

# 皮院有为·全国巾帼建功标兵——史玉玲

近日,全国妇联对各行各业表现突出的妇女同胞进行了表彰。我院史玉玲副院长荣获“全国巾帼建功标兵”荣誉称号。上海市卫生健康系统于今日举办“巾帼心向党奋进新征程”纪念“三八”国际劳动妇女节113周年主题活动并进行表彰。



史玉玲教授主持5项国家自然科学基金,上海市教委“科研创新计划”自然科学重大项目,上海市促进市级医院临床技能与临床创新三年行动计划重大临床研究项目等多项课题;发表本领域SCI源期刊论文90余篇,最高影响因子93.3357分,以通讯作者分别在BMJ,Mol Cancer,Signal Transduct Target Ther,Allergy,J Am Acad Dermatol,JCI insight,J Invest Dermatol,Cell Death Dis,Front Immunol等高水平期刊上发表多篇学术论文。

史玉玲,主任医师,教授,博士研究生导师,现任上海市皮肤病医院副院长、同济大学医学院银屑病研究所所长、同济大学银屑病临床研究中心负责人、同济大学高等研究院科研创新团队负责人。上海市优秀学术带头人,上海市卫生健康系统优秀学科带头人;获得“中国皮肤科优秀中青年医师”,上海市“医务工匠”,上海市“巾帼建功标兵”,上海市“三八红旗手”。目前兼任亚洲银屑病学会理事,中国医师协会皮肤科医师分会常委兼总干事,中华医学会皮肤性病学会银屑病学组副组长,中国中西医结合学会皮肤性病专业委员会常委兼银屑病学组副组长,上海免疫学会皮肤免疫专委会主任委员,上海市医师协会皮肤与性病科医师分会副会长,上海市医学会皮肤科专科分会委员兼秘书。

史玉玲教授2018年牵头成立同济大学医学院银屑病研究所,自成立以来已经带领团队斩获23项国家自然科学基金及8项省部级基金;带领团队主编和参编多部皮肤病著作多部;牵头和参与多项银屑病指南和共识的制定。在26年的临床工作中,

史玉玲始终秉承“医者仁心、大医精诚”的信念,从医、治学、做患教,无私帮助了很多向他求助的患者,牵头开展了全国“蒲公英科普教育行动”患者教育活动,足迹遍布全国。

在疫情防控工作中,她担任上海市皮肤病医院新冠肺炎疫情防控工作小组的组长,她勇担重任,践行使命,从严指挥协调落实各项疫情防控工作,守好疫情防控每一道防线。坚持以万无一失、一失万无的底线思维,特别在大上海保卫战过程中,许多患者面临着断药的痛苦,她带领相关部门立即组织送药小分队,并亲自挨家挨户给患者送去了必需的药品,给患者送去了治疗的希望。做到了疫情防控和日常医疗工作的并轨工作,周一到周日全面开放门诊以及24小时互联网医院诊疗,使患者就医需求得以有效保障。作为上海市皮肤病医院临港方舱医疗队的队长,带领50名医疗队员不畏艰难,冲锋在前,确保了临港1号方舱的顺利运行,圆满完成了市委市政府交办的工作任务。

## 工青妇园地

### 卓然而立 绽放光芒: 祝全院女职工节日快乐!

全国巾帼建功标兵 史玉玲

2023年上海市皮肤病医院三八红旗手

杨连娟	真菌病科
王佩茹	光医学治疗科
朱琳	性病科
郭春源	皮肤内科
周静	医务科
陶芳芳	武夷路院区门诊护理组
史娟	皮肤综合病区
施欢	中医皮肤科
葛云青	药剂科
程英	皮肤与化妆品研究室

2023年上海市皮肤病医院三八红旗集体

检验科  
医学美容科护理组  
保德路门诊部及互联网医院办公室

上海工会三星级爱心妈咪小屋  
上海市皮肤病医院工会

2023年3月表扬	
拾金不昧 1个	门诊 王哲成、陆红
牌匾 1个	综合病区 王秀丽、张国龙、刘业强、柳小婧、李春晓、吴明顺、史娟、孙海霞、纪羽佳、宁可、庄夏萍、朱蔚晓、袁春霞
锦旗 36个	门诊 陈佳、江龙、吴飞、吴南辉
光医学治疗科	王秀丽、王佩茹、赵研
综合病区	史娟3、李春晓2、孙海霞2、袁春霞2、纪羽佳2、王秀丽、张国龙、刘业强、杨连娟、柳小婧、廖彩荷、吴明顺、李建丹、谭静文、戴鹤骏、李璐璐、朱蔚晓、庄夏萍、汪嘉妮、熊梦好、沈佳婷、宁可、全体护士
皮肤内科	全体医护人员2、丁杨峰、陆家晴、陈福娟、倪礼楠、桂俊芳、黄勤珠、金如意
中医皮肤科	施欢7、顾迎春4、秦丽3、姜文成2、余琼2、张群2、施纯晨2、谢昭琼、蒋叶荣、殷华、王瑞璇、杨健、穆世春、胡悦、李春霞、倪莉莉、曹婷、刘玉华、全体护士
皮肤外科	陈裕充2、李梁、严建娜、全体医护人员
外二科	赖永贤4、江龙4、杜倩3、顾丽虹3、全体医护人员3、陈晓璐2、倪娜2、张小蝶2、张娟2
营养科	戴莎、唐俊、孙赵李、李青、倪华、牛筱雯、黄洪健
护理部	王燕(护工)、沈欣(护工)
表扬信 137封	
门诊	刘艳娟2、周静、张云凤、倪立燕、吴南辉、顾迎春、陆红、王礼会
综合病区	朱蔚晓10、熊梦好9、江嘉妮9、沈佳婷9、孙海霞9、袁春霞9、宁可9、史娟8、纪羽佳8、庄夏萍6、李建丹4、柳小婧3、戴鹤骏2、杨连娟、李璐璐、吴明顺、护工李阿姨
皮肤内科	饶微10、王佩茹4、邓文娟4、蒋裔4、曹雪萍4、桂俊芳3、王沁怡3、李冰冰3、高甜甜3、乐倩莲2、赵旻2、吴敏2、刘艳娟2、倪蔚蔚2、黄勤珠、苏雅、葛彩怡、温雨欣、全体护士
中医皮肤科	施欢20、秦丽8、倪莉莉8、胡悦5、施纯晨5、余琼5、刘玉华5、翟慧慧4、王国豪4、李春霞4、茅怡婷4、李清清3、谢昭琼2、杨健2、顾迎春、蒋叶荣、曹婷、穆世春
皮肤外科	方娜、曾明月、其师傅
皮肤外二科	严建娜4、陈裕充3、方娜3、顾丽虹2、顾早红2、李梁、吴玲
皮肤外二科	张娟23、赖永贤20、江龙19、顾丽虹18、倪娜15、杜倩13、金悦9、宋晓娟5、陈倩倩4、吴一君4、陈蕾蕾3、方娜2、陈晓璐、陆颖蔚
营养科	黄洪健11、姜红妹10、徐国萍5
共计175项	
主审	蒋卫 李斌
编辑	吴剑菲 严莉萌 倪阳 许自金

上海市皮肤病医院 主办 静安区门诊住院部:保德路1278号 长宁区门诊部:武夷路238号 (总机:36803000)

2023年3月30日 总第156期 网址:http://www.shskin.com

## 长宁区华阳路街道党工委书记白燕一行赴我院调研座谈



是医院链接大虹桥区域的重要纽带,我院高度重视武夷路院区发展,着力建设以高端医疗与中西医结合为特色的精品化门诊,为居民及街道做好医疗服务与保障,同时希望街道在空间布局、科普宣传、优化职工工作环境、社区资源共享等方面进一步支持医院发展,双方领导就加强专业领域合作进行了深入交流。

白燕书记介绍了街道发展规划,她表示将通过党建联建和新时代“凝聚力工程”建设,为医院高质量发展及宣传窗口做好服务,提升患者就医体验与医院职工满意度。为配合上海市生命健康领域产业发展,街道将与医院协同探索产业生态新模式,在互联网诊疗及医院特色优势领域做项目对接,推动大健康产业联动共建。

皮肤病医院配合长宁区城市规划已完成武夷路院区易址兴建,医院在新的发展阶段将持续提升医疗服务能级,助力长宁区建设生命健康发展样板区,为虹桥国际开放枢纽建设贡献皮院力量,为上海市乃至全国皮肤病患提供更优质的专业诊疗服务。(院办)

## 「触屏可及」让云端医疗更接地气! 沪喀远程专家门诊正式开诊

深度融合,远程医疗服务已成为优化医疗资源的重要手段。在上海援疆前方指挥部和援疆医疗队的共同努力下,在第二轮春季学术系列活动中,沪喀远程专家门诊正式揭牌。至此,当地的患者只需要通过一台电脑、一个摄像头、一个麦克风,就可以享受到上海专家的诊疗服务,免去奔波之苦。

3月13日,沪喀远程专家门诊正式开诊。地委副书记、上海前指总指挥侯继军,上海前指社会发展组组长、喀什地区教育局副局长宋磊,上海前指社会发展组副组长、地区卫健委党组成员、副主任何懿;喀什二院及我院双方党政班子成员及相关人员参加了开诊仪式。

仪式上,首先由我院援疆的龙福泉主任就沪喀远程专家门诊的建设、未来规划及运转情况做了详细汇报。沪喀远程专家门诊可以突破地域、时间、空间的限制,不仅能够实时、便捷、灵活地完成诊疗服务,用更专业、更精准的治疗方案,更好的服务各族群众。

我党委蒋卫书记和李斌院长均表示,通过开展远程医疗可以让上海的优势资源更好地助力提升新疆当地的医疗服务能力与医师水平,“远程门诊”建立可以更加有效地提高人民健康水平和幸福指数,全面助力“健康中国”大战略。



## 全国中医药行业高等教育“十四五”规划教材《中西医结合皮肤性病学》定稿会在我院召开

本报讯 3月11日,由同济大学承办的全国中医药行业高等教育“十四五”规划教材《中西医结合皮肤性病学》定稿会在我院召开。上海市皮肤病医院/同济大学附属皮肤病医院李斌教授,广州中医药大学陈达灿教授,海军军医大学附属长征医院温海教授,西南医科大学陈德宇教授,中国中医药出版社张晨主任以及来自全国40余所医学院校的主编、副主编、编委专家等共100余人参加会议。会议由上海市皮肤病医院/同济大学附属皮肤病医院院长李斌教授主持。

教材第一主编上海市皮肤病医院/同济大学附属皮肤病医院院长李斌教授首先向各位专家的莅临表示热烈欢迎。他表示这本教材不仅是一本教科书,更是临床医生的工具书,《中西医结合皮肤性病学》是在我国既有中医又有西医的医师条件下产生的最具有中国特色的临床教材。

教材第二主编广州中医药大学陈达灿教授向各位专家和出版社长期以来的大力支持表示感谢。他指出这本书应该是精益求精,需要高质量把这本书进行修订,要求每个字、每个标点符号力求按照出版社要求做好,希望这本书能得到广大同行和读者的认可和欢迎。

主审海军军医大学附属长征医院温海教授表示教材是教书育人最重要的工具,这本教材经过长时间的酝酿及初稿直到今年的定稿,会认真做好主审工作,尽快地给全国教师和学生提供一本高质量的教材,为国家中西医结合皮肤学人才建设做一些贡献。

主审西南医科大学陈德宇教授表示这本书是2003年的时候由国家中医管理局教材办和中国中西医结合学会确定要编译的一套中



▲“穴”以致用 皮肤综合病区 史娟 摄



▲生态皮院 科教科 易章 摄

## 传承雷锋精神 弘扬时代新风

在第60个“学雷锋纪念日”来临之际,上海市皮肤病医院分别于3月3日在长宁区中山公园兆丰广场,5日在静安区彭浦新村安泽路街市,组织了两场“传承雷锋精神 弘扬时代新风”青年医务志愿者服务活动,为社区居民提供测量血压、皮肤健康咨询等服务,还分发宣传册和宣传品700余份。

此次义诊活动深受广大群众的欢迎,不但消除了群众的疾病隐患,减轻了他们的经济负担,同时也强化了居民卫生健康意识。同时,活动也受到当地街道办事处、居委会、社区卫生服务中心等部门负责人的高度认可,欢迎医务志愿者持续深入社区开展活动,为广大居民提供便捷优质高效的健康科普服务,满足人民群众的就医和保健需求。(党办)



可,欢迎医务志愿者持续深入社区开展活动,为广大居民提供便捷优质高效的健康科普服务,满足人民群众的就医和保健需求。(党办)

## “触屏可及”让云端医疗更接地气! 沪喀远程专家门诊正式开诊

(上接第1版)

随后进行的远程专家门诊,首位就诊的王爷爷表示:“在家门口就能享受到上海专家的医疗服务是我最大的幸运,谢谢二医院,谢谢上海专家。”当天就有数十位患者前来挂号“体验”。

整个过程与现场会诊无异,专家可以一边在电脑上查阅对方医师事先传输过来的患者病历、化验单、影像、超声等临床资料,一边通过在线视频与患者进行“面对面”沟通。双方对患者病情和治疗进展进行了详细的探讨交流,制定出下一步的治疗方案,非常便捷。

据悉,喀什二院沪喀远程专家门诊项目是上海援疆重点项目,不仅可以解决地区各族群众看病难、看病远的问题,还能节省医患双方的时间成本和经济成本,实现患者、医生、医院三方共赢。(宣传办)

# 传承积淀底蕴、创新铸就未来

——同济大学《皮肤病与性病学(汉英对照)》正式出版发行

由同济大学附属皮肤病医院、同济大学附属第十人民医院、同济大学附属东方医院、同济大学附属同济医院以及同济大学附属杨浦医院的皮肤科团队多年潜心打磨的著作《皮肤病与性病学(汉英对照)》，在人民卫生出版社正式出版发行了。

《皮肤病与性病学(汉英对照)》

- 主编**  
史玉玲 顾军
- 副主编**  
王秀丽 周平玉 赵敬军
- 编委**(以姓氏笔画为序)  
丁杨峰(同济大学附属皮肤病医院)  
于宁(同济大学附属皮肤病医院)  
于倩(同济大学附属第十人民医院)  
王瑤(同济大学附属第十人民医院)  
王秀丽(同济大学附属皮肤病医院)  
左付国(同济大学附属东方医院)  
石磊(同济大学附属皮肤病医院)  
史玉玲(同济大学附属皮肤病医院)  
刘业强(同济大学附属皮肤病医院)  
汤辰晨(同济大学附属皮肤病医院)  
许辉(同济大学附属第十人民医院)  
李秀丽(同济大学附属第十人民医院)  
杨德刚(同济大学附属皮肤病医院)  
邹颖(同济大学附属皮肤病医院)  
张国龙(同济大学附属皮肤病医院)  
张玲琳(同济大学附属皮肤病医院)  
陈佳(同济大学附属皮肤病医院)  
周平玉(同济大学附属皮肤病医院)  
赵敬军(同济大学附属同济医院)  
姜培红(同济大学附属杨浦医院)  
袁超(同济大学附属皮肤病医院)  
顾军(同济大学附属第十人民医院)  
徐楠(同济大学附属东方医院)

黄欣(同济大学附属同济医院)  
龚瑜(同济大学附属第十人民医院)  
章伟(同济大学附属皮肤病医院)

临床医学教材不仅是理论基础和临床实践的重要衔接桥梁，更是教学实战中摸索的产物和未来发展的重要保证。随着医学教育全球化发展，教学质量已成为医学教育的生命线。因此，与时俱进是教材编写与更新中不可或缺的灵魂元素。同时，为进一步促进卓越医学人才培养、深化临床医学整合课程建设，同济大学医学院决定对临床医学专业的必修专业课程进行双语教材的编写。《皮肤病与性病学(汉英对照)》正是在这样的大势所趋下应运而生的。

生命科学发展沧海桑田，各类超乎想象、颠覆性的生命科学技术正酝酿着一个又一个突破性的“黑科技”革命，并以创记录的速度持续涌现，正因如此，皮肤病与性病学这个学科正面临着蓬勃发展、充满挑战的外部知识体系。故而，作为一门整体性较强的临床应用学科，皮肤病与性病学既要做到与其他基础学科相互交融、相互渗透，又要做到与其他临床专业之间遥相呼应、相得益彰。此外，因其特别强调视觉学习，又自成一格。从临床病理学鉴别诊断到皮肤影像学层出不穷，对临床疾病的可视化方法贯穿着皮肤病与性病学。近年来随着皮肤病学基础与临床的繁荣发展，临床医学生和医生都必须对新知识进行及时更新及学习，以掌握最新的学术动态。皮肤病科医生不但要跟踪国外的新进展，还要将自己的新发现、新技术和研究成果公诸于世，这种国际范围的交流与合作都必须以专业英语为媒介。因此，发展皮肤病学双语教学刻不容缓，意义重大。在此背景下，《皮肤病与性病学(汉英对照)》肩负着扎实的理论基础、务实的临床应用

和基本的临床技能等历史使命，同时旨在引领本学科新生力量走上国际交流舞台。该教材适用于五年制、七年制和八年制医学生以及来华留学生、皮肤科研究生、规培生及专科医师的临床皮肤病学双语教学。

《皮肤病与性病学(汉英对照)》教材共两篇二十八章。第一篇概括介绍皮肤的结构和功能、皮肤性病的基本临床表现和诊断方法、病理学诊断技术、皮肤免疫学、皮肤性病常用的实验诊断技术、皮肤性病的防治及皮肤的美容管理进行全面的总结介绍；第二篇则系统讲解135种疾病的病因与发病机制、临床表现、组织病理、实验室检查、诊断和鉴别诊断、预防和治疗这6个方面对约135种疾病展开详细且全面的叙述。值得一提的是，全书各章节所有内容均中英文各自成段、相互对应，为本科生、研究生和年轻皮肤科医师的专业英语提高起到良好的引领作用。

《皮肤病与性病学(汉英对照)》的成功出版发行，离不开每一位同道的倾情付出，也充分展现出中英结合是医学教育领域的重要模式，是今后医学教育领域的重要发展趋势，相信承载着广大学者的汗水和经验的分享将使我国皮肤科事业更上一层楼，进而为人民群众的皮肤健康谋福音。(皮肤科)



(上接第1版)

随后主编李斌教授和陈达灿教授为各位副主编、编委专家颁发聘书。副主编汇报环节，各位教授按章节对修编内容进行了一一回应，汇报结束后大家对有争议的概念和内容等进行了充分讨论定稿，集思广益。

中国中医药出版社张晨主任也对数字化教材的总体架构和编写要求进行了说明。我院临床研究与创新转化中心王瑞平主任对教材编写后续安排及时间节点作了进一步说明。定稿会上编委们各抒己见，全体编委发扬认真严谨、各司其职、各尽其责的精神，全面认真地完成了本次定稿会任务。

会后，李斌院长带领参会专家参观了我院多个专病诊疗中心和检测平台。根据医院“十四五”发展规划，我院以“临床诊疗精准化、专病专科中心化、中西医联合平台化、临床研究成果化”为原则，坚持围绕重点专病，以学科建设为抓手，人才培养与引进为着力点，积极提升临床发展能力与品牌影响力，促进医院高速健康成长。(临床研究与创新转化中心 张睿)

## 3·8女神节“嘟嘟唇”高级定制,志愿者在行动

“一抹红唇灿若霞,含羞人幻缕缕纱”。美丽的嘴唇,不仅可以体现一个女人的美丽和性感,也可以表现一个男人的帅气和洒脱。美丽红唇如何拥有?在3·8女神节来临之际,3月7日上午,由上海市皮肤病医院主办,上海市药理学学会皮肤药理学专业委员会和老年合理用药大学(上海)皮肤病医院分校共同承办的100种常见皮肤病

合理用药科普的首场活动——“嘟嘟唇”高级定制开放日活动顺利于上海市皮肤病医院举行。活动由上海市药理学学会皮肤药理学专业委员会主任委员、上海市皮肤医院药剂科主任朱全刚教授主持,上海市药理学学会皮肤药理学专业委员会学术顾问、上海市皮肤病医院院长李斌教授出席本次“100种常见皮肤病合理用药科普活动”的启动,并致开幕辞。

呵护唇部健康”科普讲座,给在座市民朋友讲解了唇炎的发病机制及相关防治措施。第二个环节,在医院院门办强燕主任的指导下,由俞霞霞药师现场教市民制作中药唇膏。第三个环节,由朱全刚主任带领PSM药盾公益临床药师团队现场提供免费药药学咨询服务,解答市民用药疑惑,指导市民合理用药。

此次活动的成功举办,离不开上海市药理学学会皮肤药理学专业委员会和老年合理用药大学(上海)皮肤病医院分校的大力协助,以及PSM药盾公益临床药师志愿者的辛勤工作。通过此次活动,让更多市民深入明白唇部护理和皮肤用药合理性的重要性及必要性。(药剂科 沈翠娥)



### 静安区门诊住院部

地址:  
上海市静安区保德路1278号

邮编:  
200443

医院总机:  
021-36803000

预约:  
021-36803100

附近公交:  
地铁1号线、46、95、253、705、741、745、760、726、812、849、862等

### 长宁区门诊部

地址:  
上海市长宁区武夷路238号

邮编:  
200050

医院总机:  
021-36803000

预约:  
021-36803100

附近公交:  
地铁2、3、4、11号线、01、44、57、62、71、76、96、138、923等

## 远离染发皮炎——让我们从头开始



年轻人喜欢染发,想挑战喜欢的发色,想追逐时尚,想让自己看上去不一样。而随时光流逝的不只青春,还有你的黑发。在你毫不知情时白发悄然而生,面对镜子,突然发现鬓角的银丝,自觉诧异,原来人未老,华发早生!

### 一、什么是染发皮炎?

虽然前段时间流行了一种发色叫“奶奶灰”,貌似就是花白的发色吗,但估计也只有各路明星网红能hold住这种色系。对于白发丛生的中老年人或“少白头”的人来说,将头发染成大众黑色、棕色、咖啡色接受度更高。然而即便如此看似简单的爱美行为,也可能受到染发皮炎的干扰。

### 二、染发皮炎好发于哪些人群呢?

A、有过敏体质的人。有过敏体质的人接触易致敏物质后更易出现接触性皮炎。对苯二胺是染发剂中最常用的合成染料,也是染发剂中最常见的过敏原。

B、染发皮炎往往不在初次染发时出现,常在多次或经常染发的人群中发生,年轻人染发多选择漂染,染发剂相对不那么靠近发根处,而中老年人为遮盖白发,染发往往比较靠近发根,而且染发频率较高,致使染发剂中的化学物质容易透皮吸收,引起过敏反应。

### 三、如何诊断染发皮炎呢?

既往染发从不过敏,偶然一次开始过敏了,往往觉得难以置信。“我之前染发一直不过敏的呀,怎么会突然过敏了呢?”拒绝相

信,拒绝接受这个“意外”。再次去染发,有可能还是会过敏,而且往往一次比一次严重。这时候就基本可以诊断是染发造成的过敏了。确诊的最可靠办法就是皮肤斑贴试验,如果出现对苯二胺的阳性反应基本就确诊无疑了。

因此根据其发疹前有染发,发疹的部位和症状,一般比较容易识别染发皮炎,尤其在发生在头皮部位的。如果是发生的手部的染发剂过敏,尤其是理发师们,则可能需要与其他接触物引起的过敏相鉴别。确诊和鉴别的办法也是皮肤斑贴试验,可以检测是对哪一种成分或物质过敏。

### 四、该怎么预防染发皮炎?

A、如果确诊是染发皮炎,尤其是经斑贴试验确诊对苯二胺等染发剂中成分过敏的患者,则建议以后最好不要染发,或者尝试选择不含过敏成分的染发剂。

B、如果之前没有染过头发或者有过过敏体质不敢轻易染发,不妨按以下步骤注意和预防:

#### 1. 染发前的准备工作

- 产品的选择  
我们都知道要选择好的产品,但染发剂种类繁多,该如何选择呢?  
a)选择正规、合法渠道购买染发类化妆品,建议专柜购买;  
b)选择标识清楚的产品,保存好购买凭证和产品包装信息;  
c)注意产品信息核对:查看产品名称、生产企业名称和地址、成分表、生产日期和保质期、生产许可证号、产品标准号以及特殊用途化妆品批准文号等;  
d)购买进口产品时,还要查看其中文产品名称、中文经销商等;  
e)同一商标名的产品,色号不同,则其配方也有差异,属于不同产品,同一色号的同一商标名产品,不同生产批号也可能存在差异。因此还需注意其色号及生产批号。关注以上信息以防买到假冒伪劣产品,查看产品成分注意避免接触已知的过敏物质。

2)染发前的皮肤试验  
选择好染发剂后,染色耳后一小撮头发,或者将染发剂涂抹于耳后或前臂屈侧一小块皮肤处,观察2-3天或更久时间,没有不适反应可尝试染发。这样即使真的出现了过敏,也只是在局部、小面积,预防了大面积皮疹的可能。

3)染发前自身准备  
染发前一天不要清洗头发,染发不要和烫发同时进行,距离上一次染发时间间隔最好三个月以上。  
4)预约有经验的染发师

#### 2. 染发时的注意事项

- 提醒染发师自己有过敏体质,染发时请注意染发剂与头皮的距离,尽量不要染发剂接触头皮;
- 发际线周围皮肤的保护,建议涂抹一层较厚的凡士林,首先起到隔离得作用,另外如果不小心沾染上的染发剂,比较容易清除;
- 染发后清洗,染膏充分上色后会即刻清洗掉多余的染发剂,清洗时提醒染发师使用温水,不可偏热或过热,不可搔抓头皮,并注意清洗粘在头皮上的染发剂。

#### 3. 染发后的注意事项

- 建议染发后自己洗头时使用温水,不可过热,亦不可搔抓头皮;
- 洗头时采用头低位,不要让洗发水直接流经面部或身体皮肤;
- 染发后注意观察自身的状况,尤其是头面部,是否出现皮疹、瘙痒、灼热感等异常情况或感受。

#### 4. 一旦发生不良反应该怎么办

- 首先要立即彻底清洗,头低位或者直接去理发店里仰卧位洗发,洗发水尽量不要接触到其他部位皮肤,用洗发膏清洗后,延长温水冲洗时间,切勿搔抓或使劲按摩头皮;
- 如果已经出现皮损,建议就诊医院诊治;
- 建议进行斑贴试验检测,明确诊断。多数人对染发剂中的固色剂对苯二胺过敏,斑贴试验有较高的灵敏度和特异度。可以帮助确诊。

#### 5. 还需注意的其他事项

- 说明书中如果提示该产品为专业使用,不建议自行使用;
- 自行染发时务必戴手套防护;
- 染发剂和氧化剂的配比要严格按照说明书的配比要求,保证各种成分能够有效中和;
- 染发类产品不可用于染眉毛、睫毛等,16岁青少年以下不宜使用;
- 既往有染发过敏者,至少避免再次使用同一产品,必须使用时应到专业医疗机构咨询;
- 对于经常染黑发的中老年人建议染发剂不要涂抹的过于靠近发根处,有新的白发长出,建议只少量涂抹表层新生白发处即可。关注以上注意事项,做好染发的预防和准备工作,就不会在真正遇到染发皮炎时措手不及,至少可以最大可能的减少过敏反应的发生或将过敏反应的程度降到最低限度。祝你好运,愿华发晚生!