

婴幼儿湿疹、 痱子有何区别

文/君 阳



[内容提要] 婴幼儿由于肌肤比较嫩,皮肤屏障发育不完善,很容易发生皮肤病。婴儿湿疹和痱子就是常见且很容易被新妈妈们混淆的两种皮肤病。那么湿疹、痱子有什么区别呢? 本文将从两种疾病的病因、症状、治疗等方面做简单介绍,供大家参考。

妈妈们经常会发现,宝宝的脸上、颈部等会长一些红色的“小粒粒”,它们有可能是湿疹也可能是痱子,但是无论宝宝得了湿疹还是痱子,每天总是瘙痒难耐,晚上睡不着觉,不但影响宝宝的生长发育,也严重影响着妈妈们的睡眠和生活质量。但是由于很多妈妈对湿疹认识不足,且这两种疾病症状又有相似之处,都是红红的、一层小疹子,且皮肤瘙痒烦躁不安。因此,很容易被新妈妈们混淆,也让很多妈妈困扰和担心。那么湿疹和痱子有什么区别呢?

一、什么是湿疹、痱子?

湿疹,中医称之为奶癣,是一种常见瘙痒剧烈的皮肤炎症反应,也是一种不易根治的皮肤疾病,一般由内外因素共同引起。多发于1个月~2岁的婴幼儿,一年四季均可发作。其典型的临床表现为皮肤发红、丘疹、表面脱屑、伴有渗出、结痂,异常瘙痒,具有多形态及复发性等特点。按皮损表现分为分急性、亚急性、慢性3期。根据皮肤损害可分为脂溢型、渗出型和干燥型3种类型。

痱子俗称热疹、汗疹,是夏季或湿热环境中常见的一种表浅性、炎症性皮肤病。主要变现为皮肤上出现的小水疱、丘疹、丘疱疹或脓疱,伴有瘙痒、灼痛感。居室通风降温后一般会自然消退。

二、湿疹、痱子有何区别?

(一) 诱因不同

1. 湿疹的原因

湿疹的发病机制目前尚不明确,通常是由内外因素综合作用的结果。一般家长认为宝宝湿疹多是由过敏引起的,其过敏源较多,如对乳类、鸡蛋、

海鲜等食物敏感;吸入粉尘、花粉等容易导致过敏的物质;强烈的日光、高温、干燥及寒冷等生活环境所致;对动皮毛、丝织品或人造纤维等过敏;化学物质如化妆品、肥皂等;消化不良、胃功能失调、新陈代谢失常等。

但是皮肤科医生认为,婴幼儿湿疹是因其皮肤的屏障功能障碍引发的免疫异常所致,婴幼儿皮肤结构发育不够完善,皮肤角质层和表皮厚度低于成,致使皮肤屏障功能发育不全,皮肤中的水分容易丢失,从而会使宝宝更容易发生各种皮肤问题。

2. 痱子的原因

痱子,高发于夏季或湿热环境,由于气温高、湿度大,宝宝出汗过多,汗液排出不畅,皮肤发育不够完善,汗液浸渍表皮角质层,导致汗腺导管口闭塞,汗腺导管内汗液储留于皮内引起的汗腺周围发炎,在汗孔处发生疱疹和丘疹,发生痱子。另外,一些维生素A缺乏的宝宝,皮肤的角质层变厚,汗腺导管因汗液潴留而肿胀,使汗孔变窄或阻塞,从而发生痱子。

(二) 发病时间不同

湿疹不分季节,一年四季都可能发生,但常在冬季复发或加剧;有渗出倾向,慢性病程,易反复发作,不易根治。

痱子多发生在夏季或高温湿热环境下,暂时性发作,待天气慢慢变凉后会自行慢慢消退。

(三) 发病部位不同

湿疹发生于任何部位,一般常见于宝宝的面颊部、耳后、颈部等,耳后尤其常见,严重时累及胸部和上臂,甚至全身。

痱子在宝宝身体多汗部位非常常见,如额、颈、大腿内侧、肘窝及腘窝等多汗部位。

(四) 症状形态不同

1. 湿疹

根据皮肤损害湿疹可分为脂溢型、渗出型和干燥型3种类型。(1)脂溢型:表现为细小的红斑性皮疹,表面上覆以黄色油腻性鳞屑,头顶部可有较厚的黄浆液痂。遇热或疫苗接种后可能会加重。(2)渗出型:表现为大片红斑,对称性小丘疹,丘疱疹、水疱,严重时皮肤出现糜烂,黄色浆液渗出或结痂且较厚,瘙痒比较明显。(3)干燥型:表现为红斑上覆以密集小丘疹,表面干燥,上附着糠状鳞屑,无渗出。

2. 痱子

痱子开始时为红斑,然后出现针头大小的小丘疹,且丘疹中间都有发白/黄的小尖,经常是突然出现,并迅速增多。根据汗腺导管损伤和汗液溢出部位的不同,分为白痱(晶形粟粒疹)、红痱(红色粟粒疹)、脓痱(脓疱性粟粒疹)及深痱(深部粟粒疹)。

(1)白痱表现为针头大小的浅表性、晶莹透亮小水疱,周围无红晕,易破,痒感很轻,不痛,一般一周左右自行吸收结痂脱屑而愈。(2)红痱表现为针头大小密集的丘疹或丘疱疹,圆而尖,有轻度红晕,常成批出现,自觉轻微烧灼及刺痒感,消退后有轻度脱屑。(3)脓痱表现为丘疹顶端有针头大小浅表脓疱,具有密集性。(4)深痱为密集的正常肤色深在性水疱,直径约1~3mm,刺破水疱有透明液体流出,但不易擦破,出汗时增大,不出汗时缩小;无红斑、瘙痒表现。

(五) 治疗方法不同

湿疹宝宝,短期内可使用杀菌消炎类药物,若反复不断发作或严重湿疹,需要及时就医,并在医生指导下使用激素类修复湿疹外用药膏。若为过敏引起的湿疹,注意饮食清淡,避免食用辛辣、具有发性的食物,或进行回避实验,即暂时忌口过敏性食物(如奶类、蛋类及海鲜等),寻找诱发过敏原因。

痱子宝宝,若还未长出痱子,可保持皮肤清洁干爽,或使用爽身露等,注意护理即可。若已长出痱子可局部外用清凉止痒药,对症治疗瘙痒及感染。

三、湿疹、痱子宝宝护理方法有何不同?

无论是湿疹还是痱子,日常护理对宝宝非常重

要。湿热不仅会使宝宝长痱子,也是引发湿疹的原因之一,所以应注意控制室内温度和湿度,室温不宜过高(21℃左右为宜),湿度控制在40%~50%左右,卧室要勤通风,保持整洁干净。然而,湿疹、痱子宝宝护理方法又有何不同呢?

(一) 湿疹宝宝的护理

(1)注重保湿。应保持宝宝皮肤的湿润,可以每天给宝宝厚涂抹纯天然或低刺激性润肤乳。(2)定期给宝宝洗澡。鼓励每日沐浴,限制洗澡时间在10分钟左右,水温不超过38℃为宜,特别要注意清洗宝宝皮肤褶皱部位,洗澡擦干后使用保湿霜进行保湿。(3)定期修剪指甲。妈妈要经常帮宝宝修剪指甲,以减少抓伤及感染;(4)选择棉质衣物,且避免给宝宝穿太多。穿的太多,太热会加重湿疹的发生,同时建议给宝宝选择纯棉、柔软及宽松的衣物,避免人造纤维、丝织品等直接接触皮肤。(5)远离过敏原。若为过敏引起的湿疹,可尽量避免食用奶类、蛋类及海鲜等易诱发过敏的食物。

(二) 痱子宝宝的护理

(1)勤洗澡,注意宝宝皮肤清洁卫生。洗澡不仅能清洁皮肤,还有利于排汗,洗澡时可在水中滴加适量爽身露或花露水,有防痱效果,避免使用碱性较强的清洗剂;若宝宝出汗较多,应及时擦干汗水,勤换衣服,保持皮肤干爽。(2)衣物选择。宝宝夏季衣服要轻薄、柔软、宽大一些,最好选择棉质、透气性、吸湿性好的纯棉衣物,减少衣物对皮肤的刺激,有利于身体热量散发。(3)少抱宝宝。在炎热的夏季,不要一直抱着宝宝,尽量让宝宝在凉席上玩耍,以免长时间抱着散热不畅,捂出痱子。(4)饮食清淡。多吃一些清淡易消化的食物,少吃油腻、刺激性食物,注意营养均衡,可多补充富含蛋白质和维生素的食物。(5)多喝水。夏季出汗较多,应让宝宝多喝水,特别是凉白开。添加辅食或年龄大一点的宝宝,可以多喝一些绿豆汤、冬瓜汤、丝瓜汤等,多吃水分较多的水果(如西瓜等),可起到清热祛暑的作用。(6)避免在炎热时间出行。带宝宝到户外玩耍时,不要在强烈阳光下,且应避开夏季最炎热的时间段,宜选择气候凉爽的早晚出行或在树荫下玩耍。

四、小结

相信宝妈们,通过本文的简单介绍已经能很好分辨湿疹和痱子这两个“小恶魔”了,那么,妈妈们就好好保护宝宝,让宝宝们健康快乐的成长吧!