

身上的小红点到底是什么 有些拖着不管可能病变

你有没有这样的经历,不知道什么时候,身上突然长了一些小红点,有深有浅,不痛不痒,有人会过度紧张,怀疑自己得了什么大病,也有人不当回事错过了疾病的预警。

大部分小红点是良性疾病

陆军军医大学第一附属医院皮肤科教授杨希川表示,有的人身上会长出红痣,表面凸起于皮肤,软软的红红的,没有不适感,用手按压会褪色,松开后又恢复原样,这可能是出现了血管瘤。

这种血管瘤叫樱桃样血管瘤,又叫

老年性血管瘤,是一种常见的皮肤血管性增生疾病。颜色呈鲜红色或樱桃色,半球状隆起,早期也可以是平的,一般直径为1-5毫米,最常见于躯干和四肢近端,其他部位也可以见到。

北京中医药大学东直门医院皮肤

科主任李玲玲表示,这种疾病一般最常发现于老年人身上,但这种红点一般在成年人或青壮年人的身上早期也会开始出现。

那么,发现血管瘤需要治疗吗?血管瘤会随着年龄的增长而增多,就像老

年斑一样,多数人都会有,是一种良性疾病。如果没有其他不适的话,血管瘤是不会影响健康的,不传染,也不会恶变,所以一般不需要治疗。如果实在是影响美观,可以通过脉冲染料激光、冷冻或电凝等方式治疗。

有一种小红点需要警惕

当内脏发生疾病时,皮肤往往是疾病外化的一个重要途径。小红点不单单是影响皮肤美观,更是提示身体出现了某些问题,比如蜘蛛痣。

杨希川表示,蜘蛛痣也是一种常见的皮肤病,是由于血液中雌激素浓度增高,引起了动脉毛细血管扩张,细小动脉向外延伸出许多分支,看起来像一只粉红蜘蛛趴在皮肤上,由此得名。

如果用棉签压住中心部位,它会完全消失掉,松开之后又迅速恢复原来的形状。大约15%正常人会出现蜘蛛痣(常少于3个),一般会出现于面部、颈部、上胸部、肩部及上肢等部位。

3类人身上易长蜘蛛痣:

青春期女性

处于生长发育高峰期,体内有大量雌激素,出现蜘蛛痣不用太过紧张,是正常生理现象。随着年龄的增长,雌激

素分泌逐渐减少,蜘蛛痣也会消失。

妊娠期女性

孕期女性体内雌激素会相对增多,皮肤上也可能会出现蜘蛛痣,一般是在怀孕的第2-5个月内出现,90%的人会在产后3个月左右消退。

肝病患者

蜘蛛痣与肝脏也有一定关联。四川大学华西医院肝脏外科副主任医师刘畅表示,蜘蛛痣是肝硬化等肝功能

异常表现之一。当出现急性肝炎、肝硬化时,肝脏对雌激素的代谢能力受到影响,导致雌激素在血液中浓度升高,进而刺激皮肤毛细血管扩张形成蜘蛛痣。

如果发现皮肤上出现的蜘蛛痣数量较多,且长期不退,或是原有旧的蜘蛛痣突然明显增大,要警惕有肝硬化或肝硬化加重的可能性,最好尽快到医院检查肝功能及肝脏B超。

发现小红点如何应对

湖南中医药大学第一附属医院血液肿瘤科主任江劲波表示,首先要判断红点的性质,是出血点还是红疹。

一般来说,皮肤红点多数是皮下出血,根据皮下出血直径大小可分为淤点(<2毫米)、紫癜(3-5毫米)、淤斑(>5毫米)、血肿(片状出血并伴有皮肤显著隆起),具有抚之碍手、压之不褪色的特征。而红疹却是抚之碍手、压之褪色。

如果皮肤上忽然出现了不明原因

的出血点,不管数量多少,建议去医院咨询皮肤科医生,避免错过最佳治疗时期。

如果是身上长了几颗红疹,不必惊慌,它们大多是良性皮肤改变,日常要做好以下几点:

注意防晒

长期日光照射会导致皮肤粗糙、皱纹增多、色素加深、毛细血管增生等情况,称为光老化。

在涂抹防晒霜外,还可以用遮阳伞、太阳帽和衣物等遮挡,帽檐长度最好在7.5厘米以上,宜选紫外线防护系数(UFP)>25,UVA透过率<5%的产品。

避免刺激

不要用手去抠、抓、摩擦身上的红点。

规律运动

建议可以适度增加一些身体锻炼,增强血管弹性,保持血管的柔软,延缓

血管老化进程。

日常观察

洗澡穿衣时留意一下它们的大小、颜色、有无出血即可。如快速增大、颜色变深/变黑、形状不规则、破溃不愈合、出血不止、伴有疼痛或瘙痒等,尽快就医。

(来源:生命时报 微信公众号《身上的小红点到底是什么?有些拖着不管可能病变》)

王翌丞:电台小主播让我重拾兴趣



我喜欢踢足球、打羽毛球、跑步、阅读,很高兴跟大家做朋友。接下来请欣赏诗歌朗诵《走过绿森林的老树》,收音机里传出的童声清亮又带着点青涩,王翌丞第一次在永康电台《星河乐园》栏目里听到自己的声音,有点害羞,又特别开心。

王翌丞是金都小学二年级学生。他妈妈告诉记者,孩子在幼儿园时曾上过一段时间的口才课,上小学后怕影响学业停掉了。或许是因为自己在高中时曾做过校广播员,不知不觉影响了孩子。母子俩看书时总爱比赛朗读,看到精彩的句子,王翌丞准会站起来神情并茂地念出来。

一年级时,班主任鼓励王翌丞参加学校广播站的一期活动,作为小播音员的王翌丞出色完成了任务。5月,在永康市中小学艺术作品评审活动中,他又以村里婺剧演出为主题制作了一个视频,自己蹲在戏台边拍摄,回家后又自己剪辑、配解说,连串场主持都是自己

琢磨的。看他对着镜头一本正经地介绍,眼睛亮得像星星。妈妈很欣慰,因此当得知有机会到永康融媒体中心参加节目录制,第一时间报了名。

6月15日,经过前期的小主播培训,加上主播悦馨老师的细致指导,王翌丞把学到的换气技巧、情感处理充分运用,朗诵作品录制得十分顺利。

6月17日晚上7点是《星河乐园》首播的时间,一家人早早准备好收音机,紧张等待节目播出。当熟悉的声音响起,客厅里瞬间安静了。听完节目,大家都很开心,大赞孩子有进步,王翌丞更重燃了对播音主持的兴趣。

孩子兴趣爱好广泛是好事,只要是他喜欢的事情,我们都支持。妈妈表示,接下来也会让孩子多多锻炼,进一步培养提升播音主持方面的能力。

夜晚,王翌丞又捧起了课外书,这次,他的声音里更多了份笃定:朗读的时候,好像能把心里的花都喊开呢!

融媒记者 颜元滔

胡隽洋: 这次经历让我变得更加勇敢和自信



今年7岁的胡隽洋就读于市妇联幼儿园大班,平时就能说会道,是个表达欲十足的小男孩。他兴趣广泛,热爱钢琴、足球和拉丁舞,对新鲜事物表现出强烈的好奇心和探索欲。

上周,胡隽洋满怀期待来到永康电台演播厅,参与录制《星河乐园》少儿栏目。他站在话筒前,用清脆悦耳的童声朗诵作品《夏夜多美》,为听众们描绘了一幅生动美好夏日画卷。

面对演播厅里那些陌生的专业设备和新奇的环境,胡隽洋没有丝毫怯场。在主播老师的悉心指导下,他迅速适应了新环境,全神贯注地投入到朗诵技巧的学习中。从语气语调的精准把握,到情感的细腻投入,他都力求做到尽

善尽美。他的朗诵自然流畅、情感真挚,赢得了现场工作人员的一致好评。

值得一提的是,这是胡隽洋的电台首秀,此前他并未系统学习过口才技巧。这次参与电台栏目录制的经历,对他来说既是一次全新的挑战,也是一次宝贵的锻炼机会,不仅让他亲身体验了声音传播的魅力,更使他对语言艺术产生了浓厚的兴趣。

录制结束后,胡隽洋开心地说:在电台录节目真的太有趣啦!我学到了很多新知识,也认识了很多新朋友。这次经历让我变得更加勇敢和自信。以后我还想尝试更多好玩的事情,不断挑战自己,让自己变得更加优秀。

融媒记者 王佳涵