

耳洞并非人人能打 打耳洞前要了解这些事

本报记者 张慧 通讯员 孙冰倩

医学指导:广州市红十字会医院皮肤科主任 石建萍

夏天来了,很多女生穿起清凉的裙子,与此同时,耳饰成了搭配裙子的好物。但耳洞并非人人能打,许多禁忌更是不可忽视,对此,皮肤科医师为大家介绍了一些关于打耳洞的注意事项。

不建议打耳洞的人群

疤痕体质。如果过去身体的伤口曾长出难看的疤痕,很可能为疤痕体质,打耳洞易引起局部疤痕增生。

女性经期。女性经期,

全身各器官充血,抵抗力下降,打耳洞更容易遭受感染。

耳垂炎症。耳垂患有急性炎症不建议打耳洞,会加

重病情。

耳垂过小。耳垂小,打的耳洞非常靠近软骨,不仅痛而且易感染。

打耳洞的位置

合适位置:在耳屏切迹于耳垂下缘的垂线上中1/3交界处,那里的末梢神经和血管少,相对安全。

不合适位置:有软骨的地方,如耳廓,如果轻易打洞,容易引起软骨感染,严重的甚至可能导致耳廓终身畸形。

提醒:耳洞打得太多、太频繁,病毒感染的风险也会加大,可能招来扁平疣和寻常疣等疾病。

选择正规机构

根据国家规定,打耳洞,因为需要刺破皮肤,属于医疗范围。建议选择正规的医院或医学美容专科。

1、如果耳部消毒不彻底,

细菌容易在局部滋生,使耳朵出现局部脓肿疼痛,刺激皮肤引起化脓性肉芽肿,严重时需要进行手术切除。

2、使用的器具,如打洞

枪所用的耳钉或类似针头的穿耳工具,如果没有经过彻底消毒,容易加大感染艾滋病或肝炎等传染性疾病的的可能性。

打完耳洞如何护理

1、7-10天保持干燥,清洁,遇水可以外用双氧水。夜间睡眠避免挤压、碰击。

2、会有2-3天的局部红

肿,局部消毒,持续至少一周,不要用氯霉素或金霉素涂耳洞,如果超过一周,可以就医。

3、保持每日旋转耳针1-

2次,以防耳针与皮肤黏连,促进伤口愈合。

4、不要喝酒,食用海鲜和辛辣的刺激性食物。



千图网供图

打耳洞注意事项

1、选择好的时机:天气凉爽的3-4月、9-10月。

2、一个月左右,转动耳钉的时候,没什么不好的感觉的时候,先换上真金真银,情况稳定后,大约一到三个月,再换自己心仪的耳饰。

3、如果耳朵肿了,耳钉戴不进去,先检查耳钉头是否光滑,再涂药膏润滑一下,不要硬捅,要转着往进戴。

4、在前一两个月内不要戴大的、重的耳环,因为耳洞还比较脆弱,容易拉伤耳洞,造成耳洞下垂,必须要等耳洞内长结实后再戴。可以先从小一点的耳环开始戴,耳洞前后透气,不让耳钉老是闷住耳洞。

老人护肤品 首选四成分

护肤品并不是年轻人的专利,老年人也需要有自己的专属护肤品。随着年龄增加,皮肤水分慢慢减少,皮下脂肪也渐渐减少,皮肤会更加干燥。皮肤衰老程度的加深,会导致皮肤松弛、变薄,易产生皱纹、色斑等。

值得一提的是,老年人皮肤免疫功能减退,加上长期紫外线照射,皮肤肿瘤和癌前病变的情况则较为多见。这时,选用适当的护肤品就显得尤为重要。

不同年龄的人群,保养时需要的成分不同。老年人选择护肤品建议以营养为主,最好选用含有适当油分、防晒、延缓衰老的护肤品,尤其推荐含以下

四类成分的。

人参类。研究表明,人参的主要成分是人参皂甙、人参活素、少量挥发油和各种氨基酸和肽类、葡萄糖、维生素B族等。护肤品中加入人参提取物,可促进蛋白质合成和毛细血管的血液循环,对皮肤活化有促进作用,从而起到滋润和调理皮肤的效果。

蜂乳类。蜂乳(蜂王浆)尼克酸含量较高,能较好地防止皮肤变粗糙。而且,蜂乳中的蛋白质、糖、脂类及多种人体需要的生

物活性物质,能有效控制皱纹、护理皮肤,维护皮肤的健康、美观。

维生素类。一般情况下,维生素A可缓解皮肤干燥、脱屑等现象,让皮肤更光滑、水润;维生素C可减少色素沉着,让皮肤更加白净细腻,但此类护肤品应尽量在晚上使用;维生素E则可延缓皮肤衰老,减少皱纹;也可将这些成分混合起来,填充维生素A和D、E和B或加上C,效果更好。

水解蛋白类。水解蛋白类的护肤品和皮肤有很

好的相容性,有利于将营养物质快速渗透到皮肤中,并且在皮肤表面形成一层保护膜,从而使皮肤细腻光滑、皱纹舒展。

除了选对护肤品,掌握正确的护肤方法也很重要。日常生活中,老人应注意以下两点。

选对洗脸毛巾。很多人一条毛巾能用很久。但粗糙、干硬的毛巾会对皮肤产生强烈刺激,慢慢让皮肤产生细纹,长期如此还会刺激皮肤生成黑色素,引起色素沉着。因此,建议3个月换一次毛巾,

且洗脸毛巾需要常清洗、晾晒。

配合按摩面部。经常皱眉、托腮容易造成皮肤上下牵拉甚至松弛,适当按摩可缓解。使用双手的食指、中指和无名指,从额头部位中间向两侧、顺着皮肤和肌肉的纹路按摩,做30次;双手从鼻翼推至太阳穴,做30次;双手食指、中指弯曲,从下巴推至太阳穴,做30次。注意按摩前要洗净双手,力量要适中。

(东南大学附属中大医院皮肤科主任医师 王飞 副主任医师 董正邦)