫反应所致。中耳炎是儿童的常见病和多发病，该病的多发年龄段为学龄前，其中急性中耳炎多发于冬春季节，且与上呼吸道感染有关。

小儿中耳炎一般分三种类型。第一类急性中耳炎，常常

在48小时内突然发病，致病菌经咽鼓管进入鼓室，引起中耳腔黏膜感染，可以继发于普通感冒，可伴有中耳积液。第二类分泌性中耳炎，是一种中耳非化脓性炎症性疾病，表现为鼓膜完整、中耳积液、听力下降。第三类慢性化脓性中耳炎，表现为患儿耳内间歇性或持续性流脓。非化脓性中耳炎是以保守治疗为主，必要时会做鼓膜穿刺。如果是化脓性中耳炎，急性期可以保守治疗，以局部滴药，口服抗生素为主。慢性化脓性中耳炎建议手术治疗。

二、鼻篇

变应性鼻炎又称过敏性鼻炎，是指易感个体接触过敏原后，主要由免疫球蛋白E(IgE)介导，机体的免疫活性细胞和细胞因子等参与的，以发作性喷嚏、流涕和鼻塞为主要症状的鼻黏膜慢性炎症性疾病。本病以儿童和青壮年居多，可诱发哮喘。

环境中的变应原可诱导特异性IgE抗体产生并与之发生反应，主要包括吸入性变应原和食物性变应原。其中吸入性变应原包括：尘螨、动物毛发、花粉、昆虫、真菌、化学物质等。典型症状有：打喷嚏、流鼻涕、鼻塞鼻痒、嗅觉减退、哮喘发作、睡眠呼吸障碍等。更严重者，还可能出现并发症：分泌性中耳炎、慢性鼻窦炎、过敏性鼻炎、过敏性结膜炎、过敏性咽炎等。

治疗原则是尽量避免变应

原暴露，根据严重程度，循序渐进依次采用抗组胺药物、糖皮质激素等进行治疗。也可以采用其他治疗方式，如中医治疗、免疫治疗、手术治疗等。

三、咽喉篇

咽喉部最常见的是扁桃体炎，属于上呼吸道感染疾病，可由各种致病微生物感染引起，多伴有不同程度的咽部黏膜及淋巴组织的炎症改变。还可继发于某些急性传染病，如猩红热、麻疹、流感等。

扁桃体炎按病程长短可分为急性扁桃体炎和慢性扁桃体炎。急性扁桃体炎多急性起病，慢性扁桃体炎可由急性扁桃体炎反复发作或腭扁桃体细菌感染导致。典型症状是反复发作的咽痛，伴有咽干咽痒，咽灼热痛、咽异物感等咽部不适。全身症状有高热、畏寒、头痛、食欲减退、四肢酸痛等。

一般治疗是多休息，多喝水，吃流食，加强营养。扁桃体炎还可药物治疗，主要以抗感染和解热镇痛抗炎为主。为避免反复发作，还可以进行手术治疗，摘除扁桃体（急性发作期间不建议手术治疗，可在扁桃体炎急性发作痊愈2至3周后手术）。日常生活中多吃富含维生素丰富的蔬菜水果；坚持锻炼身体，提高机体抵抗疾病的能力，避免感冒受凉；流感季节出门戴口罩，避免去人流密集的地方，积极治疗急性扁桃体炎可预防慢性扁桃体炎。