

跟风网红养肤 皮肤越护越干

省老年医院皮肤科:七成患者为年轻女性

□本报记者 朱晓洁

明明跟着网红教程“以油养肤”，皮肤却越养越干，甚至状态比之前更糟。

近日，记者从福建省老年医院皮肤科获悉，入冬后因不当“以油养肤”导致皮肤问题的年轻患者明显增多，其中20至35岁的女性占比超过七成。



福州25岁的上班族林女士(化名)正是其中一位。接诊的福建卫生报健康大使、皮肤科主任张金燕副主任医师介绍，林女士为混合性肌肤，夏季曾因痤疮在该院接受规范治疗，当时皮肤状态恢复良好。入秋后，福州空气干燥，她逐渐感觉脸颊紧绷、鼻翼起皮，化妆时也常出现卡粉、浮粉。

“我在网上看到很多博主推荐‘以油养肤’，说能快速缓解干燥，就想试试看。”林女士表示，她听信“油能替代水乳”的说法，停用了原本的保湿产品，洁面后直接厚涂某款植物精华油。“刚涂完确实有短暂的滋润感，但不久皮肤又变得干燥。”坚持一周后，她的皮肤状况反而恶化：脸颊泛红范围扩大至下颌，触碰时有刺痛感，晨起枕头上还留有皮屑。

张金燕主任检查发现，林女士角质层含水量明显偏低，皮肤屏障受损，诊断为刺激性接触性皮炎早期。针对这一情况，张主任要求其立即停用精华油，并开具抗炎药物缓解症状，同时建议通过基础保湿护理修复皮肤屏障。

“以油养肤”常见误区

张金燕主任解释，“以油养肤”主要通过油脂的封包作用增强保湿，适合秋冬季节皮肤油脂分泌减少时使用。但许多人忽略了“先补水、后锁水”的关键步骤。若跳过补水直接涂油，油脂无法有效锁住水分，反而可能导致角质层持续缺水。此外，过度厚重的油脂会加重皮肤负担，甚至破坏屏障。

跟风盲目使用也是常见误区。不少人忽视自身肤质是否适合，即便皮肤不干燥也强行“以油养肤”，反而可能引发问题。

如何选对产品、用对方法

按肤质选择：油性或易长痘

肌肤应避免矿物油类产品，可选温和的植物精油或精华油，以免堵塞毛孔；混合性肌肤可在面颊等干燥区域重点使用，T区减少用量；干性肌肤可将精华油与乳液、面霜混合使用，增强保湿效果。

按年龄区分：年轻肌肤侧重基础保湿，选择成分简单的护肤油即可；熟龄肌肤可选用含补骨脂酚等抗衰成分的特效型油类产品。

及时止损与修复

张主任强调，若使用油类产品后出现持续干燥、泛红、瘙痒，或两周内皮肤状态无改善反而变差，应立即停用并就医。部分含植物成分的油类可能具有光敏性，建议夜间使用，避免日间接触阳光。

“以油养肤”正确步骤

先使用水类产品为皮肤补充水分，再涂抹乳液或面霜，最后取少量油类产品进行封层。若想简化步骤，也可将适量油类产品与乳液混合后使用，同步实现补水与锁水。



3月婴儿腹藏7厘米肿瘤 医生“豆腐上雕花”拆除

□本报记者 张帅
通讯员 傅俊杰

谁能想到，一个刚满3个月的宝宝肚子里，竟悄悄“藏”着一个直径达7厘米的肿瘤？

时间回到小何(化名)怀孕30周时，一次产前超声检查意外发现胎儿左肾旁有个约1.5厘米的肿物。宝宝出生后，肿物并未停止生长：满月时已达3厘米，三个月时竟迅速增大至7厘米，几乎占据了婴儿大半个左侧腹腔。

“这么小的孩子，肚子里怎么能装下这么大的东西？”当地医生紧急建议转院。小何立刻带着宝宝赶往福州，来到福州市第一总医院儿童专科院区(福建省福州儿童医院)，找到了儿外科专家林芃博士团队。

经全面检查，初步判断肿瘤为良性，有手术机会，但难度极大。CT影像显示，肿瘤位于腹膜后，被胃肠、脾脏、胰腺、腹主动脉及左侧肾蒂血管紧密包裹，如同一个“血管粽子”。

“婴儿的腹腔空间仅约为成人的一半，组织极其脆弱，



稍有不慎就可能引发大出血。且肿瘤位于肾上腺区域，术中触碰可能导致血压骤升，风险极高。”林芃博士形容，这场手术犹如“在豆腐上雕花”，既要完整切除肿瘤，又必须保证周围重要脏器丝毫无损。

手术中，团队发现肿瘤与周围组织广泛粘连，腹主动脉像藤蔓般缠绕在肿瘤表面，左侧肾脏已被挤压移位。凭借精细的操作与丰富的经验，林芃团队历时3小时，成功将这

颗“炸弹”完整剥离取出。

术后第二天，宝宝便能正常进食、排便。病理报告证实为罕见的良性肾上腺上皮瘤，全家悬着的心终于落地。一周后，宝宝顺利康复出院。

林芃博士特别提醒家长：若产检发现胎儿腹腔存在肿物，不必过度恐慌，但务必遵医嘱定期复查、密切监测。新生儿如出现异常腹胀、持续哭闹、呕吐或生长发育迟缓等情况，应及时到专科医院就诊，做到早发现、早诊断、早治疗。

□本报记者 张帅 通讯员 林春梅

有些人的五脏六腑像照镜子一样，完全长反了——心脏在右边，肝脏在左边，这种“镜面人”现象极为罕见，全球发生率仅为百万分之一。

近日，福建医科大学吴孟超纪念医院就接诊了这样一位特殊患者。陈先生(化名)因腹痛、皮肤发黄就医，检查发现不仅有胆总管结石，还是一名“完全内脏反位”的“镜面人”。

这种全反的解剖结构，让常规手术面临巨大挑战：腹腔镜下视野左右颠倒，手术操作如同“左右手互换”，极易误伤重要血管和胆管。

面对这一罕见病例，肝胆外科李海涛主任医师团队迎难而上。术前，他们联合多科室进行周密准备：利用3D技术重建镜像解剖模型，麻醉、护理团队也针对“反位”特点制定专项方案。李海涛主任表示：“我们必须先在脑中‘活’成一个镜面人，才能安全完成手术。”

手术中，李海涛团队在完全“反向”的视野下精准操作，通过腹腔镜与胆道镜双镜配合，巧妙避开变异血管，成功取净结石。手术仅历时两小时，出血极少，患者术后恢复顺利，一周即康复出院。

李海涛主任提醒公众：内脏反位本身通常不影响健康，但若伴有疾病需手术，则会显著增加难度。他建议，平时如有腹痛、黄疸等异常症状，应及时就医检查，实现早发现、早治疗。此次成功手术也表明，通过充分的多学科协作与精细术前规划，即使面对“镜面人”这类复杂情况，现代医学也能实现安全、有效的治疗。

「镜面人」遇上胆结石
福建医生上演「反向」手术教科书