

灰指甲,治还是不治?

□记者 李文芳

街边小店中,不乏专治灰指甲的门店。然而,在微信上流传的帖子则说,灰指甲属于10种不用治就会好的疾病。灰指甲究竟是一种什么样的疾病?它需不需要治疗呢?在2019年“中国皮肤关爱周”活动上,皮肤科专家就相关问题进行了解答。

“如今,治疗灰指甲的路边店有了较大的转变,有些店里的设备还不错,甚至可以检测真菌。但是,由于缺乏对真菌的科学分型,他们无法做到有针对性治疗。”曾对治疗灰指甲的路边店做过调研的中国医学科学院皮肤病医院真菌科主任刘维达教授介绍,由真菌感染造成的甲病只占一半,那些不是因真菌引起的甲病容易治疗,或有可能治愈。因而,许多患者误认为灰指甲不需要治疗就会好。而且,近年来在抗菌素使用的宣传中,夸大了抗菌素的危害,使人们对灰指甲需要长期服用抗菌素来治疗产生了恐惧感,故而不愿意到医院治疗,这也让路边店有了可乘之机。

吉林大学第二医院皮肤科主任李福秋认为,人们对灰指甲不重视,是不及时就医的主要原因。不少患者认为,灰指甲大多长在脚上,且不疼不痒,就不愿意接受治疗。直到得了甲沟炎,疼痛难忍,才到医院就诊。

真菌感染要规范治疗

皮肤科专家认为,临床上,灰指甲等甲真菌感染患者的治疗依从性差,不少患者很容易

中断治疗。有的是看到些许治疗效果就停止了;有的是短时间看不到效果,便失去了信心。然而,这种做法易造成疾病复发,或迁延不愈。

上海长征医院皮肤科温海教授说:“以甲真菌病和头癣为代表的浅部真菌病具有传染性,易反复发作。若患者未到医院接受规范的诊疗或默默忍受,可能导致自身疾病拖延恶化,甚至让家庭成员感染致病菌。因此,到医院接受规范治疗是非常重要的。”

温海介绍,甲真菌治疗应有足够的疗程,脚趾甲约为12个月,手指甲约为6个月。待真菌清除并完成上述推荐疗程后,60%以上的甲病得以消退,即可认为治疗成功,可终止治疗,但仍需要随访。

抗真菌用药有新观点

真菌感染的治疗主要有外用用药与口服药两种方法。在外用药涂药方法上,不同于传统涂在患处的方法,新观点认为皮肤癣菌在非皮损区也存在,患处周围同样也要涂药。

抗真菌药的肝损发生率低。以伊曲康唑为例,其肝损发生仅为万分之一,患者不必担心。不过,老年人药物不良反应的发生率比年轻人多,且随年龄增长而增长。比如:20~29岁组的药物不良反应发生率为3%,81岁以上组则升至24%。这是由于老年人多患有慢性病、需服用多种药物,发生药物相互作用的几率相对较大。

因此,在治疗中要注意监测药物不良反应,并检测肝功能。在开处方前,医生应仔细询问患者的肝炎史、服药史、家族史、酗酒史、近期肝功能检查情况等。一般来说,用药前检查1次,用药1个月时检查1次,用药3个月时检查1次。若第一次监测发现肝酶升高大于正常值的50%,建议做进一步监测;若第二次检测发现肝酶有持续升高的趋势,建议停药,并随访观察肝功能。

那么,孕期、哺乳期妇女如何选用抗真菌药呢?其实,该人群应尽量避免使用抗真菌药,尤其是系统用药。即使是外用药物,也要谨慎使用,且禁止长期、大面积、过量使用。

真菌感染可有效预防

复旦大学附属华山医院朱敏教授在“无处不在的真菌”讲座中说,灰指甲、脚气等都是由真菌感染引起的。真菌广泛存在于自然界,可因出游、户外运动混穿鞋袜,裸足在公共浴室、健身房、游泳池等场所行走,或因家庭豢养宠物密切接触病原菌而被感染。研究发现,真菌感染具有遗传倾向,多年一起生活的夫妻可能不会相互传染,而父母传给孩子的现象则较多。

朱敏对此建议,灰指甲等真菌感染者要积极治疗。在未治愈前,毛巾、洗脚盆等日常生活用品要严格分开使用,并经常用沸水消毒;外出回家后,要勤洗手,甚至可以外用抗真菌药物来预防感染。

上海市预防医学会专栏

宝宝出生后,会受到多种病原微生物的侵袭。为了保证他们健康成长,就要给他们接种疫苗以预防患病。

接种疫苗相当于模拟病原体侵入人体的过程,让体内淋巴细胞练手打怪升级,一旦真的“大BOSS”来了,淋巴细胞能马上投入战斗。健康宝宝体内的淋巴细胞在接受演练后,可以提高战斗力。可对于不健康的宝宝来说,接种疫苗可能会对他们造成伤害,这也是困扰预防接种医生和一线临床医生的常见问题。今天我们就来讲讲,早产儿应该怎么接种乙肝疫苗和卡介苗。

妇女的怀孕期为280天(即40周)左右,俗称“十月怀胎”。胎龄未满37周出生的新生儿,医学上称为早产儿。由于提前离开母体,早产儿的身體各器官构建和生理功能呈不同程度的不成熟,容易发生呼吸暂停、肺发育不良等危及生命的并发症。

早产儿并不少见,我国的早产发生率约为7%,每年约有120万早产儿出生。我国实行的国家免疫规划疫苗接种程序中规定,新生儿出生时需要接种乙肝疫苗和卡介苗,用于提早预防乙型肝炎病毒感染与结核分枝杆菌感染。但早产儿发育不成熟,有些情况下不能按照足月宝宝的接种程序来接种疫苗。

●乙肝表面抗原阳性或不详的母亲所生的早产儿,应

早产儿接种疫苗应谨慎



在出生后24小时内尽快接种第1剂乙肝疫苗。接种后1个月,再按0、1、6个月程序,完成3剂次乙肝疫苗,也就是说,比正常新生儿多接种1剂乙肝疫苗。

●如果母亲乙肝表面抗原阳性,考虑到疫苗接种到抗体生成需要时间,为有效阻断母婴垂直传播的风险,其所生早产儿出生后接种第1剂乙肝疫苗的同时,还需在不同(肢体)部位肌肉注射100IU乙肝免疫球蛋白。

●危重早产儿,考虑到救治在该阶段更加重要,所以在生命体征平稳后应尽早接种第1剂乙肝疫苗。

●出生体重<2.5kg的早产儿,从疫苗接种后的效果与接种安全考虑,暂缓接种卡介苗。待体重≥2.5kg、生长发育良好后,可接种卡介苗。

早产儿接种疫苗,既要保证接种安全,又要保证接种后可以产生足够的抗体,不至于因接种推迟导致感染发病。

上海市疾病预防控制中心
郭翔 董莉薇

预防传染病从春季开始

□记者 瞿乃婴

为全面落实“小卫生、大健康”的理念,提高全民文明卫生素质,上海市爱卫会于3~5月在全市广泛开展以“清洁环境、除害防病、健康生活”为主题的春季爱国卫生运动暨第31个爱国卫生月活动,号召全市各界、城乡居民行动起来,改善身边环境卫生条件,预防疾病传播。

上海市疾病预防控制中心介绍,本市今年冬季不冷,为四害提供了适宜的繁殖生长条件,且春季气候条件适宜四害活动,是全年开展除害防病的关键时节,尽早落实各项措施,提前做好春季除害工作,将非常有利于

全年四害密度的控制。

提早杀灭“早春蚊”

冬季,有些成蚊会躲藏到温暖、潮湿、避风的场所,处于不食不动的蛰伏状态。待到次年春暖花开之时,越冬成蚊复苏,飞出吸血产卵,越冬卵也孵化为幼虫生长。

早春,蚊虫数量最少,且生命力脆弱、活动能力弱、抵御能力差、聚集范围集中,是较易被杀灭的最佳时期。开展早春蚊虫的灭杀、清除积水和各种小容器,可以大大降低春夏季的蚊虫成蚊基数。

各区爱卫办将在做好越冬蚊控制工作的基础上,以地下车库、防空洞、农贸集市、垃圾中转站、建筑工地、绿地等场所为重点,持续开展早春蚊蝇集中消杀活动。另外,提前做好雨水井、地下室集水井等积水点投放灭蚊幼剂准备。同时,希望全社会能够共同参与,翻盆倒罐,彻底清除室内外各类闲弃容器和积水,减少蚊虫孳生环境,为夏季防蚊工作打好基础。

春季灭鼠正当时

春季灭鼠,原因有三。其一,上海地区室内和农田的鼠类

每年都有春秋两季繁殖高峰。鼠群中的多数个体在2~3个月内会自然死亡,在鼠类经自然淘汰之后繁殖高峰之前开展灭鼠,可以起到事半功倍的作用。其二,上海地区流行性出血热发病率从每年9月开始上升,预防出血热应从消灭传染源和切断传播途径入手。因此,突击灭鼠时机应选择在出血热流行高峰之前。其三,上海地区很多农作物于3月底至4月初陆续播种,灭鼠还兼有保粮的作用。

今年的爱国卫生月期间,各区爱卫办将重点在本市原流行性出血热高发的农村地区、各类

集贸市场、大型商业设施及其周边居住区、各类建筑工地统一开展灭鼠工作,组织专业防制队伍落实社区公共环境的防鼠设施,督促重点行业同步做好防灭鼠工作,确保城镇鼠类密度符合国家标准要求。

谨防输入蚊媒传染病

蚊虫除了叮人吸血外,还会传播流行性乙型脑炎、疟疾、登革热、黄热病等蚊媒传染病。随着本市市民境内外旅游人数的增加,在当地感染蚊媒传染病,并携带病原回沪的数量越来越多。在此提醒,市民在出境旅途中,被蚊虫叮咬,并出现发热、头痛、骨骼关节痛、皮疹等症状,要在口岸向海关申报,在就诊时向医生说明近期的旅行史。