


彩虹宗旨

**真心对待 细心照顾
耐心辅导 热心员工**



加入我们吧
彩虹这头是您
期待已久的幸福

华府首创的华裔老人日间健康护理中心

彩虹老人日间健康护理中心

地址: 8400 Helgerman Ct, Gaithersburg, MD 20877

- 💡 隶属全美最大的医疗护理机构,正规化、现代化、人性化的管理模式。
- 💡 拥有华人优良传统,积累了十四年专业管理经验和细心的工作人员。
- 💡 完善的医护服务: 预约医生,问诊,跟踪健康状况及安排交通接送。
- 💡 在营养师的指导下提供营养美味的早餐、午餐及点心。
- 💡 协助申请各项老人福利(包括Medicaid 和 Medicare)。
- 💡 提供有趣的室内外娱乐及购物活动和中美两国传统节日庆祝活动。
- 💡 全新装修,安全舒适卫生的活动环境。

衷心感谢华府地区的华裔老人的支持!
在新的一年里我们推出全新打造的彩虹老人日间健康护理中心!
欢迎您来电咨询: 301-987-8889

被蚊子咬一口半边脸肿了? 虫咬皮炎了解下

随着大家期待已久的国庆假期即将到来,很多小伙伴们已满怀期待地想要出门游玩。俗话说,“秋蚊猛如虎”,皮肤相关的问题也开始频繁出现。最近,皮肤科门诊经常遇到因面部和耳朵出现水肿的小朋友来就诊的病例。除了皮肤瘙痒,还伴有胀痛,这让家长们感到非常担忧。这是什么原因?孩子出现这样的情况该如何处理?

顺义妇儿医院皮肤科主治医师王奇飒提示,这是临床上常见的一种过敏性皮肤病——“虫咬皮炎”,通常是由于被昆虫叮咬所引起的皮肤炎症。建议家长在带孩子外出游玩时,尽量避免被昆虫叮咬,并注意孩子的皮肤健康情况。

什么是“虫咬皮炎”?

王奇飒介绍,“虫咬皮炎”是一种在夏秋季较常见的过敏性皮肤病,又称作丘疹性荨麻疹、急性单纯性痒疹等。其症状主要包括皮肤瘙痒、胀痛以及水肿等,全身皆可出现,令人感到奇痒难忍、烦躁不安,甚至影响睡眠。

具体来看,“虫咬皮炎”就是当我们的皮肤被蚊虫叮咬后,蚊虫的唾液中的蛋白质会引起免疫应答反应,也就是过敏反应。这种反应会导致皮肤出现红丘疹、红肿、水疱等症状,有时数小时后这些症状会逐渐消退,而有些情况下,第二天的局部水肿会更加明显。这类情况在婴幼儿期及学龄期前后的儿童中比较常见,这是因为儿童对蚊虫蛋白质产生的免疫应答较少,还未产生耐受,并且他们的皮肤含水量较成人高,皮肤也较为敏感,尤其是在面部、眼眶、耳廓、手足等皮肤组织疏松处。

由于瘙痒和胀痛等症状会影响孩子的情绪和睡眠,全家人可能会因此不得安宁。并且,如果患儿忍不住频繁搔抓,会进一步加重皮肤过敏反应,导致皮肤水肿面积扩大,甚至出现细菌感染,如面部蜂窝织炎等,严重者可能会危及生命。因此,如果您的孩子出现了类似的状况,不要过于担忧,但也不能掉以轻心。请及时带孩子去正规医院皮肤科就诊,并按照医生的建议进行治疗。

如何避免“虫咬皮炎”?

出游期间,家长们应该带上哪些装备来避免此类情况发生?孩子出现症状后又该如何处理?王奇飒医生给出了以下建议。

避免在黎明或黄昏时分带孩子到湿地或水边玩耍;

采用物理隔离方法比较简单直接,如:穿浅色长袖衣裤;

提前使用驱蚊液,优先选择含有避蚊胺等安全有效成分的驱蚊液;

出行前可备上樟脑软膏(建议2岁以上的儿童使用)、炉甘石洗剂等止痒药物;

对于平时易过敏的小朋友,出行时可携带氯雷他定等口服抗过敏药物及中弱效激素药膏;

由于蚊虫对热敏感,大量出汗以后及时洗澡,保持皮肤清爽。

出现症状后如何处理?

涂抹止痒药物,使用时避免将其涂在皮损上,以免刺激或感染;

若被蚊虫叮咬后,皮损部位可能不仅会



瘙痒,还可能出现水肿和皮肤发烫等症状。此时,您可以用肥皂水冲洗叮咬部位,以中和蚊虫唾液中的酸性物质,从而减轻不适。

可冷敷患处,冷敷可以降低神经末梢敏感度,减轻痒感,还能冷却皮肤收缩血管、减少组织液渗出,可以使用自来水浸湿的毛巾或冷藏的饮料水瓶子进行冷敷;

如出现皮疹明显增多加重或全身不适症状,应及时至附近正规医院就诊。

那些“狂吹”或“尬黑”电动牙刷的,都是假粉!

今年爱牙日的主题是:“口腔健康,全身健康”;那么你的牙齿真的健康吗?后台也经常有许多小伙伴问:春雨君,电动牙刷真的比普通牙刷更好用、刷得更干净吗?坚持使用电动牙刷,真的会让牙齿越来越白吗?

相信看完今天的文章,你就会有答案了。

“太长不看”版:

- 1.普通牙刷比电动牙刷更便宜;
- 2.电动牙刷比普通牙刷更省时高效;
- 3.认真刷牙的话,二者的清洁效果差不多;
- 4.不管哪种刷牙工具,均不能代替刷牙;
- 5.选哪种由你的预算决定

使用电动牙刷刷牙会更干净洁白吗?

并不会。虽然这么说好像有点对不起电动牙刷几百上千的价格,但如果你能严格按照“巴氏刷牙法”每天早晚认真刷牙,电动牙刷和普通牙刷的刷牙效果并不存在显著差异。

所谓“巴氏刷牙法”是美国牙科协会推荐的口腔清洁方法,人民卫生出版社2003年版的《口腔预防医学》亦推荐该刷牙方法:

1巴氏刷牙法 Bass Method

选择软毛牙刷,将牙刷与牙齿表面呈45°角、呈45°角、呈45°角斜放并轻压在牙齿和牙龈的交界处。

2巴氏刷牙法 Bass Method

在牙龈和牙齿交界处轻轻做小圆弧状来回刷,上排的牙齿向下、下排的牙齿往上刷(要轻轻刷,不可用力过猛),要保证每个牙齿表面都被刷到,并注意轻刷牙龈。

3巴氏刷牙法 Bass Method

刷牙背面时,牙刷竖起,同样呈45度角斜放,上排牙齿向下,下排牙齿则向上提拉轻刷;

4巴氏刷牙法 Bass Method

对于牙齿咬合面,要将牙刷倾斜,与咬合面垂直,力度适中来回刷;

5巴氏刷牙法 Bass Method

刷上下前牙的内面时,应将牙刷竖起,利用牙刷前端的刷毛沿牙缝上下以小圆弧刷动;

6巴氏刷牙法 Bass Method

最后一步就是轻刷舌头表面了,由内向外轻轻去除食物残渣及细菌,保持口气清新。

电动牙刷是智商税吗?

那倒也不至于。

电动牙刷和手动牙刷,就像洗衣机和手洗一样。

如果使用普通牙刷,为了保证每个牙面都有足够的拂刷时间,每次刷牙时间不能少于三分钟,且要施加一定的力度,才能有效清洁牙龈沟,控制牙菌斑。

使用电动牙刷则要省力很多,你只需要把它放对位置,稳定沿着牙龈线移动大约2

分钟,它的震颤效果就可以帮你做到有效清洁啦~

此外,还有很多小伙伴担心使用电动牙刷会不会造成口腔组织损伤,增加牙周炎风险,这种担心是没有必要的,相关研究表明使用电动牙刷与软组织损伤之间并不存在显著因果关系。所以只要操作规范,正确使用电动牙刷还是很安全的。

因此,如果你想刷牙的时候轻松一点,入手一个电动牙刷也是不错的选择。选购时以质量合格、手持方便、手感舒适、操作简单为主要方面;刷头可选择软毛,以更好地保护釉质表面结构;刷头不宜太大,以免牙刷在口腔中“行动不便”,留下许多卫生死角。

此外,低龄儿童不建议使用电动牙刷,因其手部协调能力还不强,会长时间把电动牙刷停留在一两颗牙齿表面,这样也容易损伤软组织及磨损牙釉质。高龄儿童可以使用儿童电动牙刷,但也需要在完全熟练的情况下使用。

认真使用电动牙刷可以代替刷牙吗?

不行。

刷牙能去除牙菌斑、软垢和食物残渣,保持口腔卫生,维护牙齿和牙周组织健康。配合使用牙线等牙间隙清洁工具,可清除邻面菌斑。饭后漱口可去除口腔内的食物残渣,保持口腔清洁。

But,这些机械方式只能清除70%左右

的牙菌斑,而剩余部分钙化形成的牙结石,仅靠刷牙是无法去除的,只能通过洁牙(也就是洗牙)去掉。

《中国居民口腔健康指南》指出:自我口腔保健方法效果有限,需定期到医院由口腔科医生进行洁牙,最好每年一次,定期洁牙能够保持牙齿坚固和牙周健康。

所以一般来说,口腔卫生习惯较好的小伙伴可以一年洗牙1~2次,牙周病患者在病情未控制阶段,应三个月洁牙一次,具体洁牙频率可咨询牙周科专业医生。

很多小伙伴不喜欢洗牙,觉得洗牙会出血、酸痛、磨损牙齿。其实洗牙时使用的超声波工作头并没有任何切削功能,它是靠超声波的高频振动来击碎牙结石的,而且医生操作时要不断移动工作头,没有加压,只是轻轻接触牙石,这样是不会损伤牙齿的。

而且,出血其实是牙周炎的表现,健康的牙龈在操作过程通常是不会出血或只有微量出血的。酸痛则主要是牙根暴露所致,而牙根暴露也是牙周病的一种典型表现。牙根对冷、热、酸、甜等刺激均较敏感。因此,牙周炎症越重,牙根暴露可能越明显,在治疗中的酸痛感也会越明显,跟洗牙没有关系。

所以说,不管是使用普通牙刷还是电动牙刷,日常口腔护理都是不能代替刷牙的,电动牙刷已经帮你偷了大部分的懒了,剩下的清洁工作要自己认真完成哦~