

抱热水袋睡一宿 皮肤被“烫熟”

专家:警惕悄无声息的低温烫伤

在许多人的印象中,烧烫伤多半是接触到高温物体,如开水、热油、热汤、烧烫的锅沿之后形成的。其实不然,皮肤长时接触高于体温的物体,也有可能造成烫伤。这种烫伤,就是“低温烫伤”。近日,我市一名高三女生晚上抱着热水袋入睡,结果腿部被低温烫伤,皮肤溃烂,还因此做了手术。

■记者 叶楚榕



皮肤被热水袋“烫熟”

连日来,我市气温持续走低,不少人拿出热水袋、暖宝宝等“取暖神器”使用。热水袋虽好,但使用不当容易受伤。

今年18岁的小周(化姓)在城区一所中学读高三。上周的一天晚上,天气寒冷,小周拿起暖水瓶,把冒着热汽的开水灌进暖水袋,然后抱着“取暖神器”入睡了。第二天早上起床,她发现左小腿有一块皮肤发红,还冒出几个小水泡,由于急着去学校上早自习,她没在意。

低温烫伤不可忽视 3类人群要注意

景海霞介绍,低温烫伤在冬天并不少见,每年进入冬季,该中心都要接诊多例这类患者。一般情况下,皮肤与低温热源短时间接触,仅会造成真皮浅层的水泡型烫伤,但如果低温热源持续作用,就会逐渐发展为真皮深层及皮下各层组织烫伤。

冬季,热水袋、电热毯、暖宝宝等五花八门的取暖设备轻巧,携带方便,但一不小心就容易发生低温烫伤。别以为低温烫伤只是起两个水泡那么简单,如果不加以重视,这个病有可能成为很多人的“噩梦”。比

她不得不做手术缝合

当晚,小周回家后发现小腿上的水泡变大,皮肤火辣辣地疼,腿部还隐隐发胀。第二天早上,家长陪着小周到太和医院皮肤病中心就诊。

医生诊断小周腿部的低温烫伤程度为Ⅲ度,意味着皮肤已“烫熟”,伤口愈合极慢。小周抹了两天药膏效果不佳,不仅腿部的水泡破了,而且烫伤区域开始溃烂,保守治疗已经无效。小周不得不入院做手术,医生清理掉她腿部的溃烂皮肤,再把伤口处的“小洞”缝合上药。经过对症治

疗,目前小周恢复良好,已经出院。

何为低温烫伤?太和医院皮肤病病中心主任景海霞介绍,这是指皮肤长时间接触高于体温的低热物体造成的烫伤。一般来说,只要皮肤长时间接触高于体温的物体,比如40多℃的热水袋,就有可能造成低温烫伤,轻则皮肤发红、长水泡,严重的会导致皮肤破损、溃烂。值得注意的是低温烫伤中的小水泡下面,创伤深度是非常深的。它可以达到皮肤的真皮层,甚至是皮下。

如热水袋造成烫伤的温度为40℃—65℃,人在这样的温度下往往感到很舒服,但时间长了,热能从表层悄悄向深部组织传导,就会造成伤害。

景海霞表示,低温烫伤有时比高温烫伤更严重。当人们碰到高温物体时,会一瞬间感到疼痛自然躲避,接触时间并不长,这种烫伤往往是Ⅰ度或浅Ⅱ度烫伤。低温烫伤类似“温水煮青蛙”,等到发现时往往比较严重。如果处理不当,会造成深部组织坏死,严重时会发生伤口溃烂,长时间无法愈合。

她提醒,婴幼儿、老年人、部分患病人群在使用热水袋、暖宝宝等物品取暖时尤其要注意。因为婴幼儿的表达能力欠佳,如家长未能细心照顾,很容易导致低温烫伤。老年人的皮肤随年龄增长变薄,感觉功能和对周围环境温度的调节功能较差,对低温刺激的反应教慢,在低温热源的持续作用下也容易导致烫伤。合并有糖尿病、脉管炎或中风后遗症的病人因为血管神经病变,对热损害感知和防御能力低下,也是低温烫伤的高发人群。

正确使用取暖器 低温烫伤后马上冷疗

“要正确使用取暖器。”景海霞表示,在使用橡胶材质的热水袋时,不要将水装得太满,装至2/3热水袋就行。热水袋外面最好用布包裹隔热,不要直接接触皮肤。使用电热毯,可以在睡前一两小时打开,睡觉时关闭电源,不要整晚开着电热毯睡觉。如果使用暖宝宝,严禁直接贴在皮肤上,以免烫伤。使用电暖器要离身体

1米远,经常变换电暖器位置,避免长时间、近距离、单一部位照射导致低温烫伤。

如果发生低温烫伤,应该怎么办?景海霞建议,如果皮肤发红、出现肿胀时,冷疗是最简单有效的处理方法。用冷水对创伤面进行淋洗或用包裹冰块的毛巾等冷敷,最好持续20分钟以上,直至创面不感到疼痛

或疼痛显著减轻为止。

如果局部有水疱形成或者表皮破溃,需要立刻去医院烧伤专科治疗。就诊途中可以先用清洁的毛巾外裹创面,不要擅自挑破水疱,或涂抹牙膏和有颜色的药物,如紫药水,这样做可能妨碍医生对损伤程度的判断,延误治疗时机。对粘连伤处的衣物,不可强行剥除。

市妇幼保健院与茅箭中学共建“医校联动”机制 合力守护学生身心健康

■文、图/记者 王琪

本报讯 18日下午,市妇幼保健院与茅箭中学正式签订“医校联动”机制下的中学生心理健康服务协议。今后,双方将合作共建校园心理健康体系,为学生、教师、家长提供专业、系统、优质的心理卫生服务,积极预防和干预校园危机事件,促进学生身心健康发展。

据了解,为认真贯彻落实《十堰市人民政府办公室关于印发<十堰市加强学生心理健康教育实施工作方案>的通知》,以及市教育局、市卫健委《关于建立学校与医疗卫生机构中小学心理健康对口包联工作机制的通知》文件精神,市妇幼保健院充分发挥妇幼保健机构作用,积极与辖区学校联系,共建“医校联动”机制,着力提升师生心理健

康素养,预防和减少心理健康不良事件发生。

协议约定的服务内容丰富详实,包括市妇幼保健院为学校提供预测预警安全管理系统,指导建设校园“六位一体”心理安全管理机制;市妇幼保健院儿童青少年心理健康中心进校园开展科普宣讲或团体辅导,针对中学生心理健康特征、青春期心理特征、青春期内与生殖健康等问题进行详细解答、耐心辅导;指导班主任及代课老师如何识别学生的异常心理及行为、开展生命安全教育、举办父母课堂,同时指导学校建立校园危机应急预案和校园心理热线。

签约仪式上,市妇幼保健院党委副书记、院长曾传军介绍了医院的基本情况,希望通过“医校共建”的合作模式,与学校合力当好师生心理健康的“守护神”,全方位筑牢校园安全屏



十堰市妇幼保健院与茅箭中学合作共建校园心理健康体系。

障。茅箭中学校长袁丙琼介绍了学校发展历程和学校心理健康教育开展现状,希望借助医院在儿童青少年心理保健方面的优势资源,针对学校老师、学生家长及不同年龄段学生制定科

学、系统的健康科普课程体系、心理健康工作推进方案,让每一个孩子和老师在保持良好身体素质的同时,拥有一颗健康的心灵,积极促进全校师生身心健康发展。