

便秘女辞职在家专心解大便

秋燥季节便秘患者增多,专家提醒多喝水多吃粗粮水果

在美国定居的小玉(化名),因环境和饮食发生变化,便秘越来越严重,肚子胀得像孕妇,最后不得不回国治疗;53岁的王女士,被便秘折磨得干脆辞职在家专心大便……昨天上午,南京军区南京总医院开展一场大型义诊,在义诊中,记者了解到,随着秋冬干燥季节的来临,便秘病人多了起来。而因为便秘,70%的患者焦虑不安,甚至连门都不敢出。

通讯员 高铭华
快报记者 安莹

因为便秘,结肠胀得比腰粗

小玉今年30岁,大学毕业后就到美国定居,不过,前些日子她回国了,原因是她患上了严重的便秘,在美国已经一个月没有大便了,瘦得皮包骨头,而肚子却胀得像孕妇,身高1.62米,体重只有90斤。记者采访她时,她刚刚做完便秘手术。“我现在轻松多了,之前我的肚子和怀孕6个月的孕妇一样。”小玉说,其实,她的便秘问题从学生时代就开始了,记得上幼儿园的时候,她想大便,但不敢跟老师说,就忍着,忍着忍着就不想大便了,实在是肚子胀,就用治疗便秘的“开塞露”。

在15岁那年,她大便的

频率明显低了很多,平均10天才排便一次。因为学习忙碌,小玉经常吃一些泻药来排便。几年前,大学毕业的小玉在家人的安排下去了美国学习,环境和饮食的变化让小玉的便秘更加严重。于是,小玉吃起了各种防止便秘的保健品和药物,家里的瓶瓶罐罐一大堆。在美国期间,小玉几乎不敢交朋友,更不敢出去旅游,因为每次蹲厕所一蹲就是1个多小时,关键是,蹲了那么长时间还不一定能排出。

今年夏天,小玉因为排不出大便,不敢吃东西,造成严重营养不良,整个人被折腾得不成样子。因为粪便干结,小玉的结肠就像下水道一样堵住了,肚子渐渐地胀大,于是她悄悄地回国。有一天,她呕吐不止,全身乏力,被送往南京军区南京总医院普外科研究所,诊断为顽固性便秘和继发性巨结肠。她的大便全部积聚在结肠里,手术后发现,她的结肠直径达到了20厘米,跟少女的腰一样粗,而正常人的结肠直径只有3-5厘米。

对付便秘,辞职在家专心大便

53岁的王女士患有便秘已经有30多年了,说起自己的“便秘史”,王女士苦不堪

言,这辈子有一半时间都在为便秘发愁。

年轻的时候,王女士工作忙,没时间上厕所解大便是经常的事。后来越来越严重,经常几天没有“便意”,每次大便要花很长时间。经常几十天没有大便而住院过几次,医生的诊断是先天性巨结肠。给出的药方是吃中药调理,但是中药中还含有大黄和芦荟的成分,久而久之,不但越吃越没效果,解大便花的时间也越来越长,一小时、两小时……

因为大便花时间,王女士的工作也受到了影响,经常向单位请假,花半天的时间来解决问题。“排便问题”。“每隔一个星期不拉大便,我就心情紧张焦虑,饭也不敢吃,连喝水都要悠着点,每天只有坐在马桶上心里才稍稍好受些。”王女士说。

2002年,她放弃了优越的工作,向单位递交了辞职信,没有了工作的包袱,王女士开始专心在家大便。每天早晨先出去锻炼,然后回来坐马桶,挤一点是一点。吃完中饭后再坐马桶……每天要在马桶上度过三四个小时。直到今年,王女士意识到自己的病非来南京军区南京总医院,经过手术,切除了结肠,王女士才顺利解决了自己的排便难题。

专家支招

多喝水多吃粗粮水果 千万不能乱吃泻药

南京军区南京总医院普外科研究所副主任医师姜军告诉记者,便秘在我国成年人中非常多见,患病率为4.6%-17%,在便秘的病人中,10%的病人为严重便秘。

现在到了秋燥季节,便秘进入高峰期,也有一群普通便秘者向严重便秘转变。在病人中,很多人是长期吃泻药来排便,其实人一旦长期服药就会依赖泻药排便,大肠本身的运输能力消失,停止用药以后,便秘更加严重,甚至出现粪石性肠梗阻。姜军说,在这个季节,一定要做好便秘的预防工作,关键是纠正自己的生活习惯。首先要多喝水,这个季节,每天要喝水2000毫升,至少快走1个小时,还要多吃膳食纤维,比如粗粮、水果蔬菜等,当然,每个人应该养成定时排便的习惯,最佳的排便时间是在早餐后半个小时进行排便,上班族最好早晨喝一杯开水刺激肠胃蠕动。

第二,如果换了环境,比如出差、旅游,最好吃一些预防性的膳食纤维药物,不要吃泻药、芦荟这样依赖性的药物。

楼市的明天看明天?

明天10块地拍卖,业内人士认为,楼市“亮红灯”将从地价下跌开始

手中没地,开发商心中直发慌。明天下午,南京市国土局“破天荒”地拿出了总计110万平方米左右的10幅地块拍卖。就在10月13日,江宁区九龙湖的成交地价微跌了近两成,那么,此次巨量地块的上市,会不会成为土地市场降温的一次信号呢?

好多块“热地”

在10块出让的土地中,有3块地是难得一见的主城区地块,每块的身价都不菲。

河西苍山路以西、月安街以北的纯住宅地块,面积41295.5平方米,容积率2.3,起拍底价4.2亿元,楼板价为4422元/㎡;栖霞的马群大庄6号住宅地块,面积214443.7平方米,底价9.5亿元,容积率1.2,楼板价为3692元/㎡;雨花台区板桥新城的住宅和商业金融混合地块,面积129201.7平方米,容积率2,底价为4.2亿元,楼板价为1625元/㎡。

“主城区的地块要么不拿,拿出来都不错。”南京福舍投资顾问有限公司总经理史东说,像河西苍山路这一住宅地块,就紧靠着今年7月17日天正置业经过66轮厮杀拿下的河西中部49号地块,楼板价为7003元/㎡,之后保利在河西南部拍出了7553元/㎡的“天价地”,华润在所街创下了7992元/㎡的“地王价”。这次4422元/㎡的起拍地价,显然要比之前的成交价便宜很多。

同样,栖霞和雨花台区今年在土地供应几乎是“销声匿迹”,这次抛地,也会引来缺地开发商的强大兴趣。

江北明天出让的7块地中,有6块分布在纬七路过江隧道直接受益的珠江镇板块,分别是花卉大道01地块和02

地块、团结村地块、迎宾大道南侧地块、迎宾大道以北地块、海都东路以南地块。“最为引人的还是花卉大道的两块住宅用地。”南京工业大学房地产系博士、天诚不动产研究所副所长吴翔华认为,一是地块地利条件颇佳,二是地块面积较大,符合江北楼盘项目大的传统特点。

好多种猜想

之前,江宁区九龙湖地价小跌,南京住房公积金的收紧,房地产业内开始传出“市场出现降温信号”的言论,那么这次拍地造成的不同结果,会否是对楼市的一次提前“转向”信号呢?

“如果河西的地价拍卖价格继续保持在6800元/㎡以上的话,楼市短期冷不下来,而房价也不会有下跌的征兆。”史东认为,现在想在河西拿地的开发商很多,因为之前在河西开发的楼盘几乎全卖光了,在售的楼盘房价普遍在1.3万元/㎡以上,而少部分房价已经奔2万元/㎡。

“我们之前对江北开拍的几块地进行了测算。”吴翔华说,对花卉大道02地块的测算,在土地成本不再增加的前提下,项目投资毛利为3.57亿元,资本金投资净利润率为36.66%,盈利水平十分可观。所以这些地块不会冷场,江北的房价也依然要坚挺一阵子。

不过,也有业内人士表示了担忧。南京房地产开发建设促进会秘书长张辉就认为,近期土地的供应量放大、后续的土地供应量充足,开发商不需要像之前那样去争抢一块地,“土地不在供不应求了,地价自然就要下来,而楼市的“红灯”将从地价的下滑开始亮起。”

快报记者 尹晓波



晒晒咱俩的结婚证

上周六,南京首次宠物集体婚礼在绿博园举行,共有15对小狗在活动中结为“夫妻”,狗的主人互相交换了小狗的信物,并为它们领取了“结婚证书”,小狗们憨厚的样子,引得不少游客开怀大笑。

快报记者 唐伟超 摄

文静女生拿书本砸老师脸

时而躁狂时而抑郁,这是躁郁症在作怪

静静是个高三女生,最近同学们发现静静变了,表现为思维敏捷、精神焕发,计划多,想法多,批评同学也多。但一段时间后,她就开始变得文静、沉默寡言,萎靡不振,甚至悲观抑郁,有时整天一言不发。老师找她聊聊时,她竟拿起书本摔在老师脸上,然后奔出教室,情绪激动地扬言要跳楼自杀。父母亲也觉得静静最近情绪大起大落,令人费解,于是带她到医院心理门诊咨询,竟然发现静静患上了双相情感障碍(躁郁症)。医生指出,许多家庭暴力事件、自杀案件,以及年轻人有些过激怪异行为,往往背后都隐藏着这个“杀手”。

时而躁狂时而抑郁

日前,静静在家人的陪同下来到东南大学附属中大医院就诊。静静痛苦地告诉医生:“我是在冰与火之间行走,我有时觉得很愉快,充满了自信,头脑思考迅速,一切都棒极了。我还很容易生气,无法控制自己,并开始怀疑我的能力,头脑也似乎完全停顿了。”医生指出,许多双相情感障碍患者都有静静类似的症状,双相情感障碍又称为“躁郁症”,是一种间断发作的情绪过度高昂或低落的疾病,情绪在躁狂和抑郁两极之间摇摆。躁狂发作时精力旺盛,思维敏捷,辩才过人,或焦虑,或激动,或是过度暴躁;抑郁发作时却或忧伤,或悲观,或失意,或提不起劲来,无法集中精神。这种交替出现情绪高涨和悲观绝望的奇怪病症历史上曾经困扰过凡·高、舒曼、费雯丽、丘吉尔等许多大人物,但当今却易被大众忽视。

躁郁症往往产生天才

医生指出,有双相情感障碍的人们,往往会经历躁狂、狂躁、抑郁三个阶段。有研究显示,许多艺术家都患有双相情感障碍,如莫扎特、罗伯特·舒曼,这些艺术家在轻躁狂时作品的产量与质量都特别好,其高峰大多处在轻躁狂的发作时期,而这一时期过去以后,基本上就没有太多的作品问世了。双相情感障碍的发病原因目前尚不清楚,一般认为与遗传、个人素质、社会因素有关,双相情感障碍

如果不得到及时的治疗,可以严重影响患者的家庭和工作,并引发各类社会问题,例如酗酒、药物滥用和自杀等。双相情感障碍自杀成功率远高于普通的抑郁症患者,最终有10%~15%的人死于自杀。

拼命购物,小心躁郁症

医生提醒说,如果你最近感到自己比平常活跃、说话多、亢奋、睡得比平常少,有很多漫无边际的想法,无法把思想减慢、精力旺盛、做事较多、突然外向,喜欢交际、拼命花钱购物、做一些平常不会做或令旁人觉得过分、愚蠢或危险的事都要引起警惕。如患躁郁症首先应及时就医、定期复诊、按时服药,同时进行健康教育和心理治疗。

通讯员 杜恩 快报记者 刘峻

苏宁环球集团捐资500万元,大力支持我省见义勇为事业

2009年10月16日上午,苏宁环球集团在全省第九次见义勇为先进分子表彰大会上捐资500万元,支持我省见义勇为事业。省委省政府领导亲切接见了与会的先进分子,并发表了重要讲话。

会上苏宁环球集团副总裁吴兆兰女士代表集团向省见义勇为基金会王寿亭理事长亲自递交了500万元支票,得到全场与会的各行各业见义勇为先进人物代表的热烈掌声,江苏苏宁环球集团同时荣获“全省见义勇为突出贡献单位”奖。据了解为弘扬社会正气,倡导见义勇为,苏宁环球集团已多次捐献巨款,

合计已达千万。吴兆兰表示:党和政府的关心和重视,人民群众的参与和支持,是见义勇为事业蓬勃发展的重要保证。作为江苏省的知名企业集团更要积极参与公益事业,更应自觉承担起传承、培育和发展见义勇为民族精神的责任。

见义勇为事业崇高而又艰巨,体现了社会主义精神文明的崇高境界,是搞好社会治安综合治理的切入点。省委省政府对见义勇为事业非常重视,表示要继续开展广泛深入的宣传教育工作,在全社会营造宣传学习见义勇为英雄的良好氛围。要运用

各种宣传工具和形式,大张旗鼓地宣传见义勇为先进典型,突出展示见义勇为先进典型在国家、集体和人民生命财产受到严重威胁时舍生取义的英勇行为和崇高的精神境界,还要大张旗鼓地宣传党和政府、社会各界人民群众对见义勇为人员的关心爱护、支持和帮助,在全社会树立起见义勇为光荣的良好风尚。



喜来登德国啤酒节盛大回归

啤酒节源于德国,1810年的十月,为了庆祝巴伐利亚的路德维格王子和萨克森国的希尔斯公主的婚礼而举行的盛大庆典。自那以后,十月啤酒节作为巴伐利亚的一个传统的民间节日保留下来。每年从九月下旬到十月上旬,人们倾巢而出,亲朋好友相伴,恋人情人相依,欢聚在一起,喝着自制的鲜啤酒,吃着德国独有的各式各样的香肠和面包,其间乐队身着民族

服装穿梭于人群之中,娴熟地演奏轻松欢快的乐曲。

南京金丝利喜来登酒店于2000年将这一德国最传统的狂欢节日介绍给了广大的南京市民。在延续的8个年头中,一直收到中外客人的好评。活动期间大家拥坐在长条板凳上,享受着无限量的啤酒畅饮和纯正的德国美食,这感觉就像整个现场都有了一丝醉意,伴随着现场德国乐队明快的伴奏,大家无论认识与

否一个跟着一个的连成长龙,踏着节奏在每个长条桌中穿行。这般的欢乐,让所有人都流连忘返。

今年的喜来登啤酒节也正迎合了广大客人的要求,于金秋10月21日华丽登场,为期3天的活动中,不仅包含了德国乐队,无限量的啤酒和美食,还有扣人心弦的啤酒大赛和幸运抽奖。这一切都将让您体验到最原汁原味的德国狂欢节和纯正的啤酒盛宴。

邮政储蓄银行南京分行
无抵押贷款
 对象:个体工商户、农户、私营企业主、经营贷款
 贷款期限:上限10万元
 贷款特点:门槛低、放款快、无抵押
 商务贷款:生产用,上限100万元
 贷款热线:84727580 84707926