

高温炙烤模式下,皮肤出油出汗让人不由得更加“认真”洗脸。但,有没有发现,你越是卖力洗脸,皮肤就越是容易发红、刺痛?现在大家对护肤、美容等“面子工程”越来越重视,可是敏感肌的发生率却逐年上升,到底是什么原因导致了敏感肌的发生,出现了敏感肌我们又需要如何护理和治疗呢?这篇文章将带你把敏感肌了解透彻。

天生敏感肌? 错! 很可能是你洗脸太“认真”

这些症状说明 敏感肌已找上门

你是否经常感到面部皮肤灼热、发红、刺痛或瘙痒?

你是否一到换季就“烂脸”?

你是否常常感觉皮肤干燥,一用护肤品还会出现刺痛?

你是否觉得自己皮肤很薄,一点外界刺激就开始敏感?

如果你有以上症状,那就是“敏感肌”找上门了!敏感肌又称敏感性皮肤,特指皮肤的一种高反应状态,主要发生于面部,表现为受到物理、化学、精神等因素刺激时皮肤易出现红斑、灼热、刺痛、瘙痒及紧绷感,常对患者的生活质量产生严重影响。

皮肤会敏感 多半是它“扛”不住了

造成敏感皮肤的原因很多,其中最常见的原因就是皮肤屏障功能受损。

正常的皮肤有完整的屏障功能,可以抵御外界物理、化学等各种刺激。皮肤屏障就像一堵坚实的砖墙,表皮角质形成细胞相当于一块块砖头,细胞间的基质就像水泥,将砖头紧密连接在一起,最外层还有皮肤分泌的脂质等成分覆盖,构建起完整且坚实的皮肤屏障。

当屏障功能受损时,砖墙结构出现松散、变薄,这时外界灰尘、花粉、病原体、化妆品等物理、化学刺激就很容易进入皮肤,引发一系列过敏反应,皮肤会出现干燥、红肿、瘙痒、刺痛等不适感,如果皮肤屏

障功能长期得不到恢复,症状反复得不到缓解,就形成了敏感肌。

洗脸护肤太卖力 皮肤屏障易受损

各种原因导致的皮肤角质层变薄、脂质消失都会破坏皮肤屏障功能,首当其冲就是过度清洁。现在夏日炎炎,皮肤在高温下会分泌更多的汗液和油脂,于是有些人会更加频繁,或使用清洁力更强的洁面产品,从而导致敏感肌越来越严重。

现在的小仙女们都很重视面部清洁,应运而生的洁面产品也非常多,磨砂膏、去角质啫喱、洗脸仪等等,这些产品会使皮肤自身分泌的油脂被过度清除,且会使角质层变薄,如果频繁、长期使用,新生的角质形成细胞来不及补充脱落的细胞,角质层长期变薄、松散,就会造成皮肤屏障功能破坏,非常容易发生红斑、刺痛、瘙痒、干燥等敏感症状。

不仅如此,使用不恰当的护肤品也会破坏皮肤屏障功能。现在市面上的护肤品种类繁多,不论是成分还是剂型都十分复杂,很多小仙女为追求全面的护肤功效,会往脸上涂抹一层又一层,水、精华、乳液、面霜、面膜,美白、抗皱、祛痘、保湿……复杂的成分会让皮肤不堪重负,若再使用了添加激素、重金属的违法产品,就更会造成皮肤敏感。

另外,精神紧张、熬夜、饮食不规律等因素也会影响表皮代谢,造成敏感肌的发生。

保湿保湿再保湿 重要的事情说三遍

敏感肌如何护理和治疗?对于敏感肌的治疗,临床上通常会根据患者的症状而采取不同方案。如果患者的症状轻微,治疗上最主要就是修复皮肤的屏障功能,而修复屏障功能最好的办法是保湿、

保湿、保湿!

保湿效果好的护肤品不是爽肤水,也不是面膜,而是乳液或者面霜。乳液或面霜可以补充细胞间缺失的基质成分,就像补充砖墙间的水泥,可以将砖墙重新连接,使皮肤屏障功能得以修复。

需要注意的是,敏感肌患者需要精简护肤,不要使用品种过多、成分复杂的护肤品,只涂抹成分简单,防腐剂及香料含量较低的保湿霜即可。含有舒敏成分的保湿霜可以更好地舒缓症状,修复皮肤屏障。再有,日常洗脸时水温不要过热,尽量选用清水或清洁力不太强的产品,防止皮肤油脂及角质形成细胞被过度的清洁。

已经“烂”脸了 还可以用点药

如果患者症状较重,瘙痒红肿明显,除了基础的保湿外,临床上还会给予患者口服抗组胺药及外用药物治疗。外用药首选非激素类药物,但当患者症状较为严重,必要时也可以短期使用外用糖皮质激素治疗。

不过要注意,糖皮质激素是把双刃剑,可以快速控制炎症,减轻皮肤症状,大大缩短病程,短期使用不会有明显的副作用。但长期、频繁外用糖皮质激素会导致激素依赖性皮炎、皮肤变薄、毛细血管扩张等问题,所以外用糖皮质激素要严格遵医嘱,切不可随意使用。

另外,临床上也会根据患者的病程及皮肤状态选择光疗、射频、导入、强脉冲光等联合治疗,以达到快速、高效治疗敏感肌的目的。

很多敏感肌是由于日常护理不当造成的,只要我们日常科学护肤,出现皮肤不适及时就医,相信每个人都会拥有健康水嫩的肌肤。

(据《北京青年报》林雪霏)

图片来源:IC photo

日研究团队发现胰腺癌治疗靶点

胰腺癌被称为“癌症之王”。日本北海道大学日前发布新闻公报说,其研究人员通过动物实验找到治疗胰腺癌的两个靶点。这一发现有望帮助医学界了解胰腺癌的发展过程,并研发治疗药物。

北海道大学研究人员培育出一种果蝇,它们再现了胰腺癌患者体内观察到的4个基因异常,即癌症基因KRAS的活性化以及抑癌基因TP53、CDKN2A和SMAD4失去活性。接着,研

究人员利用这种果蝇展开广泛的遗传学筛查,找到MEK和AURKB这两个治疗靶点。

MEK和AURKB都是负责细胞内和细胞间信息传递的激酶,MEK与控制细胞增殖、分化和死亡的各种信号传递有关,AURKB在细胞分裂时调控染色体和胞质的准确分离。

研究人员进一步发现,联合使用MEK抑制剂曲美替尼和AURKB抑制剂BI-831266,能改善胰腺癌果蝇的生存率。研究人员为实验鼠皮

下移植了人类胰腺癌细胞,对照实验显示,比起单独给药,曲美替尼和BI-831266的组合能更明显地抑制胰腺癌肿瘤生长。

公报说,这项研究显示,曲美替尼和BI-831266可能对胰腺癌患者有效,研究人员正探讨展开相关临床研究。

研究论文近日发表于美国《癌症研究》杂志网络版。

(据新华社 钱铮)