

# 那些防脱发“妙招” 能帮你守住发际线吗?



## 咸宁市中心医院开展法治教育 强化依法行医能力

本报讯 记者朱亚平、通讯员汪俊慧、余经盛报道:为进一步增强医务人员依法行医意识和能力,维护自身合法权益,保障人民群众身体健康,促进医患关系和谐,7月19日,咸宁市中心医院开展了题为《运用法治思维和法治方法,做好新时代医院工作》的专题讲座,该院中层以上干部参加此次活动。

该院邀请咸宁市中级人民法院院长倪贵武作专题讲座,围绕医疗卫生事业的重大意义、建设现代医院的要求和方法等主题入手,结合近些年发生的典型医疗纠纷刑事、民事案例,指出为减少医患纠纷、减少医院损失、减少伤害事件,医务人员执业过程中一定要严格依法行医、提高医疗质量、遵守医疗规范、强化行风建设,做到留痕管理,严格病历书写、保存证据,重点讲解了《中华人民共和国监察法》相关内容。

咸宁市中心医院院长杜光表示,这堂关于医院法治、医疗安全的高水平大课,对医院的管理发展、法治建设、医疗安全工作均具有非常切实可行的指导意义。全院医务人员将积极主动学习法律法规知识,绷紧防范医疗风险这根弦,依法行医、依法行医,自觉规范医疗行为,不断提高医疗质量,保障医疗安全,为人民群众提供满意的医疗服务。

## 咸安区食药监局温泉监管所 开展疫苗专项检查

本报讯 通讯员王丹华报道:近日,“问题疫苗”事件风波不止。为加强温泉辖区疫苗安全监管,保障公众疫苗接种安全,咸安区食药监局温泉监管所于7月23日组织执法人员开展疫苗专项检查。

执法人员对辖区内具备计划疫苗接种资质的3家医疗机构(市妇幼保健院、市疾控中心、温泉社区卫生服务中心)开展排查。

一是检查疫苗接种单位的设施设备(温控冰箱、冷藏箱、冰排、温控冰箱温度监测器材或设备、计算机管理系统)配备及运行情况;二是查看冷链记录及疫苗储存条件:接种单位是否严格执行疫苗储存管理制度及疫苗有效期检查制度、疫苗储存及冷链设备温度记录是否真实完整、是否有疫苗管理人员培训记录等。三是查看疫苗的购进渠道、疫苗的基本信息(生产企业、产品批号、产品有效期)、接种单位是否保留分发、配送企业随货同行单、批签发合格证、分发、配送企业运输交接单及收货、验收记录等;四是查看接种信息管理系统中接种人及被接种人登记信息是否完整等。

从检查情况看,长春长生生物201605014-01、武汉生物201607050-2不合格两批次百白破疫苗未流入我辖区。3家疫苗接种单位均能按《疫苗流通和预防接种管理条例》要求,从合法渠道采购疫苗,按规定要求进行运输、储存和养护,暂未发现违规行为。

下一步,温泉监管所执法人员将继续加大检查力度,加强疫苗接种单位监督检查频次,确保所有提供服务的医疗机构都合规合法,切实保障群众的接种安全。

### 核心提示

杨幂凭借其主演的《扶摇》又大火了一把,但人们议论最多的却不是她的演技而是发际线,不少人发现她在《三生三世十里桃花》里被吐槽的过高的发际线,好像在《扶摇》里归位了。

为什么人们这么在意发际线,因为“第一批90后已经秃了”,“防脱发”成为年轻人社交话题的新宠。伴随着脱发大军的壮大,市面上那些号称能“防脱发”的产品和偏方一度盛行,然而它们真的能帮我们守住不断后退的发际线吗?

### 脱发是怎么形成的

要讨论治疗脱发的方法靠不靠谱,先来了解一下脱发是怎么形成的。脱发为皮肤科的常见病和多发病,病因复杂、病种繁多,以脂溢性脱发和斑秃最为常见。

中国医科大学航空总医院皮肤科主任医师刘永生告诉记者,脂溢性脱发是由雄性激素分泌过多或头皮雄性激素

受体功能强大引起的,雄性激素旺盛引起头部油脂分泌,导致头皮屑增多、易堵塞毛孔,引起发根松动,稍微施加外力便会出现脱发现象,洗头或梳头时脱发尤为明显。此类脱发往往由于不良

的饮食习惯和紧张的生活节奏诱发、加重。

斑秃,中医称之为“鬼剃头”,是一种骤发性斑状脱发,轻者脱发呈片状,重者可全秃或普秃。其发病原因尚不清楚,多认为

### 防脱类洗护产品作用有限

实具有一定的促进生发、固发、黑发作用,但是作用有限,而且这些洗发水中可能存在其他未知风险,如添加激素等,因

此建议慎用。”

北京大学人民医院皮肤科副主任医师周城表示,防脱洗护用品市场巨大且目前

### 偏方可能越用越糟糕

没有变化,只将毛发剃掉,对新毛发的数量和毛囊都不会有任何影响。”头发的生长和指甲的生长类似,指甲定期修剪之后,新生

指甲不会长势更快、变得更硬,头发也一样。只有从根本上改善毛囊的状态,才能对毛发生长有促进作用。”

缺乏相关的监管机制,部分产品没有进行科学研究,所宣传的“防脱发”功能缺乏依据。况且,病理性脱发的种类很多,诊断治疗本应对症下药,不存在任何一种处方能够根治所有类型的脱发。因此,建议广大消费者不要盲目跟风。

### 植发效果因人而异

单位移植技术(FUT)和毛囊单位抽取技术(FUE)两种。FUT是在后脑或者脑两侧剃取细条皮瓣。在显微镜之下将毛囊从这些皮瓣中单个分离出来,再将毛囊单个移植到需植发区。采用这种方法,能够一

次性大量移植毛发且术后效果较自然,但提取皮瓣需开刀,伤口缝合后会在取发区留下线状疤痕。

FUE技术则是通过精密器械从脱发患者供体区直接取得单个毛囊,移植到脱

### 专家支招留住“三千烦恼丝”

食物,多摄取对头发有滋补作用的高蛋白类食物,如牛奶、瘦肉、家禽和鱼类;适度洗发,一般隔天洗一次即可;重视梳头,减少染发、烫发等。

刘永生告诉记者,轻度脂溢性脱发可内服脂生发片、养血生发胶囊、维生素B6以及胱氨酸等,也可外涂蔓迪,或进行红光、氦氖激光治疗;重度脱发需服用保法止。平时外用医用洗发水如希尔生或采乐。

最后专家提醒大家,每人每天掉发50

### 与遗传和精神因素有关。

盲目“救发”或许适得其反。明明只是轻飘飘的“皮毛之患”,但看着一根根脱落的头发,人们的内心却沉甸甸的。于是病急乱投医,只想着能留住头发的,不管怎样都会试试,但是专家提醒,盲目“救发”的后果可能是头发也没了,钱和健康也没了。

用生姜汁擦头皮对于防脱发有用吗?周城指出,姜汁对头皮有一定的刺激性,这种刺激可能对斑秃患者有轻微的辅助生发作用,但对于大部分脱发患者来说,使用生姜汁擦头皮可能会引发头皮刺激性皮炎,严重时甚至会损伤毛囊,因此,不建议大家使用。

### 健康视点

发区。无需手术,头发资源损失小但价格相对较高。植发的价格一般与技术、设备、毛囊的个数等有关。

这样看来,植发的基本原理并不是增加毛发的数量,而是毛发密度的重新分布,而供区毛发有限,因此上述两大植发技术均不能解决毛发缺乏范围大且供区不足患者的困扰。

至100根属于正常情况。如果连续2个月以上掉发多于100根/天,或者头发明显变稀疏、变薄,则要警惕病理性脱发,及时到正规医院进行诊断治疗。(本报综合)



## 夏季如何护理痘痘肌?

本报讯 记者丁婉莹报道:小哈自从升入高中,课业压力变大,一张原本很可爱的脸上修满了痘痘,这让她很没有自信。尤其是入夏以来,痘痘变得更严重了。为此,她的妈妈特意向市中心医院皮肤科医生询问护理痘痘肌的方法。

医生告诉她,痘痘成因较复杂,与很多因素有关。如青春期皮脂腺过于发达、平时压力过大、饮食习惯不当、内分泌功

能紊乱、体内微量元素缺乏、卫生习惯不好等。如果护理不得当可能会由普通的粉刺发展为炎性丘疹、脓疱、结节,形成色素沉着、毛孔粗大、甚至疤痕等皮肤损害。

所以在夏季,尤其是阳光比较强烈的时候,紫外线会刺激黑色素加速沉积,形成黑色的痘印,并刺激痘痘发炎。所以要尽量做好物理防晒,比如宽檐帽、遮阳伞等。

饮食清淡,每天摄入足够的水分,促进身体新陈代谢。摄取、可乐和雪碧等糖分高的饮料利咽。煎炸、快餐食品不要吃,同时,还要养成以水果零食的良好习惯。

注意清洁卫生,毛巾和枕套必须要勤洗勤换,没事不要去摸脸。脸上有痘痘尽量不要乱挤,更不要自己用粉刺针任意清理,可定期到医院清理。

压力大的时候,最好通过运动的方式解压,少玩电脑,切忌熬夜。最后,如果痘痘已经遍布全脸,莫要自己瞎折腾,一定要看专业的皮肤科医生。



### 逾期信用卡客户催收公告

因下列客户信用卡账户透支款项严重逾期,经我行多次催收,截至2018年7月24日仍未还清透支款项,为维护我行的合法权益,现公告催收。请下列客户在本公告之日起三十日内归还信用卡欠款本息,否则,我行将根据《中华人民共和国刑法》以及最高人民法院、最高人民检察院《关于办理妨害信用卡管理刑事案件具体应用法律若干问题的解释》第六条规定:持卡人以非法占有为目的,超过规定限额或者规定期限透支,并且经发卡银行两次催收后超过3个月仍不归还的,应当认定为刑法第一百九十六条规定的“恶意透支”。恶意透支应当追究刑事责任,但在公安机关立案后人民法院判决宣告前已偿还全部透支款息的,可以从轻处罚,情节轻微的,可以免除处罚。恶意透支数额较大,在公安机关立案前已偿还全部透支款息,情节显著轻微的,可以依法不追究刑事责任。

### 嘉鱼农商银行信用卡逾期客户名单

序号	姓名	身份证号码	逾期天数	逾期本息(元)	联系地址
1	卿本权	42232219****080079	521	33156.33	嘉鱼县湖祥花苑3幢202室
2	陈中华	42232219****030051	462	15772.73	湖北省嘉鱼县岳城镇沙阳大道听水居
3	蔡德辉	42232219****45311	462	7051.39	湖北省咸宁市咸安区桂花镇1组1号1608号正岸森林
4	滕洪亮	42232219****094814	432	14905.45	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
5	张伟健	42232219****25001X	432	57482.34	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
6	张芬	42232219****093532	401	72921.78	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
7	陈良平	42122119****165333	401	4211.62	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
8	王升升	42232219****185334	371	24802.83	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组10号
9	李威	42122119****200055	371	5314.89	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
10	周刚	42232219****282639	340	43344.8	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
11	张红霞	42232219****160044	335	405327.46	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
12	彭新祥	42232219****11005X	309	109788.03	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
13	蔡嘉	42122119****050129	309	25489.11	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
14	李德华	42232219****190055	309	33275.98	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
15	杨栋	42232219****010050	309	12983.77	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
16	杨在国	42232219****202153	309	47161.13	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
17	涂亮	42122119****111056	309	9075.59	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
18	李晨	42122119****300015	248	3189.23	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
19	罗勇刚	42232219****133513	248	7085.36	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
20	李涛	42102219****110651	218	37726.63	武汉市汉阳区新江大道8号
21	汪伟	42232219****21003X	218	35257.82	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
22	胡大勇	42232219****260136	218	3397.53	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
23	高海雄	42232219****260013	218	18393.29	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
24	杜锋	42122119****220077	218	3349.35	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
25	李永阶	42122119****022914	218	9423.59	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
26	田海林	41270219****041150	197	9075.75	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
27	杜和平	42232219****160015	187	52657.84	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
28	孙婉	42122119****15004X	187	71248.75	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
29	贺盛明	42232219****140157	187	68234.34	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
30	彭佳平	42122119****062911	187	71248.75	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
31	熊伟	42122119****281553	187	13576.24	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
32	张泽华	42232219****074019	187	28914	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
33	孙黎明	42232219****204513	187	273057.72	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
34	汪洋	42232219****300019	156	42287.86	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
35	孙阳红	42122119****231817	156	86161.41	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
36	程勇	42232219****240055	156	30010.1	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
37	张全国	42232219****212138	156	19800.29	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
38	张道明	42122119****16001X	156	8711.25	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
39	郑涛	42232219****040012	156	28341.16	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
40	陈细双	42122119****231027	156	1924.18	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
41	曹耀	42122119****054838	156	3382.73	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号

42	李辉	42232219****113519	156	2025.43	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
43	漆锦红	42232219****021010	156	3743.49	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
44	孙贵明	42232219****204513	128	11805.74	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
45	刘启平	42232219****193519	128	29951.75	湖北省咸宁市嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
46	曹北平	42232219****180050	128	11222.61	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
47	李德保	42232219****164817	128	41685	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
48	尹英文	42232219****115133	128	9697.17	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
49	张顺安	42232219****130028	128	9211.1	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
50	龙建伟	42232219****010039	128	1476.72	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
51	王平安	36242119****094115	128	2077.03	江西省吉安安福县平田乡平田村19组
52	林夫	42122119****213512	128	3305.47	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
53	周伟光	42232219****104051	128	10824.92	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
54	马平波	42232219****234518	128	4314.08	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
55	魏名德	42122119****026315	97	1947.08	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
56	叶峰	42122119****104830	97	8805.88	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
57	胡品斌	42122119****043526	97	17107.89	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
58	李文斌	42232219****200077	97	18457.35	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
59	田勇	42230219****14932	97	16241.21	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
60	何健	42122119****233517	97	6803.67	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
61	曹峰	42122119****235117	97	12723.72	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
62	张德安	42232219****166833	97	20806.95	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
63	谢江山	42232219****204815	97	6868.62	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
64	张群	42232219****160010	97	33519.71	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
65	汤景斌	42232219****020032	97	2085.61	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
66	胡晓斌	42232219****145811	97	11346.3	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
67	曹勇军	42232219****083830	97	440096.46	嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
68	方美	42102219****013067	92	215769.43	赤壁市赤壁大道816号
69	周春香	42232219****201001	67	80119.89	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
70	王利刚	42232219****225321	67	18441.26	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
71	张兆志	42232219****180035	67	50710.97	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
72	郑力	42122119****145811	67	11346.3	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
73	程子健	42122119****183118	67	8311.45	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
74	廖国达	42122119****200056	67	6880.25	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
75	涂亮	42232219****100055	67	81407.52	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
76	孔祥强	42232219****204835	67	5325.88	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
77	熊晓斌	42232219****235320	67	10557.79	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
78	曹勇军	42232219****083830	67	1023.17	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
79	李华林	42232219****080053	67	2854.81	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
80	熊凡	42280119****02241X	67	9823.07	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
81	徐刚	42122119****093551	67	3130.13	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
82	郑斌	42232219****300037	67	7554.59	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
83	余勇	42230119****283037	67	3154.33	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
84	林锦	42232219****200037	62	307031.04	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
85	杨安	42232219****031865	36	20855.18	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
86	林锦	42232219****200037	36	8176.35	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
87	熊晓斌	42122119****160716	36	14657.06	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
88	陈群	42232219****094816	36	11254.35	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
89	罗华林	42232219****210014	36	16810.62	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号
90	孙斌	42232219****180102	36	7214.88	湖北省嘉鱼县岳城镇岳口镇陈家湾村一组40号