

健康提醒

成人也会患“小儿病”



大人也出麻疹吗?是的。麻疹是一种传染性非常强的小儿呼吸道传染病,死亡率很高。我国实行计划免疫以来,发病率大幅下降,目前仅见散发病例,且不典型,但发病年龄趋于年轻化,甚至是成年人发病。这主要是幼时接种的疫苗所产生的免疫力正在日趋弱化所致。

麻疹一年四季都可发生,以6个月~5岁发病率最高,主要症状是高烧和出皮疹。麻疹病人持续高热,在发热3天~4天时,开始出皮疹,这十分像幼儿急疹,但二者又不相同。幼儿急疹是热退疹出,而麻疹则是热高疹出。麻疹的皮疹,要靠发热推动其出皮疹,其皮疹为红色、如针尖大小、出疹有一定的

顺序,多是从头、面部开始,然后是胸背、四肢,最后到手、足心,当鼻尖出现皮疹时,说明皮疹已出齐了。出皮疹的时间,大约为3天,皮疹出齐后,还需要3天~4天消退。

对于轻症患者,中药可给予银翘散清气解毒。重症患者,一般给予三黄石膏汤,以表里双解、清气解毒。恢复期余热未清,低热绵绵,手足心热,神倦纳差,宜服柴胡四物汤加碱,使气血和畅,疹毒彻除。

对麻疹患者的家庭护理,首先是隔离,还应勤量体温,多喝水。患病期间的饮食,要忌油腻辛辣食物。每日用淡盐水漱口,有眼炎者,用眼药水点眼等。
(李建)

健康提醒



慢性病人配个定时药盒

定时药盒利用了闹钟的技术,在药盒的表面有一个标明时间的电子显示屏,你可以在上面自行设定每天吃药的时间,如果时间间隔平均的话,你可以设定一个循环的吃药提醒时间,每隔几个小时提醒一次。

你也可以把它当成闹钟使用,设定一天中的几个时间,这样到了你设定的时间时,它就自然地提醒你吃药了。

北京医院药师贺朋指出,有规律地服药是治疗一切病症的基础,尤其是一些高血压和糖尿病患者,如果不按时服药很可能会造成血压或血糖的波动,长期如此会让病情加重。对于一些严重的高血压患者来说,偶尔忘记服药还会增加脑梗和脑梗的风险。

(吴尧)

有此说法



膏药不“专”治腰腿痛

提到伤湿止痛膏,很多人第一印象是治疗风湿关节痛、肌肉酸痛、轻度挫伤、扭伤等,很少会想到它还有其他止痛功效。事实上,伤湿止痛膏的消肿、止痛功效不仅用于腰腿痛,还能治疗头痛、牙痛、胃痛等。

治头痛:把伤湿止痛膏剪成2厘米的小块儿,贴在头部两侧的太阳穴上,可有效缓解头痛。

治牙痛:把伤湿止痛膏贴在牙痛那侧的面颊上,3个小时~4个小时后痛感减轻,对上火引起的牙痛效果显著。

治胃痛:把伤湿止痛膏贴在上腹部偏左处,对胃脘疼痛也有一定疗效。

治鸡眼疼痛:用伤湿止痛膏半块儿贴在鸡眼上,可缓解走路时疼痛。

治蛲虫病:蛲虫如果爬出肛门产卵,患者会感觉肛门奇痒。此时把伤湿止痛膏贴在肛门上,第二天揭下即可粘上虫卵,每晚一次,连贴一周可治愈。

治神经性皮炎:把维生素B、维生素C、强的松等研成细末撒在伤湿止痛膏上,贴于患处,每日一次,可有效缓解病情。
(张天华)

关爱女性

光脚穿凉鞋易感冒

时下,光脚穿凉鞋的女性越来越多,露脚趾成为一种时尚。医生提醒,在温差比较大的天气里,最好早晚穿袜子,这样可预防感冒。

杭州市第三人民医院的医生发现,有不少年轻女性因为穿凉鞋得了热伤风。特别是下雨的时候,有人穿着露趾凉鞋在积水中行走。积水中混杂着各种污染物,直接接触皮肤可能会给身体带来伤害,而且地面积水比较凉,光脚走很容易使寒气、湿气乘虚而入,一不小心就让脚受了寒,影响内脏,引起胃疼、腰腿疼等。

脚离心脏最远,供血最差,脚的脂肪层薄,保温差,所以脚掌皮肤温度最低,极易受寒。一旦脚受凉,可反射性地引起上呼吸道黏膜内的毛细血管收缩,使抵抗力显著下降。此时,潜伏在鼻咽部的病毒就会乘虚而入,引起感冒等多种疾病。
(黄春燕)



盛夏高发腋臭病

盛夏来临,腋臭病开始发作,患者散发出的异味常常让人避而远之。医学认为:这种病是由于体内湿热内郁所致,青春期内分泌异常产生变化,不饱和脂肪酸渗出皮肤与细菌作用产生异味。

患者往往使用外用药物,其治疗效果甚微或没有疗效。当前治疗可用封闭疗法和激光疗法直达病灶,不留疤痕。

垂询电话:3976644
3322774

膳食主张

口腔溃疡别吃西瓜

夏季暑热难耐,容易患口腔溃疡,一些患者认为:西瓜水分大,含有的维生素丰富,一定是缓解和治疗口腔溃疡的最好食品。

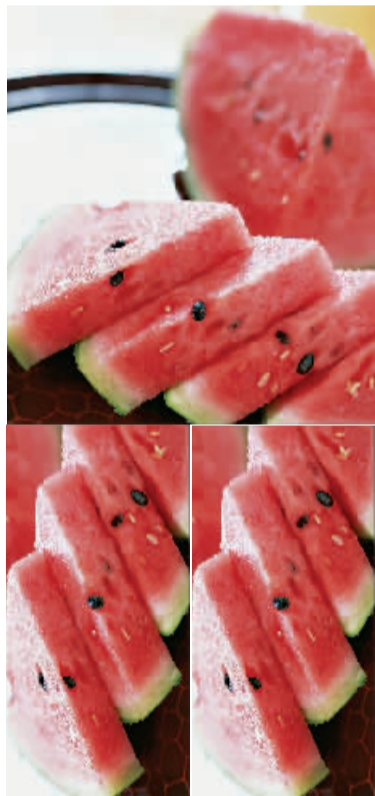
其实并不是这样,西瓜只能让口腔溃疡病情加重。中医认为,口腔溃疡的主要原因是阴虚内热、虚火上扰。

西瓜有利尿作用,口腔溃疡者若多吃西瓜,会使体内所需要的正常水分通过西瓜的利尿作用排出一些,这样会加重阴虚的状态,西瓜含糖量较高,也容易延长溃疡面的愈合时间。

此外,脾胃虚寒者不宜多吃西瓜。西瓜是生冷之品,吃多了易伤脾胃,出现腹胀、腹泻、食欲下降等症状。肾功能不全者也不要吃,短时间内大量食用西瓜,使体内水分急剧增多,超过人体的生理容量,增加肾脏负担。尤其是肾功能不全者,其肾脏对水的调节能力大大降低,对进入体内过多的水分不能调节及排出体外,从而导致血容量急剧增多,容易诱发急性心力衰竭等。

糖尿病患者宜少吃西瓜。西瓜含有约5%的糖,糖尿病患者过量吃西瓜,会导致血糖升高、尿糖增多等后果,加重病情,严重的还会出现酮症酸中毒昏迷反应。但是如果掌握好“度”,对患者是没有危害的。

(吕莉)



健康知识

牙痛治不好要排查肿瘤

上颌窦癌侵犯牙槽易致牙痛

牙痛、牙肿时,吃点消炎止痛药或经过正规治疗,多数患者的症状会很快缓解。但南京东南大学附属中大医院耳鼻喉科,却接诊了一位因牙痛发现患上颌窦癌的患者,最后不得不进行上颌骨切除手术。

上颌窦癌是鼻窦恶性肿瘤中最常见的一种,早期只在窦内黏膜生长,外观没有明显的改变,不容易被察觉。等到症状明显时,肿瘤往往已破坏骨壁侵出窦外,表现为鼻塞、面部肿胀、皮肤感觉减退、牙痛等。

其中,牙痛多因为肿瘤侵犯牙槽所致,如果在牙痛时及时就诊,很可能在早期发现肿瘤,并在小范围内进行摘除手术,避免因切除上颌骨而造成面部凹陷,影响外观。

因此,出现原因不明的上牙痛、鼻塞、鼻腔渗液增多以及张口困难且对症治疗无效时,要考虑到医院耳鼻喉科就诊,并进行病理活检或上颌窦穿刺冲洗及细胞学检查,以排除上颌窦癌的可能。
(崔玉艳)

