

关键词:血液病

小心现代生活引发的血液病

医学指导:东南大学附属中大医院血液科主治医师赵刚

门诊播报:白血病的病因尚未完全明了,它是多种因素共同作用的结果。近年来,不当装修引起的室内空气污染成为儿童白血病发病的重要诱因。另一方面,现代生活使高血压、高血脂、糖尿病等富贵病高发,这使得一些患者或者害怕患这些病的人吃饭时“战战兢兢”,过分忌口,久而久之不恰当的饮食种类限制导致了营养性贫血的产生。营养性贫血又称巨幼细胞性贫血,主要系体内缺乏维生素B₁₂或叶酸所致。

治疗对策:白血病的早期表现不一,多数患儿的症状与感冒、发烧类似,但治疗后病情无好转,同时还伴有贫血症状,虚弱、乏力、食欲低下、活

动后心慌,有时皮肤会出现血点、血斑,鼻子、牙龈经常出血。由于冬季穿着较厚,皮肤上的血斑难以察觉,再加上不少家长会把疾病造成的无精打采当作学习后的疲劳,所以很容易出现就诊不及时。具体的治疗方案要结合病人的年龄、病情等。巨幼细胞性贫血多见于老年人,临床表现除贫血症状外,可有感染和出血,可通过补充叶酸或维生素B₁₂来治疗,如有肿瘤、慢性感染等应同时积极予以治疗。需要提醒的是它的症状易与心脏病、神经系统疾病相混淆。

保健窍门:儿童白血病患者因预后抵抗力下降,所以要在冬季特别注意防感冒或其他感染,尽量不要去公共场合

“凑热闹”;要劳逸结合,保证充足的休息;饮食要均衡;注意个人卫生,冬季虽冷但要保持室内空气新鲜。针对巨幼细胞性贫血,预防的关键是科学安排饮食,合理搭配荤素。高血压、糖尿病人虽然不能在冬季盲目进补,但也不能过分忌口。人体内叶酸主要从蔬菜、水果和肉食中获取。而维生素B₁₂在蔬菜中的含量极少,所以它是素食者最容易缺乏的营养素。另一方面,由于老年人咀嚼功能下降,做饭时习惯将食物煮得很烂,造成食物内的叶酸丧失,所以长期下去也会引起巨幼细胞性贫血。因此老年人需多吃一些水果和蔬菜进行“补救”。

快报记者 李鑫芳

关键词:近视

三大治疗有效应对近视

医学指导:鼓楼医院宁益眼科中心鲍连云副主任医师

门诊播报:近视眼是目前发病最高的一种眼病,宁益眼科中心每天有八成左右的病人是因为近视眼前去求诊的,令人惋惜的是实际生活中只有少数人把它当作一种疾病。从另一个角度来看,近视也是人适应环境的一种改变,不过这种改变若不加控制,发展到一定程度将会出现眼底出血、视网膜脱离等并发症。这些并发症若反复发作或者情况比较严重,则会对视力造成极大危害,有些人甚至因此失明。

治疗对策:目前治疗近视有非手术和手术两大类方法。在非手术治疗领域,国内外公

认角膜塑形镜(又称OK镜)对减缓青少年近视的发展有不错的效果(成人近视趋于稳定效果相对较差)。OK镜的佩戴方式看似和隐形眼镜一样,实则更为复杂,它需要镜片工程师和眼科医生的通力合作,因此只有一些有资质的大中型医院才能开展此项治疗。手术治疗主要包括激光手术和人工晶体植入。这两者都主要针对成人,因为它们要求受术者的近视处在比较稳定的状态下。激光手术是将角膜“打磨”成眼镜,所以近视度数越低效果越好,近两年度数浮动不要超过100。最高能治疗多少度的近视,取决于个人角

膜的厚度。假如近视度数过高而角膜又太薄那就不适合手术,不过可通过植入人工晶体弥补。植入的人工晶体被放在虹膜后、晶状体前,可随时取出。这种治疗对角膜伤害少,不过它能接受的最高度数是1900度,因此超过这个度数,可并用激光手术配合治疗。

保健窍门:目前还没有一种方法可以根治近视,而且即使是上面介绍的两种手术方法也都有一定的适应症,因此患者在治疗近视时要保持清醒头脑。其次,要戒除麻痹大意的思想,因为任何治疗都不是一劳永逸的,不注意科学用眼,视力照样还会受损。快报记者 李鑫芳

治疗ED先要分清病因

诱发ED(勃起功能障碍)的因素很多,因此治疗前一定要分清病因。总的来说常见诱因有以下几种:血管因素,诸如动脉硬化可能导致阴茎海绵体动脉血流减少;手术与外伤因素,比如大血管手术、腹会阴直肠癌根治术等手

术都可引起阴茎有关的血管和神经损伤;药物因素,比如某些作用于中枢或血管平滑肌的抗高血压药、抗肿瘤抗精神病药物等,也会导致勃起功能减退;内分泌因素,比如糖尿病,它可使自主神经病变,从而导致ED的发生;生殖器

官本身的病症,如阴茎先天畸形等;当焦虑和抑郁并存时,ED就更容易发生。此外,不健康的生活方式也是诱因之一,如作息饮食不规律,嗜烟、酒等刺激物都会干扰性冲动刺激反射传递途径,影响勃起。快报记者 李鑫芳

关键词:小儿哮喘

忽冷忽热孩子容易哮喘

医学指导:南京市儿童医院呼吸科副主任医师田曼

门诊播报:记者近日在综合医院儿科采访时发现,哮喘患儿住院率上升。南京市儿童医院呼吸科副主任医师田曼认为,哮喘春秋多见,但并非不在冬季发生。天气变化、温差大的时候哮喘也能发病。

病因分析:眼下孩子为何频发哮喘?田主任告诉记者,外界温度在20摄氏度左右时最容易诱发哮喘,而80%的哮喘病人对尘螨过敏,尘螨在这个温度繁殖特别迅速。但当气管有异物时也可能造成咳嗽,譬如异物在气道的隆突上,孩子往往没有感觉,当异物咳到下肺时,则变成反复肺炎和咳嗽。

孩子一咳嗽就到医院挂水,挂完回家,不行了又来挂水,这种治疗方法是最不科学的。田主任认为,反复发作损伤肺功能,引起气道重塑,气道组织增生炎症,将来逐渐发展为成人哮喘。儿童确认为哮

喘首先要追问家族史,如果父母亲患有过敏性疾病,孩子哮喘的机会比常人高,其次要追问患儿个人过敏史,此外还要追问既往病史,譬如反复咳嗽多少次,最后还要建议孩子做过敏原检查,呈强阳性的情况可以确诊为哮喘。一旦诊断为哮喘,则要正规治疗。

哮喘分发作期和缓解期,缓解期一有病毒感染、过敏原刺激、天气忽冷忽热、昼夜温差大等诱发因素就会发病,因此家长要重视缓解期的治疗。小剂量吸入糖皮质激素是一种很好的方法,正规疗程为2-3年。但是,所有哮喘病人在发作期都要用静脉激素,即挂水治疗,家长不用担心小剂量吸入激素对孩子身高、智力发育有影响,因为小剂量一般平时吸入200微克-400微克,3-6个月不发作的话,医生一般会减少你的吸入剂量。

保健窍门:家长根据天气



资料图片

冷热变化,及时为孩子添加衣服,居室每天通风若干次。感冒病人尽量与孩子隔离。年龄小的孩子一活动特别容易出汗,一定要及时擦干汗,必要时可在其背上垫一块毛巾,哮喘的患儿避免接触过敏原,冬季衣被勤洗晒,使用空调之前先清洗过滤网。此外,哮喘的孩子记住不能剧烈跑步,防止气道进入冷空气后哮喘。最后,家长还应警惕不喘的哮喘,即咳嗽变异性哮喘,表现为病人反复咳嗽超过一个月,抗生素治疗无效。这些患儿若有家族过敏史,必要时应做肺功能检查。快报记者 金宁

选购螺旋藻有窍门

入冬怎样选购螺旋藻?业内人士认为,第一步要了解这类保健品的功效,以及它是否真的对你的病症。其次,选购时看产品是否有“卫食健字××号”,即拥有小“蓝帽

子”,不要把螺旋藻药品和普通食品级的螺旋藻当作保健食品吃。“×食××号”的产品是普通食品,但螺旋藻的生物活性物质很少,因而没有保健或治疗功能。第三不要见便

宜就买,在质量有保障的情况下,计算价格要以每克的单价来计算,切忌只数片数。螺旋藻分药品、保健品和普通食品三类,同类型比功能,同功能再比价格。快报记者 李鑫芳

口臭可能是不健康表现

口臭、口干、口苦、胃灼烧心、便秘是病的症状 快用【养阴口香剂】

口臭、口干、口苦、胃灼烧心、便秘是现代生活一种常见的病状。中医认为1、饮食不节,肥腻辛辣化热;2、精神紧张,气郁化火;3、老年人慢性病增多,体弱阴虚火旺,是发病的主要原因。以上原因导致胃肝胆湿热雍积、虚火郁热上蒸、胃失和降、浊气上逆,造成了口干、口苦、口臭以及舌生疮,牙龈肿痛,胃灼热痛等一系列症状。

贵州万顺堂药业有限公司生产的【养阴口香剂】选用金钗石斛鲜品、八爪金龙等名贵高原苗药,经过科学提取精制而成。具有清胃泻火、滋阴生津、行气消积的作用。用于胃热津亏,阴虚郁热上蒸所致的口臭、口舌生疮、牙龈肿痛、咽干

口苦,胃灼热痛,肠燥便秘。本品行销全国5年,老少皆宜,深得信赖。

批准文号:国药准字Z20025095 广审文:2008010007 用法用量请咨询。

请到指定药房购买,谨防假冒伪劣药品。

经销:南京:先声、百信、国盛、三九、筑康、健军、金陵、江宁区颐年堂、上元各连锁、同仁、芝林、泰康、下关、东吴、康鑫各药房

无锡:强盛 健康参 海王 南卫 向荣 九州 市民 锡卫各连锁 东林大药房

江阴:大众 海王连锁

宜兴:三九药店

苏州:海王连锁 信誉 宏福堂 礼安 雷允上连锁

昆山:海王(紫竹路) 张家港:海王(大润发) 太仓:百仁堂(武陵街) 南通:苏博 健桥 普济 钟

楼药房

海安:普则连锁

海门:新特药

启东:文峰 九州通

如皋:新特药

通州:人民药房

常州:人寿天 武进连锁

徐州:恩华连锁

镇江:人民药房(京口)

网址:http://www.gzwst

org 咨询:8008970028(座机)

南京 镇江:13915945596

苏州 常州:13295180915

南通:13057080526

无锡:13225101671

徐州:13196800405

怎样选择螺旋藻产品

很多消费者在购买螺旋藻的时候难以决定产品品牌的选择,绿A精片由100%天然螺旋藻制成,经卫生部严格的功能实验证明,绿A同时具有五大保健功能,这是普通螺旋藻食品不具备的:

抗疲劳 绿A丰富的铁质及多种维生素,能提供营养促进神经细胞活跃,调节神经细胞功能,提高神经系统的兴奋性和应激性,具有较强的抗疲劳作用。

耐缺氧 绿A丰富的铁质、维生素B12、叶绿素等能增加血红蛋白的携氧能力,提高血氧饱和度,对耐缺氧有明显的增强作用。

免疫调节 绿A中含有螺旋藻多糖,能提高机体非特异性的细胞免疫功能,促进机体特异的体液免疫功能。

调节血脂 绿A富含γ-亚麻酸、亚油酸等不饱和和酸,能增强血脂代谢功能,使血清胆固醇浓度、动脉硬化指数显著下降,从而起到调节血脂的作用。

抑制肿瘤 绿A中的辅酶Q10和藻多糖还能增强巨噬细胞的吞噬能力,抑制肿瘤细胞的繁殖。

此外绿A还有以下特点:

- 1、生长环境** 绿A螺旋藻来自云南程海湖。
- 2、生产规模** 云南绿A生物工程公司是世界上最大的螺旋藻科研、生产、开发专业企业之一,总投资5个亿,生产规模位居世界前列,占世界总产量的50%。
- 3、价格优势** 作为高档螺旋藻产品,绿A由于得天独厚的自然条件以及经过多年规模经营已经将高品质螺旋藻的价格降到每月100元左右,让普通消费者也能享受其经过卫生部验证的卓越五大保健功能。
- 4、内在品质** 绿A同时拥有GMP认证、绿色食品认证,并获卫生部保健食品五大功能批准证书。

绿A咨询电话:025-84404022 81622958

我的脑萎缩治好了

邓建军老人给我们打来电话,高兴地说,我患脑萎缩3年,经常丢三忘四,爱发脾气,有时出门以后找不到回家的路,有时连亲人也不认识,大小便失禁,流口水,行走也不太方便,后来我老伴看到家庭医生报报道,北京全国著名脑萎缩专家杜主任治好了很多象我一样的病人,就打杜主任的咨询电话问她这种病情能不能治好,在得到杜主任的肯定回答后,我老伴就向杜主任邮购了三个疗程的脑萎缩专用药物(该药物由中国中医研究院研制,是唯一治疗脑萎缩的专用药,荣获国家发明专利,填补了国内外脑萎缩治疗的空白,穿透血脑屏障,直达病灶,独具三通三补功能,生脑髓,长神经,增智力,专治脑萎缩,疗程短,见效快,疗效彻底,无毒副作用),服用完药后,我的记忆力,认知能力,日常生活能力大大提高,尿失禁得到了控制,行走自如。原来,我一个人在家孩子们不放心,现在,我能干家务,能带孙子了。

24小时咨询电话:

北京:010-88154556

南京:025-81614311

南京宁益眼科中心

地址:中山路358号鼓楼医院门诊五楼 就诊预约电话:025-83224736 83304616-50565