

本版主持人
医疗·健康新闻部主任:王淑云
电话:13939258016
E-mail:yjkkxb@163.com

鹤壁市健康教育中心
保健与健康讲座

风疹不是吹出来的 产后哭确实伤眼睛 揭秘六大健康传闻

生活中,常听到一些所谓的从老祖宗那儿流传下来的健康知识,它们在人群中口口相传,到底真是假呢?真实的情况又是怎样呢?

1.风疹是风吹出来的?北京大学第一医院皮肤科副主任医师杨淑霞:事实上,这二者间没有任何关系。风疹是风疹病毒诱发的,主要通过呼吸道和直接接触传播。春夏之交多风,因风疹病毒可通过空气飞沫传播,此时风疹更易高发,固有上述讹传。

实际上,老百姓口中的“风疹”,很多其实说的是“荨麻疹”,就是俗称的“风疹块”、“风疙瘩”。荨麻疹的症状特征是来得快,去得也快,疾病消退后不留痕迹,像一阵风一样,因此老百姓就将其与风联系起来。

2.面瘫是被风吹出来的?北京天坛医院副院长、神经内科主任王拥军:冷风吹袭确实可能会导致面瘫,但只是诱发因素。面瘫是因为面神经方面的功能障碍所致,面部受寒是其中一个原因,大多则是由于面神经被病毒感染而发病。此外,心理因素也是引发面神经麻痹的重要因素之一。面神经麻痹发生前,有些病人会有生气、长期疲劳、睡眠不足、精神紧张等情况。

3.吃咸鱼易得癌?北京大学肿瘤医院胃肠肿瘤外科主任季加孚:这个说法

在沿海一带流传甚广,鼻咽癌与吃咸鱼确实有一定关系。广东和香港是全球鼻咽癌发生最多的地区,调查显示:香港青年中的鼻咽癌患者有90%以上因吃咸鱼所致。咸鱼导致鼻咽癌可能是因其含有致癌的亚硝胺成分。

4.“缠腰龙”围成一圈就得死人?空军总医院皮肤科副主任医师史飞:这句话没有太多科学依据。“缠腰龙”是带状疱疹的俗称,它是由水痘带状疱疹病毒引起的急性炎症性皮肤病。一般来说,带状疱疹的皮损常沿某一周围感觉神经单侧分布,一般不超过体表正中线,更不会围成一圈。不过少数情况下,当人体免疫力极度下降时,如恶性肿瘤化疗期间等,会出现播散型带状疱疹,严重者可危及生命。

5.发烧能把孩子烧傻?北京大学第一医院儿科主任医师黄建萍:儿童发烧要分情况,低于38.5℃一般问题不大,但若高于38.5℃,确实有可能对身体造成不可逆的损害。超高热会诱发高热惊厥,对孩子大脑的损害极大,甚至会造成大脑耗氧量增加、脑细胞缺氧、代谢紊乱而致脑水肿。



因此孩子高烧要及时就医。

6.坐月子时哭,以后眼睛会不好?中国中医科学院教授杨力:这句话有一定道理。中医认为,产后经常哭,容易受风。月子里经常哭眼睛会提早老化,有时会成为眼睛酸痛、干眼症、青光眼或白内障的起因。(据《生命时报》)

卵巢囊肿必须做手术吗?



患者问:我查出患有卵巢囊肿,医生建议做手术,请问必须做手术吗?有没有更好的治疗方法?

爱民医院妇科专家答:卵巢囊肿是常见的妇科疾病之一,是否切除卵巢是根据患者的年龄、病变性质、治疗目的、生育状况、本人意愿以及家属要求,综合考虑后才能下决定。若患者年龄已超过50岁,且已绝经,可以考虑手术切除卵巢。另外,以下情况应该切除卵巢:①卵巢癌,除年轻未生

育者外,不管是原发还是转移的都应切除双侧卵巢;②卵巢积水,卵巢输卵管积水,其卵巢组织完全被破坏;③卵巢巨大巧克力囊肿,输卵管阻塞引起育龄妇女不孕或有恶变可能时;④绝经3年~5年以上的妇女在做妇科手术时可切除双侧卵巢;⑤较大的卵巢良性肿瘤,不易剥离则应切除;⑥卵巢先天性严重发育不良,无卵巢功能者。

爱民医院采用腹腔镜微创技术剔除卵巢囊肿,不需要开腹,仅需在腹壁上开3个

直径5毫米的小孔,借助专用器械即可轻松完成手术。患者痛苦小,术后恢复快,6个小时病人即可下床活动,两三天即可出院,腹部不会留下难看的疤痕。经过多年的实践探索和经验总结,已成功地为众多女性解除子宫卵巢囊肿、子宫肌瘤、子宫内异位症等病痛困扰,既解除子宫疾病又保全子宫。人性化手术备受医生和患者青睐,深受患者好评。

专家热线:0392-3368120

胃病为何反复发作?

患者问:我的胃病总是治不好,经常有饱胀感,伴有疼痛,什么药都不管用,是什么原因?

爱民医院胃肠科专家答:胃病难治,容易反复,原因主要有两点:一是胃病种类多,难分辨;二是治疗胃病的药物众多,用于治疗胃病的中药、西药不下百种,虽然都是治疗胃病的药物,但作用原理不同,很多人只是盲目挑选药物,吃药后疼痛缓解。

胃病患者首先要查明是否感染幽门螺杆菌。而许多老胃病患者往往因忽略了

杆菌。在胃溃疡患者中,幽门螺杆菌检出率为70%~90%。因此,确定幽门螺杆菌数量可以为医生制订治疗方案提供科学的依据,杀灭幽门螺杆菌是防止慢性胃病复发的有效途径。

幽门螺杆菌具有抗酸性,不怕胃酸腐蚀,是一种寄生在胃肠道的细菌。但大多数患者通常并不知道感染了幽门螺杆菌,往往是出现腹痛、恶心、呕吐、消化不良等症之后,经过检查,才发现自己感染了幽门螺杆菌。而许多老胃病患者往往因忽略了

这一点,结果不停地治疗,胃病还是反复发作,无法痊愈。

爱民医院拥有幽门螺杆菌C14呼气检测仪和日本岛津遥控胃肠诊断系统,最大特点是体外检查,不插管、无痛苦。患者只需呼一口气,医生就可快速、准确地诊断出是否感染幽门螺杆菌及其数量,还能用于药物疗效的评价,极大地提高了胃病的诊疗水平。另外,也很适合心脏病和传染病患者、老年人、儿童。

专家热线:0392-3368120

醉酒后如何调养身体

中国人的人情往来、饭局应酬,少不了喝酒。但醉酒的滋味实在不好受,有什么法子能缓解呢?

胃肠不适喝芹菜汁。如果酒后胃脘不适、反胃恶心,可以喝芹菜汁或吃鲜葡萄。芹菜中含丰富的分解酒精所需的B族维生素。胃肠功能较弱的人,建议喝酒前先喝点芹菜汁,能减轻喝酒时脸发红的症状。鲜葡萄中的酒石酸也能解酒。喝完酒还可以喝点肉汤,减轻酒精刺激胃壁细胞。

吃维生素C保护肝脏。维C能加速酒精分解,保护肝脏,喝酒时或醉酒后吃维生素C或柑橘、西瓜等富含维C的水果,都有利于解酒。一大杯橙汁或蜂蜜水也能加速去除残存在体内的酒精。

头疼、头晕喝点蜂蜜水。头痛是宿醉不可避免的症状之一,喝点蜂蜜水或者西红柿汁可缓解。蜂蜜能够促进酒精的分解吸收,减轻头痛。一次喝西红柿汁300毫升以上,酒后头晕感会逐渐消失。宿醉后的清晨,最好泡个热水澡,能缓解头昏脑涨、全身无力的症状。如果能在水中滴几滴精油,还能提神醒脑。

嗓子不舒服多喝白开水。醉酒后嗓子不舒服,主要是酒后失水引起的,马上喝几杯温开水,能稀释酒精,保护肝脏,补充水分。宿醉后喝运动型饮料也是不错的选择,饮酒时一起喝还能防止大醉。

喝酒后不要喝茶水。因为茶叶中的茶碱与酒精代谢产物乙酸结合,形成的物质会对肾脏造成损害。



光脚隐患多 按摩不能少 夏天更要勤泡脚

天气一热,光脚穿凉鞋的女性越来越多。虽然舒服又美观,但光脚穿凉鞋会带来很多健康隐患。

没有袜子保护,脚和鞋经常“亲密接触”的结果是容易使脚后跟等常与鞋接触部位角质层越长越厚,脚背、脚趾等与鞋摩擦部位容易出现皮肤发红、起水泡等症状。这是因为皮肤对皮革、橡胶等鞋的材料过敏所致,属于接触性皮炎。此外,脚的脂肪层薄、保温差,又距离心脏最远、供血差,所以脚掌皮肤温度最低,极易受寒。一旦脚部受凉,可反射性地引起上呼吸道黏膜的毛细血管收缩,使抵抗力明显下降,空气中的病菌便趁虚而入,引起热伤风等多种疾病。特别是下雨时,光脚更易受凉,会引起胃疼、腰腿疼。

所以,夏季护脚非常关键,要从以下几个方面做起。第一,尽可能穿袜子。薄点的棉袜或者透气性好的丝袜,都能在皮肤和鞋之间形成一个吸汗和通气的“屏障”。必要时可加棉质鞋垫,在吸汗、保护皮肤的同时,更耐摩擦。第二,夏季更要多泡脚。夏季泡脚好处多多,不光可以驱除疲劳,还有消暑除烦的功效。建议每天晚上用40摄氏度左右的热水泡脚15分钟~20分钟。第三,磨砂去死皮。趁泡脚后脚部死皮变软时,涂抹磨砂膏用手指打圈按摩,可以加强去死皮的效果。第四,足部按摩不可少。比如涌泉穴,用拇指或食指关节进行持续性的刺激,至脚底发热为止。(据《生命时报》)

梦幻可视无痛人流术3分钟
轻松解决意外怀孕烦恼

可视 无痛 微创 安全 快捷 保宫

该技术具有定位准确、安全性高、手术时间短等优点,是迄今为止对身体伤害最小的人流术,并可提前10天终止妊娠,是目前摆脱意外怀孕烦恼的首选方案。

不伤宫颈、身体恢复快,不影响工作和学习;术后采用短波治疗,迅速恢复子宫肌理,不影响生育。

开展处女膜修补术、阴道紧缩术。

爱民医院 24小时
意外怀孕援助热线: **3326120**

无痛包皮、包茎环切术
让男人从此“抛头露面”摆脱束缚

微创·无痛·恢复快·费用低

包皮过长和包茎是先天的发育异常,包皮过长是指包皮遮盖阴茎头部,只有用手将包皮上翻,或当阴茎充分勃起时阴茎头和冠状沟才能露出来;包茎是指包皮口过小、过紧、不能上翻或勃起仍不能露出龟头和冠状沟。

微创包皮、包茎环切术的优势:

- 1.手术只需几分钟,安全、无痛、微创、手术效果好;
- 2.随治随走,不用住院,不影响正常工作和生活;
- 3.一次治疗,“性福”一生,术后有效提高性生活质量;
- 4.有利于防止性传播疾病感染,并对早泄有一定的辅助治疗作用。

专家康复热线:0392-3326120

不插管、无痛苦检查胃肠疾病
金标准:查幽门螺杆菌 只需呼一口气

C14呼气检测仪体外检查,不插管。患者只需呼一口气,即可快速、准确地诊断出是否感染幽门螺杆菌及其数量。

如果长期胃部不适,胃胀、胃痛、胃酸,伴有口腔异味,首先要查明是否感染幽门螺杆菌。在胃溃疡患者中,幽门螺杆菌检出率为70%~90%。现代医学研究表明:幽门螺杆菌是消化性溃疡和慢性胃炎的罪魁祸首,也是世界卫生组织认定的胃癌第一类致癌源。及时地诊断并杀灭幽门螺杆菌是防止胃病反复发作、治愈胃病的有效途径。

爱民医院咨询电话: **3326120**