



晋江市医院晋南分院皮肤科： 皮肤健康的“守护者”

晋江市医院晋南分院创建于1958年。2012年通过二级甲等综合性医院评审；2017年通过JCI国际认证评审，成为福建省首家通过JCI国际认证的公立二级医院。经多年发展，现已发展为集医疗、教学、科研、预防、保健为一体的“二级甲等”综合性医院，成为晋江南部区域医疗中心，也是晋江市四个急救分中心之一。

皮肤科科室是晋江市医院晋南分院的特色科室之一，主要负责诊治各种皮肤病和性病。科室拥有一支经验丰富、技术精湛的医疗团队，深厚的专业知识和丰富的临床经验，能够为患者提供全面的皮肤科医疗服务。

学科发展再腾飞

在设施方面，晋江市医院晋南分院皮肤科配备了先进的医疗设备和仪器，如二氧化碳点阵激光、液氮冷冻、过敏源检测等。这些设备有助于医生准确地诊断皮肤病和性病，并为患者提供个性化的治疗方案。未来皮肤科将提供更多关于美容皮肤的治疗服务，如化学焕肤、光子嫩肤、调Q激光祛斑、激光脱毛、舒敏治疗、皮肤镜检查、皮肤影像分析治疗等。

经多年积淀发展，如今，晋江市医院晋南分院皮肤科服务范围广泛，涵盖各种常见皮肤病和性病，如湿疹、皮炎、荨麻疹、痤疮、白癜风、银屑病、梅毒、尖锐湿疣等。科室致力于为患者提供优质的医疗服务，包括药物治疗、光疗、激光治疗、手术治疗等。同时，科室还注重预防和健康教育，为患者提供健康指导和预防措施。

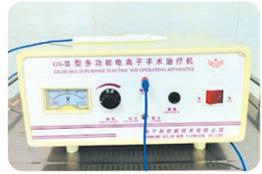
优质服务广受好评

晋江市医院晋南分院专业设备齐全，目前拥有主要大型设备包括：1.5T磁共振、62排CT、岛津

DR、C臂机、腹腔镜、宫腔镜、彩超、显微镜等大型医疗设备70余台；另配备有百级洁净手术室、重症监护室(ICU)、整体实验室与消毒供应中心等，均达省内一流水平。

近年来，该院学科建设成效显著，在重症医学科、普通外科、泌尿外科、骨科、消化内科等重点

学科的带动下，优质的服务可满足群众常见病、多发病、慢性病和疑难急重症等的诊疗和抢救。目前，该院年门诊量约55万人次，住院病人量1.4万人次，手术总量近6000台，服务人口50万人，辐射晋南片区5镇(龙湖镇、金井镇、英林镇、深沪镇、永和镇)及石狮市周边地区。



电子治疗仪



二氧化碳激光仪

健康课堂

脖子长“小肉球”就是感染HPV?



“医生，你看我脖子上长了很多一粒粒的小肉球，摸上去感觉都是粗粗的，不痛不痒，是不是HPV感染的疣呀？会不会传染？会不会越长越多？会不会影响身体其他部位的健康？”医院门诊时，常常会有患者咨询这些问题。

面对这些疑惑，本期健康课堂邀请晋江市医院晋南分院皮肤科为大家解析开课。晋江市医院晋南分院皮肤科林志源医生表示，这种“小肉球”一般分为两种情况：一个叫丝状疣，另一个是软纤维瘤(皮赘)，两者长相相似。今天，我们来讲讲丝状疣与软纤维瘤的区别。

什么是软纤维瘤?

软纤维瘤又名纤维上皮性息肉、皮赘、软疣，为高出皮面的柔软带蒂赘生物，多为肤色或者深褐色，有时呈倒三角或者圆锥形，单发时多呈口袋状，多发于颈部、腋窝和腹股沟等褶皱处。

软纤维瘤常见于中老年、孕期、哺乳期和肥胖患者，为良性肿物，没有传染性。常见形成原因主要为摩擦、体重增加和激素的变化、胰岛素抵抗或者代谢问题。简单来说，便是当衣服领、项链、皮肤皱褶反复摩擦皮肤会出现；体重增加会产生更多的皮肤皱褶，进而长出软纤维瘤；激素变化，比如怀孕期间雌激素和孕激素的波动也有可能诱发。而长期的高胰岛素水平，会诱发成纤维细胞，造成软纤维瘤。多项研究发现有软纤维瘤和胰岛素抵抗、2型糖尿病、代谢综合征有关。

患上丝状疣怎么办?

什么是丝状疣?丝状疣是寻常疣(俗称刺瘊、瘊子)的一种特殊类型，是由人乳头瘤

病毒(HPV)感染皮肤黏膜所致的良性赘生物。好发于颈部、额头、眼睑(即眼皮)等处，表现为细长的丝状突起，常伴有顶端角化粗糙，有时会形成分叶状，具备“传染性”，可通过直接或间接途径传播。

“都是HPV感染，丝状疣跟宫颈瘤有关系吗?”当确诊患有丝状疣时，不少患者心中不免惊慌发问。对此，晋江市医院晋南分院皮肤科医生林志源介绍，虽然尖锐湿疣也是HPV感染所引起，但是引起丝状疣感染的病毒一般是低危型的，跟引发宫颈癌的HPV不是同一个亚型，所以大家也不用过于担心。

不建议采取药物治疗

“二者虽不是同种疾病，但对于它们两者的治疗方法非常相似。药物治疗通常效果不佳，临床常用冷冻、激光、手术等治疗方法。”晋江市医院晋南分院皮肤科相关负责人介绍，目前，该院皮肤科开展的二氧化碳激光、电离子烧灼项目，适用于丝状疣、寻常疣、跖疣、色素痣、扁平疣、老年斑、化脓性肉芽肿、汗管瘤等的治疗。治疗具有安全有效、治疗迅速、出血少或不出血、伤口愈合快、一般不遗留瘢痕等优点。

激光治疗后创面保持清洁，勿用力摩擦患处。创面尽量保持干燥，治疗后5-7天避免碰水，痂未脱落前，不宜上浓妆，避免患处感染；切勿用手手指刮除结痂，应自然脱落。多项规定发现软纤维瘤和胰岛素抵抗、2型糖尿病、代谢综合征有关。林志源提醒：值得注意的是，无论是哪种“小肉粒”，都不建议患者自行处理，抠除、剪掉等方式都具有出血、感染的风险。因此，一定要交给专业皮肤科医生来解决。

晋江市医院开展植树节活动

「医家人」一起「趣」植树

一起“浇”个朋友吧！每次成长都算“树”……为推进“医”家人服务项目的文化内涵，丰富职工业余文化生活并促进家庭和谐幸福，3月9日上午，晋江市医院(上海六院福建医院)医院服务中心医务社工部举办“医趣趣植树”植树节亲子主题活动。

我和小树共成长

活动伊始，医务社工组织孩子和家长一起进行“果树蹲”的小游戏。“苹果树蹲苹果树蹲，苹果树蹲完，桃树蹲……”在紧张的游戏环节中，孩子和家长相互配合，其乐融融，笑容洋溢在脸上。

“为什么要种植树木呢?”孩子们托着小脑袋疑惑地问。为了给小朋友们传递爱护大自然的观念，医务社工准备了有趣的卡通视频，希望通过寓教于乐的视频内容，让孩子们明白全面义务植树运动的科学性与必要性。

随后，医务社工拿出提前准备好的树叶、花朵，协助亲子家庭创作独家书签。“这些好看的花朵和叶子都来自大自然的花草树木，我们要好好珍惜和爱护!”活动中，家长也借此手工课堂教导孩子要爱护环境，珍惜资源。

我在晋医有棵树

画面一转，每一组家庭都在写信，这是为什么呢?原来是为亲子家庭准备的时光胶囊环节，可以让孩子和家长们一起记录此刻的美好并许下对未来的期许。书信在这个信息化、快节奏的世界里，是一种独特的情怀。每组家庭写下的甜蜜寄语将封存于时光胶囊里，以三年为期，让自然见证和储藏，静候那一份同样郑重而诚挚的诉说，和小树一起收获成长。

植树节怎能不植树?扛起工具干大活!活动当天，大小朋友们纷纷带上工具一起种植树苗，取位挖坑、种植树苗、埋土浇水，现场一派繁忙景象、气氛热烈，大家各司其职、默契配合，每棵小树苗都得到了大家爱的滋养。

本次植树节活动共有20组职工亲子家庭参与，活动的顺利举办不仅丰富医院职工业余文化生活，促进家庭和谐幸福，还展现了该院积极组织参与全民义务植树、建设美丽中国的晋医新作为。



晋江市医院
福建省晋江市医院

本期聚焦

春天这几大伤肝行为 你踩雷了吗?

很多人都知道，春日宜养肝。今天，我们就来聊一聊常见的伤肝行为，看看你是否“踩雷”。本文将为你提供实用的肝脏保养方法。

少吃油腻避免饮酒

过度饮酒会对肝脏造成很大伤害。酒精需经过肝脏代谢，如果饮酒过量，肝脏无法及时处理，就会导致肝细胞受损。为此，晋江市中医院肝病科医生曾滨建议，肝脏保养时，应控制饮酒量，男性每天不超过两杯，女性每天不超过一杯。饮酒前适量进食，避免空腹饮酒。饮酒后多喝水，促进酒精代谢。

春日餐桌上，摆满了各种美食，油腻食物更是必不可少。但是，过度食用油腻食物会增加肝脏的负担，容易导致脂肪肝的形成。为此，应合理控制饮食中的脂肪摄入，尽量选择低脂、高纤维的食物，增加蔬菜、水果的摄入，提供丰富的维生素和矿物质。减少油炸、煎炸等高温烹调方式，采用蒸、煮、炖等健康烹调方式。

作息规律合理用药

熬夜刷剧、打游戏娱乐，作息时间不规律……如今，不少现代人的作息日趋紊乱。然而，长期作息不规律会影响肝脏的正常代谢和修复，导致肝功能下降。对此，曾滨建议大家应保持规律的作息时间，尽量做到早睡早起。避免熬夜刷剧、打牌等影响睡眠的行为。睡前避免使用电子产品，营造安静的睡眠环境。

春日里很多人会购买各种保健品、补品，想给自己补补身体、好好调理一番。但如果不了解自己的身体状况，乱用药物，会对肝脏造成损害。药物在体内代谢主要依靠肝脏，不当用药会导致药物性肝损伤。对此，曾滨建议不要随意使用保健品和补品，如有需要应咨询专业人士。遵循医生的医嘱服药，不自行增减剂量或更改用药方式。注意药物的副作用和不良反应，如有疑虑及时就医。

情绪舒畅定期体检

春天，容易出现情绪波动。而过度的情绪波动会影响肝脏的正常功能，导致肝气郁结。应对这一情况，该怎么做呢?

当你感到情绪波动时，可以尝试一些放松方法，如深呼吸、冥想、瑜伽等，以帮助自己平静下来。与亲朋好友保持联系，分享你的感受和压力，获得他们的支持和理解也是不错的选择。此外，应尽量保持乐观和积极的心态。寻找生活中的乐趣和美好，参与你感兴趣的运动，增加快乐和满足感。

肝脏是人体重要的代谢器官，保护肝脏健康非常重要。为了更好地关心和呵护你的肝脏健康状况，定期进行体检是非常重要的。想要查肝功能，应做哪些检查呢?曾滨坦言，一般建议可做肝功能检查(通过血液检查了解肝脏的功能状况，包括转氨酶、胆红素等指标)、乙肝五项和丙肝抗体检查(检查是否感染乙型肝炎病毒和丙型肝炎病毒)、肝脏超声检查(了解肝脏的形态和结构，筛查脂肪肝、肝硬化等疾病)。

健康资讯

专业守护视力健康 晋江市医院 眼科视光门诊开诊

本报讯 近年来，各种电子产品的普及和应用，各种“内卷风暴”来袭，不少人的视力、视功能在无形之中受到了不小的冲击。为助力大家保护视力、看清世界，近日，晋江市医院(上海六院福建医院)眼科视光门诊正式开诊。

市民朋友可以关注微信公众号“晋江市医院”，点击菜单栏进入“掌上医院”，选择“眼科”栏目下的“视光门诊”进行预约。视光门诊诊疗范围包含儿童青少年和成人的医学验光；各种框架及隐形眼镜医学验配(包括软性角膜接触镜、RGP和角膜塑形镜)；青少年视力筛查，屈光健康档案建立和近视的综合防控；斜弱视的综合诊治和视觉训练。视光门诊诊疗人群包含需要视力常规监测的幼儿及青少年；儿保、学校体检“视力未达标”检出者；已诊断为“近视、散光、远视、斜视、弱视”等需定期复诊者。

健康问答

游戏成瘾也是精神疾病

读者问:孩子游戏成瘾属于精神疾病吗?需要看心理医生吗?

晋江市第三医院儿童青少年临床心理康复科负责人倪清碧答:按照《国际疾病分类》的解释，游戏成瘾也被称为“游戏障碍”。“成瘾”这个表述可能比较模糊，但“游戏障碍”一词中，“障碍”的情感色彩要比“成瘾”更强。它意味着个人无法克服、走不出来、迈不过去的坎。世卫组织曾表示，确诊游戏障碍往往需要相关症状持续至少12个月，如果症状严重，观察期也可缩短。

在《国际疾病分类》(ICD-11)中也提到，游戏障碍的核心特征有以下这几条，对照以下标准，教你判断孩子是否成瘾。他们分别是持续性或反复的游戏行为模式，具体表现为失控性游戏行为(如无法控制游戏行为的发生、频率、持续时间、终止时间等)；游戏行为成为生活优先事项，尽管游戏造成负面后果(如人际关系破裂、职业或学业受影响、健康损害等)仍然无法停止；游戏行为模式可以是持续性或发作性的，并持续12个月，但如果症状足够严重且满足其他诊断要点，持续时间可短于12个月；游戏行为模式导致明显的个人、家庭、人际关系、学业、职业或其他重要功能领域损伤。

总的来说，游戏成瘾定为疾病是因为可能导致身心健康严重恶化，会潜移默化地影响身心健康。必要时，寻求临床心理工作者的帮助是不错的选择。