

嫩肤、除斑、祛痘，一台机器全部能搞定

复合彩光是今夏皮肤美容新宠



“啾啾啾……”在建国医院的美容室里，医生正在给患者做复合彩光的手术。看着蓝光在美容室里一闪一闪，患者脸上很多的小瑕疵就在这束束蓝光中消失了，取而代之的是一颗颗红色的小点。

“痛不痛？”旁观者问了第一个问题。
“就像皮筋弹在脸上的感觉。”做过的人如是回答。

以上是患者在利用复合彩光仪器做嫩肤时，最普通的一个场景。

想嫩肤，不用再“剥皮”

最近，有很多女性迷上了复合彩光，杭州建国医院皮肤科的工作日程也因此安排得满满当当。作为目前除斑祛痘效果较好的美容项目，医院从开业之初就引进治疗仪器，为不少女性换回了“弹指可破”的肌肤。

原先，想要嫩肤，只有通过化学剥脱术。这是一项需要使用化学制剂去除面部损伤皮肤的外层，才可以达到改进皮肤质地、使其平滑效果的美容项目，患者因此要面对很大的痛苦。或者是采用磨削法来完成换颜肤。尽管当时的效果明显，可是几个月后会出明显的色素沉淀。

而复合彩光技术主要是采用强光源对老化的皮肤进行改善。不但能改善皱纹，还可以改善包括皮肤纹理、不规则的色素沉淀和毛细血管扩张在内的所有光老化现象。该院皮肤科的王虹主任说，复合彩光是一种非剥脱性方法，患者不需要停止工作，手术后可以恢复正常活动。

治疗雀斑有点像蚂蚁啃骨头

复合彩光技术主要是利用不同波长对不同类型的皮肤损伤进行治疗。治疗前，专业医生会把患者的皮肤归归类，像要治疗雀斑、老年斑等色素沉淀的皮肤，称为A组皮肤损伤；而皱纹、毛孔粗大等涉及胶原组织结构变化的称为B组皮肤损伤。

有了这两组分类，复合彩光才能选择相应的波段。王虹主任指出，强脉冲光有很多种波长，医生就是要利用不同波长对不同皮肤损伤进行治疗。

像治疗雀斑，王虹主任打了一个有意思的比方，它就像蚂蚁啃骨头，经过反复的咬碎、运输，才能把骨头啃完。对于雀斑、老年斑等，复合彩

光会输出可被皮肤中的色素和血液中的氧合血红蛋白选中的较短波段的光，在不破坏正常皮肤的情况下，破坏分解色素团或色素细胞。“有的色素团太深太大，就要做2-3次的治疗，一点一点淡化色斑，最后达到消除的目的。”王主任说。

若是想要嫩肤，复合彩光又能输出较长波段的光，刺激皮肤的胶原纤维和弹力纤维再生与排列，达到嫩肤的效果。

意想不到的祛痘效果

复合彩光还有一个意想不到的效果，就是治疗痤疮，即青春痘。王虹主任说，复合彩光比较适合轻度到中度的炎症性痤疮。若是不能接受口服药物治疗或者是在传统治疗下效果不好的，都可以尝试接受复合彩光的治疗。治疗的部位也不单单局限在脸上，痤疮像颈部、背部、胸、肩等地方都可以治疗。

在这里，我们必须明白一点：我们脸上长青春痘，主要是一种叫做痤疮杆菌的厌氧菌在作怪。而复合彩光就是利用光热治疗技术，把蓝紫色光子照射到患者脸上，促使痤疮杆菌发生死亡，而且，光热作用还能使毛孔张开，让更多的氧进入毛孔，也有助于消灭痤疮杆菌。

“在治疗青春痘上面，我们有很多种方法配合治疗。复合彩光仅仅是一种。其他的像中医、药物等，根据患者的不同年龄层，治疗的方法也不一样。”王主任补充说道。

术后护理也简单

经过治疗，患者梦寐以求的皮肤即将再现，但是这时也千万不要忘记护理。医生会用冷敷袋冷却至少15到30分钟，直到患者的热敏感减退。而且，医生肯定不忘叮嘱你，比如：几天内要避免使用热水洗脸，而是用冷水柔和地清洁皮肤，还有早晨涂抹维生素C合成霜及防晒霜，晚上在清洁皮肤后抹上保湿霜等。

王主任说，复合彩光比起其他的美白祛斑的美容项目，不但操作起来简单，而且连术后护理也十分简便，患者不需要有过多禁忌，省时省力。

【医生介绍】王虹，中华医学会皮肤美容学会会员，杭州建国医院中医皮肤科主任，专门从事皮肤科常见疾病及顽固性疾病的临床诊疗和医学研究，擅长治疗各种色斑、青春痘、疤痕、太田痣、光子嫩肤等。咨询电话：0571-87297599

专家教你如何如何应对乳腺疾病

都市女性中，乳腺疾病成为了头号大敌。不少女性特别是年轻人患乳腺疾病后整天提心吊胆，疑心自己是不是患上了乳腺癌。林晓旭因为演林黛玉而成为舆论的焦点人物，也因为患乳腺癌故去再次掀起舆论的浪潮，连带的乳腺癌这种疾病，也跟着在都市女性中掀起一波恐慌。实际上，对乳腺疾病的关注是一个长期坚持的过程，不是事情发生了就去做个检查，没病就从此不再过问。

过度饮酒化妆易致乳腺癌

天目山医院乳腺病诊疗专家吴润超医生介绍，女性每天摄取酒精15克以上，患乳腺癌的危险比不饮酒者高3倍。因为大量饮酒会导致雌性激素分泌增多，而雌性激素可促使乳腺癌细胞增殖。

吴医生说，此外在化妆品中，指甲油的邻苯二甲酸酯含量最高，很多化妆品的芳香成分也含有该物质。这种物质会通过女性的呼吸系统和皮肤进入体内，如果过多使用，会增加女性患乳腺癌的几率，还会危害到她们未来生育的男婴的生殖系统。

高度重视乳腺病普查

有普查结果表明，我国妇女中乳腺癌的发病率正呈上升趋势。只有高度重视乳腺疾病普查，才是降低乳腺癌发病率与死亡率最有效的手段。吴医生说，对乳腺癌普查来说，有乳腺癌家族史、慢性乳腺疾病史、首胎生育年龄大、初潮年龄小、绝经年龄大的妇女、绝经后超重的女性、长期应用雌激素来控制更年期症状的女性是高危人群，尤其要重点检查，多听取医生指导。

乳腺增生及其预防

乳腺增生是最常见的乳房疾病，其发病率占乳腺疾病的首位。可发生于青春后期任何年龄的女性，但以30~50岁的中青年妇女最为常见，主要临床特征为乳房肿块和乳房疼痛。

虽然乳腺增生是25~40岁育龄女性常见和高发疾病，但是，年龄较大而未婚未育、没有哺乳过及有精神抑郁的女性，也很容易得这种疾病。天目山医院妇科韩红梅医生表示，女性结婚生子尽量在30岁前完成，对身心健康都是有利的。

韩医生提醒女性朋友，预防乳腺增生，要经常保持好心情；睡觉有规律；和谐的性生活；母乳喂养；注意胸罩穿戴得当等这些都是有利于预防和治疗乳腺增生的。韩医生补充说，如果要自我检查的话，最好选择月经来潮后第9~11天，此时雌激素对乳腺的影响最小，乳腺处于相对静止状态，容易发现病变。

通过自检发现有乳腺增生时也不必紧张，因为乳腺增生并不等于癌前期，但也不可麻痹大意，仍应坚持经常自检。如果有囊性增生、肿块或者结节，有可能会发展成乳腺癌，因此，尽管发生率不高，也应尽早诊治。

名医档案：

吴润超 天目山医院外科副主任医师 三甲医院从事外科临床工作二十余年，一直从事普外科、泌尿外科常见病的诊治工作，常规开展普外III类以上手术及泌尿外科II-III类手术，尤对甲状腺、乳腺、肝胆胃肠脾胰疾病的诊治积累了丰富的临床经验。擅长肝部分切除、胆道再次手术治疗、肝内外胆管结石及全胃切除、巨脾切除等，熟悉多种微创手术，如腹腔镜胆囊切除、阑尾手术、小儿疝气手术等。

友情提醒：

7月25日-8月31日，天目山医院将开展农民、外来务工者、杭漂一族健康帮扶活动，届时将邀请一批杭州及上海三甲医院的专家、教授为他们进行健康帮扶，凡被帮扶的患者，既可享受优质医疗服务，又可获取市民医保待遇，医疗费用大幅报销。详情可咨询电话：0571-85129999，也可登陆网站www.97120.cn、www.21ta.cn进行查询。

三伏天到了，高温疾病要防也要治
虹桥医院举办七月惠民活动

俗话说“热在三伏”，一年中最热的日子来了。今年的三伏天有40天，“三伏”气温高、气压低、湿度大、风速小，这样的气候条件，对人体健康有明显的不良影响。专家提醒患有哮喘、过敏性鼻炎、慢性支气管炎等疾病的朋友，要格外小心旧病复发，如有不适要及时就诊。

脑血管病人增多

近一周来，虹桥医院的内科接诊的脑血管病患者也有所增加，很多都是高血压患者随着天气逐渐转热，而没有及时调整降压方案而导致的。据该院内科宋爱华主任医师介绍，杭州以晴热高温天气为主，人体血管容易扩张，血压则随之降低，加之人体出汗较多，体内血容量减少，血液粘稠，如果再按照以前的剂量服药，或者随便增加药量，血压就会降得更低，极易诱发脑梗塞，严重的会危及生命。

空调让过敏性鼻炎在夏季高发

夏季天气炎热，人们大多生活在空调环境下，生活环境中的湿度和温度剧烈变化，很容易引发过敏性鼻炎、急性鼻炎，一旦患者没有引起重视，鼻炎发作后未获得彻底治疗，鼻黏膜没有恢复正常，就会导致慢性肥厚性鼻炎的发生。另外，鼻腔邻近感染灶的影响，如慢性扁桃体炎、腺样体肥大等，也是其诱因。

虹桥医院的耳鼻喉科最新引进的德国BICOM过敏原检测治疗系统，

是国际上检测治疗过敏性疾病的最新尖端技术。

专家提醒：“三伏”，请注意以下几点：

1.俗话说“冬练三九，夏练三伏”，对体质较弱的人来说，“三伏”天锻炼就要特别注意，不要过量运动，多进行如慢走、太极拳等体力消耗小的运动。2.高温条件下劳动、工作的人员，由于体力透支较大，容易造成中暑现象，在饮食和营养方面应当多补充一些水分、食盐和水溶性维生素等。3.天热对老年人的健康很不利，“三伏”时宜选择早晨进行锻炼，时间控制在半个小时内，当最高气温超过35℃时，最好停止一切活动，以静制动。4.酷暑容易让人“上火”，预防办法主要是保持良好心态，寒温适度。多食蔬菜水果，少食辛辣之物，禁酒。5.身边最好存放一些人丹、十滴水、清凉油、藿香正气水等常规的防暑药品。

就诊优惠：

杭州虹桥医院为了让更多市民安然度过“三伏”，决定于7月18日-31日期间举办七月惠民活动，市民可免挂号费就诊。本次活动涉及医院妇科、男性泌尿科、肝病、结石、耳鼻喉、内科、外科、中医、骨伤、肛肠等全部科室，并设有便民门诊、午门诊和夜门诊，门诊时间为8:00-21:00(节假日不休)。读者欲了解更多惠民活动信息，可登录www.0571-87828888.cn进行在线咨询。