

告别“蜈蚣脚”疤痕，从选对缝合方式开始

通讯员 赵婉 记者 宋伟 刘婧

聚焦健康

想象一下，你或家人不小心摔伤了面部，或刚做完一颗痣的切除手术。伤口愈合后，你每天对着镜子，最担心的不是健康问题，而是那道会不会变成“蜈蚣脚”一样的疤痕。这时候，医生可能会提到一个词——“美容缝合”。

那么，到底什么是美容缝合，它和普通缝合有什么区别，哪些情况适合做美容缝合，缝合后，如何做能让疤痕更淡？带着这样的疑问，我们采访了延安市人民医院皮肤科主任徐亚楠。

什么是美容缝合？

徐亚楠说，美容缝合不是简单的“缝针”，而是皮肤外科精细化缝合，通过多层减张、精细对位、无张力甚至负张力闭合，让伤口对合更好，减少皮肤张力、炎症刺激，减少疤痕增生、变宽、色素沉着的风险。

美容缝合和普通缝合的区别是什么？

徐亚楠说，美容缝合和普通缝合的区别主要有以下四点：

一、理念不同

美容缝合：愈合+美观为双重目标，优先减张、精准对位。

普通缝合：以闭合伤口、止血愈合为目的，张力大、针脚粗，会有明显线痕。

二、层次不同

美容缝合：皮下减张+真皮减张+表皮对位多层缝合，把张力转移到皮肤深层，表皮仅轻微对合。

普通缝合：多为单层皮肤缝合，张力全在表皮，易拉宽疤痕。

三、材料不同

美容缝合外层表皮用细如发丝的专用缝线，针细、线细、组织反应小，不易留针脚印。

四、外观不同

美容缝合：恢复后多为细线状淡痕，甚至接近无痕。

普通缝合：愈合后多为线性宽疤、蜈蚣脚。

哪些情况更适合做美容缝合？

徐亚楠说，出现下面这五种情况，更适合做美容缝合。

一、良性皮肤肿物切除

色素痣、寻常疣、皮脂腺痣、脂肪瘤、血管瘤、皮脂腺囊肿、钙化上皮瘤等各类肿物手术切除与精细缝合。

二、恶性皮肤肿物切除

基底细胞癌、鳞状细胞癌、鲍恩病等皮肤恶性肿瘤扩大切除、病灶根治+美容缝合。

三、瘢痕专项治理

各类陈旧性瘢痕修复、增生性瘢痕、凹陷性瘢痕精细化矫正。

四、瘢痕改型手术

瘢痕W改形、Z字改形、局部皮瓣转移，优化瘢痕走向与外观、改善牵拉畸形。

五、暴露部位外伤急诊美容缝合

面颈、四肢等外露部位外伤，精细化清创、美容分层精细缝合。

缝合后，如何能让疤痕更淡？

徐亚楠说，缝合后，想要让疤痕更淡，就要做到以下六点：

一、保持伤口干燥清洁，遵医嘱按时换药拆线；

二、忌烟酒，忌辛辣刺激性及高脂、高糖食物，少食光敏性食物，多补充蛋白质以及维生素C含量高的食物；

三、伤口愈合后及时使用硅酮类祛疤产品，坚持3-6个月；

四、拆线后早期使用减压器/减张胶带，持续抗张力3-6个月；

五、拆线后尽早进行激光治疗，减少增生性疤痕的形成；

六、严格防晒，避免伤口色素沉着。

专家档案

徐亚楠，主任医师，延安市人民医院皮肤科主任。中国医师协会美容与整形医师分会第七届委员会面部年轻化委员，中国中西医结合学会医学美容专业委员会皮肤外科专家委员会常委，陕西省医师协会皮肤科医师分会第二届委员会常务委员，陕西省医学传播学会皮肤与美容专业委员会副主任委员，陕西省医学会皮肤性病学分会第十届委员会委员，陕西省医师协会皮肤科分会青年委员，陕西省性学会健康教育委员会副主委，延安市医学会皮肤性病委员会副主委，陕西省保健协会皮肤保健与美容专业委员会常委，陕西省中西医结合学会医学美容专业委员会常委，陕西省中西医结合学会第五届皮肤病专业委员会常委。

擅长银屑病、荨麻疹、白癜风、黄褐斑、痤疮、特应性皮炎(AD)、瘢痕、脱发、玫瑰痤疮等皮肤疾病的诊治，在皮肤激光美容、注射美容及皮肤年轻化综合治疗方面具有丰富的临床经验。



特色医疗

延安瑞康康复医院

护航夕阳红 关爱伴我行

延安瑞康康复医院开展春季健康科普公益活动

本报讯(通讯员 董新银 王溪雅)为进一步提升中老年群体的春季健康管理意识，普及老年病科学预防知识，4月24日，延安瑞康康复医院党支部书记白杨率领军医团队走进延安老年大学，成功举办以“护航夕阳红，暖心关爱伴我行”为主题的春季健康科普公益活动。

本次讲座聚焦春季高发老年病的临床特点与防治策略，由该院职业病科主任、副主任医师沙静担任主讲嘉宾。讲座中，沙静结合春季气温多变、过敏原增多、血管舒缩不稳定等特征，深入浅出地讲解了高血压、心脑血管疾病、呼吸道感染及骨关节病等老年常见病的发病机制、早期预警信号及居家实用预防措施。

除疾病预防知识外，讲座还重点推介了医院的无创检测及颈动脉筛查两大特色医疗技术。医护人员向学员



详细阐释了颈动脉内膜中层厚度检测在脑卒中风险评估中的临床价值，并

讲解了无创检测技术相较传统检查方式的优势，着重强调了其在避免侵入

性不适、提升老年患者检查依从性方面的显著益处。讲座通过图文并茂的展示，让到场的老年学员们对科学、便捷的筛查手段有了更直观且深入的认识。

活动现场气氛热烈，学员们求知若渴，积极互动。医院还为到场人员精心准备了健康宣传手册及便民体检卡，将健康关怀落到实处。后续，医院将根据现场反馈，持续优化公益服务内容，探索建立常态化的健康咨询与对接机制。

延安瑞康康复医院党支部书记白杨在活动中表示，关爱老年人健康是医疗机构义不容辞的社会责任。医院将继续依托专业的人才队伍与领先的技术优势，常态化深入社区、老年教育机构等场所，开展形式多样的健康公益活动，让“早筛查、早预防、早干预”的健康理念深入人心，真正为老年朋友的健康保驾护航。



大医精诚

延安人民医院
YAN'AN PEOPLE'S HOSPITAL

精准诊疗护肌肤 爱心义诊暖民心

市人民医院邀省内外专家开展特应性皮炎义诊

本报讯(通讯员 陆延娜)春风送暖，健康同行。4月25日，延安市人民医院皮肤科特邀省内外知名专家，在一号楼一楼大厅开展特应性皮炎规范化诊疗义诊活动。

本次义诊邀请了郑州大学第一附属医院教授尹光文、陕西省人民医院教授杨励、西安高新医院教授马凌云莅临指导并坐诊。三位专家深耕皮肤科临

床多年，在特应性皮炎、过敏性皮肤病、银屑病及疑难少见病诊疗领域积累了丰富的经验，让延安患者在家门口就享受到国家及省级皮肤科专家的精准诊疗。

活动现场秩序井然，众多成人、儿童特应性皮炎、湿疹、银屑病病患者早早到场排队咨询。专家们耐心细致地为每一位患者问诊，查看皮肤症状、分析病情病因，针对瘙痒反复、用药

不规范、护理误区等核心问题，进行了一对一专业答疑。同时结合患者年龄、病情、体质等个体情况，量身定制了个性化诊疗方案与长期皮肤管理计划，详细讲解了特应性皮炎急性期控制、日常保湿护肤、银屑病与湿疹复发预防等知识，切实缓解了患者皮肤不适困扰，全面提升了群众对过敏性皮肤病的科学认知与防护意识。

市人民医院皮肤科医护人员全程有序指引就诊，发放科普手册并进行健康宣教，让患者在就诊的同时，掌握专业实用的皮肤养护知识。本次活动围绕特应性皮炎等常见皮肤问题，共为93名患者提供了免费诊疗服务，医护人员向群众发放了110份科普宣传材料，普及了过敏性皮肤病防治知识，解答了他们的日常皮肤健康疑问。

透析患者突发险情 跨科联动成功抢救

本报讯(通讯员 高小娥)“王护士，我在一楼买药这儿晕得不行，浑身冒汗……”

近日，延安市人民医院内科血透室主管护士王小娟突然接到一通急促的电话，电话那头是她的同学兼患者姬某虚弱的声音。来不及多想，王小娟立刻抓起血压计、生理盐水、穿刺针和葡萄糖，一路小跑冲向医院一号楼一楼大厅，一场与时间赛跑的紧急救援就此展开。

今年45岁的姬某，与王小娟护士同龄，2024年7月被确诊为慢性肾功能衰竭-尿毒症期，从此开始了每周三次的规律透析治疗。对于尿毒症患者而言，透析是维持生命的重要支撑，而透析后低血压则是常见的突发风险，若不及时处理可能危及生命。姬某深知王小娟护士的专业与细心，治疗期间一直

保存着她的联系方式，却未曾想这通电话竟成了紧急时刻的“生命连线”。

当王小娟赶到一楼买药处时，姬某已瘫坐在长椅上，面色苍白，大汗淋漓，意识模糊。“当时他只剩最后一点头意识，”王小娟回忆道，“看到他那样子，我心里特别着急。”王小娟回忆道。她第一时间联系急诊科，护士张延平迅速推来平车，两人合力将姬某移至车上。现场测量血压仅为78/60千帕，远低于正常水平，情况十分危急。

在推送姬某前往急诊科抢救室的途中，王小娟已做好各项准备。抵达抢救室后，她与急诊科护士马婷婷默契配合，马婷婷立即为患者连接心电监护，给予吸氧支持，王小娟则迅速为姬某建立静脉输液通路。考虑到患者的动静脉内瘘是透析生命通道，她熟练地在瘘管处精准穿刺，输注生理盐水和葡萄

糖，补充血容量、纠正低血糖。同时，王小娟还主动为患者办理挂号、代购所需药品，全程没有丝毫懈怠。

接下来的两个多小时里，王小娟始终守在姬某病床旁，密切监测他的血压、心率变化，不时为他按摩颈静脉处，仔细观察内瘘震颤声音，确保通路通畅。“他是我的同学，更是信任我的患者，我必须守着他脱离危险。”王小娟说。在医护人员的共同努力下，姬某的面色逐渐红润，血压缓慢回升，意识也完全清醒，生命体征趋于平稳。

但王小娟并未掉以轻心，她又小心翼翼地将姬某搀扶回肾内科血透室，安排在病床上继续观察。直到监测显示各项指标完全稳定，确认患者已无大碍后，她才放心让姬某离开。这场紧急救援，从突发险情到转危为安，凝聚着医护人员的专业素养与责任担当，更饱含

着人与人之间的温暖情谊。

“其实我早就把这件事忘了，当时只想着赶紧救人。”王小娟坦言，作为血透室护士，守护患者生命安全是她的本职工作。而这场跨越医患与同窗的救援，不仅展现了王小娟护士临危不乱、快速响应的专业能力，更体现了她以人为本、关爱患者的职业初心。急诊科护士张延平、马婷婷的及时配合，也彰显了医院多学科联动救援的高效与默契，为患者筑起了一道坚实的生命防线。

如今，姬某仍在坚持每周三次的规律透析，身体状况稳定。每当想起那次惊险的经历，他总是满怀感激：“多亏了小娟和急诊科的医护人员，是他们给了我第二次生命。”而在肾内科的病室里，这样的暖心故事仍在不断上演，医护人员用专业与温情，为尿毒症患者点亮了生命的希望之光。

市人民医院病理科顺利通过国家病理质控中心认证

本报讯(通讯员 刘王静)近日，从国家病理质控中心传来喜讯：延安市人民医院病理科在2026年度全国胃癌Claudin-18.2(紧密连接蛋白-18.2)免疫组化判读能力验证中顺利通过考核，荣获国家级质控合格证书。

国家病理质控中心是受国家卫生健康委委托、依托北京协和医院建立的权威质控机构，负责制定全国病理专业质控标准并组织开展室内质评与能力验证。这标志着该院病理科在肿瘤病理诊断，特别是胃癌伴随诊断领域的专业能力与质控水平达到了国家级标准。

胃癌是我国最常见的恶性肿瘤之一，发病率居恶性肿瘤第5位，病死率居第三位，严重威胁人民健康。Claudin-18.2(CLDN-18.2)是胃癌精准治疗领域备受关注的新型靶点，正引领着新一轮的治疗变革。其表达水平判读的准确性与规范性，是指导临床医生筛选适用靶向药物(如佐妥单抗)、制定个性化治疗方案的关键依据，直接关系到患者的治疗效果与生存获益。

该院病理科获得此项合格证书，不仅是对其专业技术实力的权威认可，也彰显了医院在推动肿瘤精准医疗、为患者提供高质量诊疗服务方面的坚定决心，也为科室正式开展Claudin-18.2检测新业务打下了坚实基础。

作报告作分享获奖项

市人民医院皮肤科团队登上省级学术舞台

本报讯(通讯员 杜宝林)4月17日至19日，由陕西省医学会、陕西省医学会皮肤性病学分会主办，空军军医大学西京医院承办的“第二十次皮肤性病学学术年会”在西安圆满落幕。

4月18日，在聚焦皮肤病诊疗新进展、临床治疗难点、规范治疗及皮肤美容、皮肤外科、中医诊疗的省级学术会议上，延安市人民医院皮肤科主任徐亚楠在色素性皮肤病分会场作了题为《黄褐斑的综合治疗及研究进展》的学术报告。

报告中，徐亚楠结合自身十余年临床诊疗积累，从循证医学视角系统梳理了黄褐斑的多维度干预方案，涵盖光电治疗、药物联合、屏障修复等前沿技术路径。该报告既融合了国际最新研究成果，又贴合基层临床实践需求，凭借扎实的证据支撑与务实的经验总结，获得省内外与会专家的高度认可。

在4月18日的毛发与皮肤外科专场，延安市人民医院皮肤科主治医师杜宝林作了题为《“睛”彩重塑：眼周手术的美学与技术探索》的专题分享。他以眼周皮肤病修复的临床病例为核心载体，阐述了眼周皮肤病手术、个性化术式设计要点与精细化操作技巧。该分享将美学理念与外科技术深度融合，为基层临床开展精细化眼周手术提供了可落地的实践参考。

在本次皮肤病学术盛会同期举办的第三届青年皮肤科医师科普大赛中，该院皮肤科青年医师张宇歌的科普作品《拆“墙”容易“砌”墙难，刷酸适度方为上》荣获三等奖。这既体现了医院青年医师对医学科普工作的重视，也践行了“以科普赋能健康，用专业守护防线”的理念。

专家到了家门口 健康有了“守门人”

市人民医院开展“免费义诊+慢病建档”活动

本报讯(通讯员 郑红艳)4月23日，延安市人民医院白求恩医疗服务队联合宜和物业服务有限公司，在延长石油小区举办了一场大型慢性病建档管理义诊活动。来自老年病科、心血管内科、神经内科、消化内科、内分泌科、呼吸内科、骨科的骨干医护团队现场坐诊，为小区居民提供免费健康筛查、专科咨询及慢性病建档管理服务，真正打通了优质医疗资源下沉小区的“最后一公里”。

上午10时，活动准时开始。小广场上已有序地排起了队伍，居民们在物业工作人员和志愿者的引导下依次测量血压、血糖，并根据自身情况前往对应科室咨询。

延安市人民医院派出的医护团队覆盖了老年人最常见的慢病领域：心血管内科主任医师梁延宏为高血压、冠心病患者调整用药方案；内分泌科副主任医师杨琼为糖尿病患者提供饮食与运动指导；呼吸内科副主任医师姚慧娟重点服务慢阻肺、哮喘患者；神经内科主治医师任蓉蓉针对卒中后遗症、头晕头痛等问题进行筛查；消化内科住院医师强咪咪、骨科副主任医师白涛则分别接诊胃肠疾病和骨关节退行性病变患者。老年病科主任医师申洁更是全程坐镇，为多位行动不便的高龄老人制定综合健康管理方案。

“以前去医院挂专家号要排队大半天，今天专家直接到了楼下，还不要钱。”68岁的李大爷患有高血压和糖尿病多年，他带着自己的药盒和近期的化验单向内分泌科医生详细咨询。“医生不光调了药，还教我怎么记血糖日记，说要给我建一个慢性病档案，以后有人定期随访。我们老百姓最需要这种服务。”

与普通义诊不同，本次活动重点突出“慢性病建档管理”。现场专门设置了健康档案登记台，对尚未建立慢性病档案的居民进行信息采集和病史记录，对已有档案的居民进行信息更新。所有档案将严格遵循隐私保护规范，由专人管理，后续提供定期随访、健康宣教及双向转诊绿色通道服务。

“以前义诊量个血压血糖就结束了，过段时间又忘了。这次是真正‘管’起来了。”张阿姨在心血管内科医生处咨询后，又主动到建档台完善了自己的病历信息。她说自己冠心病手术后一直不敢停药也不敢减药，今天医生仔细看了她的出院小结和用药清单，给出了明确的复查建议和日常注意事项。

宜和物业石油小区项目部负责人表示，物业提前通过业主群、公告栏进行了广泛通知，并在活动当天安排专人引导、维持秩序，确保老年居民尤其是独居老人能够顺利就诊。据不完全统计，当天共有近300名居民参与义诊，其中新建立慢性病档案60余份，更新完善档案近百份。

“我腿不好，去一次医院要折腾一上午。今天骨科医生就在楼下，给我查了关节活动度，还教了几个康复动作。”71岁的王奶奶笑着告诉笔者，她因为膝关节炎走路都吃力，这次医生不仅开了外用药，还建议她到康复科做进一步评估，并帮她登记了转诊绿色通道。

不少年轻居民也带着父母前来咨询。“我爸妈平时总说没事、没事，小毛病拖着。这次有正规医院的大夫上门，他们才愿意来看看。”居民刘女士表示，这样的活动对双职工家庭来说非常实用，希望以后能经常举行。

“白求恩精神”的核心是对人民极端负责、对技术精益求精。我们把多学科骨干力量送到小区，就是希望让慢性病管理从“被动治疗”转向“主动预防与规范管理”，真正服务好每一位居民。”市人民医院白求恩医疗服务队队长在活动中表示。