

寻医热线

市中医院 急救电话:3353120 2659562 2659966

鹤煤总医院 老区急救电话:2920000 新区急救电话:2960000 鹤煤二院 急救电话:2816120 市传染病医院 咨询电话:3922861 中古友好眼科医院 咨询电话:3291120 按摩医院肛肠科 咨询电话:2647015 3320085 范氏骨科 咨询电话:3313380 2612120 张志刚皮肤科 咨询电话:13939285245 原有全肛肠科 咨询电话:6988554 13939241809 军分区门诊部皮肤科专科 咨询电话:3322774 3976644

薰衣草味道能改善心肌功能

心脏不好闻闻“草”

“马上就到伏天了,每年一到这个时候我的胸口总是闷得慌,晚上也睡不好。”最近温差小,气压低,我的心脏又有些不舒服了。这是一些中医院的急诊门诊中,心脏不适的患者提出最多的困惑。

为此,专家给这个季节心脏不适的患者支了一着儿:在家里养上一盆薰衣草,经常闻闻它的香味,对缓解心脏不适很有好处。

薰衣草的香气具有怡神、清心、止痛、助眠、舒缓压力等功效。不仅如此,近些年,医学研究还发现,薰衣草的香气还具有改善心肌功能

作用,并对大脑边缘区和自主神经系统有一定的保护功能。

也就是说,睡前闻闻薰衣草,其香味就会让人情绪放松,进而使睡眠变得深沉,睡眠好了,心脏自然也舒坦多了。另外,它还是调节高血压的良好强心剂,尤其在心率过快方面,可以起到安抚心绪的作用。

薰衣草非常适合家庭盆栽,而且薰衣草为日照植物,光照对其发育和芳香油的形成有极重要的作用,因此,在平时的养护上,切忌过分遮光,否则容易“生病”。另外,薰衣草生长迅速,每年需换

盆一次。

需要注意的是,薰衣草的病害主要是根腐病,在高温和积水环境下发病率最高,因此最好每月用多菌灵、百菌清 800 倍溶液灌根一次,平时注意防止积水,保持干燥。

链接:

三类人慎用薰衣草: 1.薰衣草对中枢神经有一定作用,要注意控制用量,且癫痫、哮喘等病的患者禁止或限制使用。2.低血压患者适量使用。3.薰衣草也是通经药,妇女怀孕初期应避免使用。(许晓华)

门诊见闻

动态心电图

昼夜记录 病情清楚

□鹤煤总医院 王水兰

“背了一天一夜的小盒子,总算查出了心脏供血不足的毛病”,今年 68 岁的老刘如释重负地对医生说。鹤煤总医院心内科主任、副主任医师李民根据他携带的动态心电图分析仪数据对症下药,老刘服药后感觉效果不错。

老刘背的小盒子,也就是 24 小时随身携带的动态心电图记录分析仪,它的体积只有烟盒大小,携带起来非常方便,以前老刘时而感到心脏不舒服,做普通心电图都正常,医生建议他携带动态心电图,结果动态心电图诊断为心肌缺血。

动态心电图 24 小时记录人的心脏十二导心电图,它可以对有症状或无症状的心肌缺血及心肌梗死做出定位,提供心肌缺血的起始、持续、终止时间及发作频度,缺血程度和昼夜节奏变化,患

者的精神和体力活动的状态,对心律失常进行定位、定性、定量诊断分析,十二导联动态心电图记录信息量大时间长,获取的心电资料更丰富,尤其对早期冠心病有较高的检出率,动态心电图在临床上有很大应用价值。

有一男性患者 63 岁,常发生夜间胸闷,普通心电图正常,动态心电图提示睡眠性窦性停搏。临床工作中对阵发性胸闷、头晕、心悸、胸痛病人进行连续观察,可以把普通心电图异常和日常生活及出现症状联系起来,常可以找出引起症状的原因。对一些不典型的胸闷、心悸、头晕者,普通心电图正常,应及早做动态心电图检查,以便及早查出原因,对症治疗,鹤煤总医院凭借先进的医疗技术和设备,为多种心脏病的诊断提供精确可靠的依据。

从罗京等众多明星因淋巴瘤病逝看

如何预防淋巴瘤

2009 年 6 月 5 日,罗京在抗癌 10 个月后又别主播台,留给全国观众一片惋惜。而夺走罗京生命的凶手就是淋巴瘤。在 3 月中旬,青年演员李钰因病去世,“凶手”也是淋巴瘤。当人们还没从李钰去世的消息中缓过劲时,歌手阿桑又在 4 月 6 日去世,死因竟然还是两年前的淋巴瘤扩散为乳腺癌。淋巴瘤到底有多恐怖,我们该如何预防?

要因素。

警惕:淋巴瘤早期无明显典型表现

据哈医大附属肿瘤医院血液淋巴瘤病房主任刘爱春教授介绍,淋巴瘤多发于中老年人,40 岁~50 岁多见。它可发生于身体任何淋巴组织,早期并无明显典型表现。不少患者以无痛性淋巴结肿大为首发症状,肿大部位无规律,呈跳跃性,以颈部、锁骨上淋巴结肿大最多见,下颌、下颏、前颈部、腋下等部位的淋巴组织肿大也较常见,有的患者会伴有不明原因持续性发热或周期性发热,但大多是一些不太严重的典型表现,也正是这一点,让众多患者错过了治疗淋巴瘤的黄金期,酿成了惨剧。

专家支着儿:预防淋巴瘤的秘诀

研究表明淋巴瘤不能在弱碱性的人体中形成,中国防

癌协会专家特别指出调整体液酸碱平衡是预防淋巴瘤的有效途径。淋巴瘤只能在酸性身体中形成,在酸性身体扩展,任何一个淋巴瘤患者,毋庸置疑患者的身体一定呈酸性。因此要预防或治疗淋巴瘤首先当其冲是调节身体 PH 值,将酸性体质变成碱性体质。血液一旦变碱性,淋巴瘤就有可能转变或被治好的可能。所以酸化的体液环境,是正常细胞癌变的肥沃土壤,调整体液酸碱平衡,是预防淋巴瘤的有效途径。预防淋巴瘤的秘诀十分简单,就是常吃碱性食物以防止酸性废物的累积。

水宜生弱碱性功能水杯,造弱碱性的健康好水

作为功能水杯行业第一品牌,水宜生制出的弱碱性、小分子团、负电位、高含氧量、多种矿物质和微量元素的健康水在调节人体 PH 值,让酸

性体质转为碱性体质方面的效果可以说是有目共睹的。自从 2008 年水宜生品牌上市以来,已成功帮助中国近百万消费者走出“酸性体质雷区”。

有着三十多年从医经验的王教授说:“大多数人都是生病了才来找医生,在这几十年的临床过程中,我发现几乎每一个痛风、糖尿病、心脑血管病人都是酸性体质。每天抽烟喝酒、大鱼大肉、再加上情绪压力大、长期服药,身体都酸化,弱碱性水正好可以很好地调节人体的酸碱平衡,用这个杯子喝水完全可以达到保健养生、预防疾病的作用。

好水宜生,健康一生,水宜生真诚地祝福大家都能摆脱酸性体质的困扰,早日消除亚健康或非健康状态,让身体回归碱性,回归长寿健康!据悉,水宜生在我市新区燕莎购物中心和老区均有专卖店,获得广大关注自己和他人健康的消费者的一致好评。

如何辨别急性阑尾炎

急性阑尾炎是最常见的外科急腹症。它可发生于任何年龄,但以青壮年最多见,老人和婴儿较少见。阑尾生长在人体的右下腹部,与盲肠相连接。这是一条退化的肠管,已没有消化功能。阑尾一旦发炎,病情严重,如果得不到及早治疗就会危及人的生命。怎样才能知道自己是不是得了阑尾炎呢?可以从阑尾炎急性发作时的多种“信号”进行初步判断。

1.转移性右下腹痛。典型的急性阑尾炎,腹痛开始时多在中上腹或肚脐周围,病人不能准确地辨明疼痛的确切部位。经数小时或十几个小时后,腹痛转移到右下腹部,疼痛呈持续性。大约有 70%~80% 的病人有上述腹痛

史。 2.胃肠道症状。得了急性阑尾炎,一般都伴有恶心、呕吐、食欲减退、拉肚子或便秘等症状。

3.有显著的压痛点。阑尾炎发作后,一般在右下腹部有一个明显的压痛点,它也是阑尾炎的最重要特征。

4.全身症状。一旦生病,多伴有头晕、头痛、无力等症状。如果病情严重还会出现发烧、心慌等症状。

一旦出现上述症状,要尽快到医院确诊,以免延误病情。

鹤壁市爱民医院肛肠科 健康热线:6986863

3368120

地址:鹤壁新区淇河路与 107 交叉路口向西 50 米

旅游快车 栏目联系电话: 3313877 13033876436

假日旅行社 阳光少年夏令营 许可证号:L-HEN-GN09585 阳光少年夏令营的宗旨:夏令营就是孩子用自己的脚去丈量人生,用心去体验社会的过程,也是他们心智成熟和成长的过程。

鹤壁假日旅行社精品线路推荐——中原独秀——石人山 许可证号:L-HEN-GN09585 石人山、世界第一立佛两日游:398元

淇河旅行社 许可证号:L-HEN-GN09672 青岛、日照休闲游 190元/人(每周五发团) 秦皇岛、北戴河经典四日游 座位 390元/人(每周五发团)

鹤壁市吉祥旅行社 L-HEN-GN091126 郑州黄河谷马拉湾一日游 价格:140元/人(此价格仅限持有今年高考证件的考生)

鹤壁假日旅行社精品线路推荐——人间独秀——石人山 许可证号:L-HEN-GN09585 石人山、画眉谷两日游:328元 石人山、龙潭峡两日游:298元