

秋季给心脏做次检修

俗话说“一层秋雨一层凉”。研究表明,急性心肌梗死多发病有明显的季节特点,高峰期在秋冬两季,秋季要做好护心的准备哦。

报修 十个信号要当心

换季之时,天气转凉,早晚温差大,成了心脑血管病友们的“多事之季”。究其原因主要有以下两点:

首先,气温下降引起血管收缩,血压升高,心率增快,导致心脏负担加重。其次,寒冷还能诱发冠状动脉的收缩甚至痉挛,直接影响心脏本身的血液供应,诱发心绞痛或心肌梗死。如果出现以下疾病信号要特别警惕:

焦虑。焦虑感人人都有,但如果感到“厄运即将到来”的濒死感时,预示着心脏正受“挤压”。

胸部不适。常表现为一种压迫感,而不是剧烈胸痛或烧灼感。

气短。仅仅从事轻微劳动就感到心悸、疲乏,或走路稍快就气急。

疲劳。尤其是女性,对持续数天或数周的疲劳要重视。有些人还会出现异常乏力等情况,看似健壮的人突然感觉举步维艰,

甚至连拿一杯茶力气都没有。

恶心或食欲不振。右心衰竭所致的腹部各脏器瘀血水肿时,会让人感觉胃部不适或恶心欲呕,食欲也明显下降。

快速或不规则的脉搏跳动。这不同于偶尔心跳过快,若伴有明显乏力、头晕、呼吸急促等,可能是心脏病发作的前兆。

突然出一身冷汗。即使坐在椅子上不动,仍不停出汗,可能是心脏病发作的信号。

肿胀。心衰患者极易出现肿胀不适,通常发生在脚踝、胫前、大腿或腹部,有些人会出现突然的体重增加等。

心悸。常常发生在饱餐、寒冷、吸烟,或是看情节紧张的电影、电视时。

经常梦中惊醒。熟睡或做噩梦过程中突然惊醒,感到心悸、胸闷、呼吸不畅,需要坐起来才好转。



维护 坚持用药,勤测血压

换季时期“漏服药物、减量、停药”是心脑血管病友们的“大忌”。在临床上,每年在换季时期因擅自停药或漏服药物而发生心脏突发事件的患者并不少见。换季本来就是“多事时期”,频繁的血压波动会诱发心梗和脑中风。在一般情况下,秋季的用量较之夏季会加大,但一定要经过医生的具体诊断后再进行,不可擅自调整药物用量。

如果平常一到两周才测一次血压,那么在换季时就必须增加监测的次数。血压不稳定的情况下,最好去医院做个动态血压监测,将一个可以持续记录的血压计戴在身上,每隔一段时间固定测一次血压,连测24小时~48小时。这样医生就能明确知道一天的血压变化,找到血压峰值,利于调整用药。(据《生命时报》)

检测 心脏不适该查啥

一到换季时节,有些人会出现胸闷、憋气等不适,但因为挺一挺就能过去,往往不去做检查,直到出现严重症状后被急诊送到医院,后果多不尽人意。因此,如果出现头晕、肢体麻木、心悸、气短、胸闷等症状时,要早做诊治。常用的检查手段有以下五项:

量血压,化验血糖、血脂等指标,了解基础情况。

普通心电图。这是诊断冠心病时最常用的检查,简便、无痛苦,但缺点是敏感性不高。

运动负荷试验。适用于安静状态下心

电图正常,但临床症状高度可疑的冠心病。

超声心动图。能清楚地显示心脏结构,如心壁厚薄、心腔大小,还可以显示心脏的运动情况,如运动幅度、协调性,对冠心病的诊断和鉴别诊断提供很大帮助。

冠状动脉CT。不是常规检查,适用于经过初步筛查的高危患者。

冠状动脉造影。这是目前诊断冠心病最直接、最可靠、最特异的方法,可以清楚显示冠状动脉有无狭窄,狭窄的部位、程度、范围以及病变处血管的血流情况等。但由于此项检查方法属于手术,存在一定的风险。

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



饭后总有饥饿感 是胃病吗?

患者问:我最近老是吃完饭没过多久就有饥饿感,这是不是胃病?

爱民医院胃肠科专家答:您的情况很可能是胃溃疡引起的。胃溃疡的典型症状主要有:上腹部疼痛,呈烧灼性、饥饿性钝痛、胀痛或隐痛。治疗胃溃疡需要抑制胃酸、保护胃黏膜、抗幽门螺杆菌。

在胃溃疡患者中,幽门螺杆菌检出率为70%~90%,世界卫生组织已认定幽门螺杆菌是胃癌的第一类致癌因子。所以,胃病患者首先要查明是否感染幽门螺杆菌。幽门螺杆菌的感染与胃癌的发生率呈正比,即感染率高胃癌的发病率亦高。因此,确定幽门螺杆菌数量可以为医生制订合理的治疗方案提供科学依据,杀灭幽门螺杆菌是防止慢性胃病复发的有效途径。

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、无痛苦检查各种胃肠疾病。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,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,也很适合心脏病患者和传染病患者以及老年人、儿童。

专家提醒:胃病的检查在空腹下才能准确。当胃疼、胃区、消化道不适的时候,应及时检查,确诊病因,对症下药,以免胃癌发现时已成晚期。

健康热线:3326120

宫腹腔镜 联合 COOK 导丝 帮您实现做妈妈的梦

患者问:我结婚几年来未采用避孕措施,却一直未孕,老公去做了检查都正常,医生说我输卵管异常,请问我还能怀孕生孩子吗?

爱民医院妇科专家答:导致不孕的因素非常多,由于输卵管出现异常情况导致妇女不能生育的称为输卵管性不孕。能够引起输卵管性不孕的原因有:输卵管梗阻、输卵管不通、输卵管积水、输卵管结核、急性输卵管炎、输卵管积水等。妇科炎症是输卵管性不孕的主要诱因,阴道炎、宫颈炎、盆腔炎、附件炎等妇科炎症久治不愈或反复发作导致女性不孕的几率不断上升。妇科炎症会导致输卵管发炎,炎症使输卵管最狭窄的部分及伞端容易发生粘连,使管腔闭锁或不完全阻塞,导致宫外孕的发生或不孕。

爱民医院开展宫腹腔镜联合 COOK 导丝成功打开孕育通道,具有检查、诊断、治疗三位一体的功效,在检查的同时可进行治疗,能轻松治疗子宫纵隔、输卵管性不孕、子宫内膜异位症、盆腔炎症性粘连、多囊卵巢所致不孕,尤其是对输卵管堵塞引起的不孕疗效显著,被医学界称为输卵管通畅检查的“金标准”,其准确性极高。

腹腔镜手术不需开腹,切口小,仅有3个5毫米左右的切口,术中损伤小,手术时间短,术后痛苦小,治疗后6个小时病人即可下床活动,两三天出院,腹部不会留下难看的疤痕。

爱民医院妇科采用宫腹腔镜联合 COOK 导丝微创技术,已为众多卵巢囊肿、子宫肌瘤、子宫内膜异位症等患者解除了病痛困扰,使许多不孕不育女性圆了做妈妈的梦。

孕育热线:3326120

鹤壁市健康教育中心保健与健康讲座

遛狗的运动效果 堪比健身

去健身房锻炼?既浪费金钱还要有不怕苦的毅力。那么,有没有更立竿见影的健身方式呢?答案是遛狗。据《家庭保健报》报道,一份涉及5000名英国人的报告指出,平均来讲,狗主人每天都会带着狗出去“放风”48分钟。一周下来,散步时间可达5小时38分钟。另外,主人每周至少带着宠物进行3次长距离的行走,这样又为他们的锻炼时间增加2小时33分钟,两个月的运动效果相当于健身一年。英国专家指出,养狗能督促大家锻炼,也能帮大家结识更多的朋友。政府建议市民每周进行3~5次的适度运动,而遛狗恰好满足了这一要求。(据《新快报》)

大笑具有镇痛功效

牛津大学科学家日前完成的一项研究发现:开怀大笑具有镇痛功效。

研究人员将参试者观看戏剧电视录像时发出大笑的情况,与另外一些观看纪录片之类录像的参试者发出的笑声作对比研究,之后测试了参试者的疼痛忍受度。测试包括参试者对包裹在手臂上的冰袖的忍耐时间、参试者后背靠墙能坚持多久、双膝弯曲能坚持多久等等。

结果发现,观看《憨豆先生》或《六人行》等喜剧片的参试者发出大笑的次数最多,疼痛忍受度也更高。这种作用完全来自于大笑,而不仅仅是良好的感受。对比组参试者的疼痛忍受度则明显较低。开怀大笑15分钟,疼痛忍受度会

提高约10%。研究人员分析指出,开怀大笑非常耗费体力,而耗费体力的活动会引发大脑自然产生内啡肽,它是人体疼痛控制机制的“秘密化学武器”。内啡肽不仅具有镇痛作用,而且有助于拉近人际关系。正因为如此,大笑才会在社交生活中发挥着重要作用。(据《新快报》)



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

治疗痔疮不开刀 十分钟轻松除痔

[微创 微痛 愈合快]
由经验丰富的主任医师张志刚亲诊
诊疗范围:痔疮、肛瘘、便血、便秘、肛门狭窄、肛周脓肿、直肠脱垂、肛乳头肥大、结肠炎、直肠息肉等疾病。

爱民医院引进目前最先进的等离子肛肠治疗仪,微创技术,治疗时间短,出血少,几乎无痛,恢复快,无后遗症,治疗效果好。

爱民医院咨询电话: 3326120