

本期“健康100问” 关注呼吸、肝病、儿科问题

100个读者最关心的健康问题仍在征集中,如有健康疑问可拨打96060留下问题



八一医院全军肝病中心主任医师高蕾



南京市胸科医院呼吸二科主任李田



东南大学附属中大医院儿科唐洪丽主任医师

本期的“健康100问”将关注呼吸、肝病、儿科问题。由于提问者众多,版面有限,相同类型的问题我们只能从中挑选一部分解答。有类似疑问的读者可以此为参考。如果你还有其他疑问,或想联系本期的几位专家,可拨打96060与我们联系。提问时请注意,尽可能把病情描述得详细些,比如有家长曾问“我家女儿牙齿不好,请问要怎么治疗”。这个问题太难答了。首先,孩子多大了?其次,所谓的牙不好,是指长了蛀牙还是牙齿畸形?要是牙畸形,是“地包天”还是龅牙?所以不要笼统地讲肚子痛或头痛,年龄、性别也都是很重要的信息,如果你以前也曾就过医,不妨告诉工作人员当时的检查及诊断结果。

【呼吸】

哮喘与慢阻肺要分清

Q22 年龄72岁,患有哮喘已有12年,经常复发,特别在冬季一定要挂水才能减轻病痛,想知道有何方法可以根治?
(83xxxxx20)

南京市胸科医院呼吸二科主任李田:这位患者有可能不是哮喘,而是喘息型慢性支气管炎。哮喘多在儿童或青少年期起病,发作时两肺满布哮鸣音,缓解后症状消失,气流受限多可逆。而慢阻肺的喘息型容易在冬季病情发作,有肺气肿体征,两肺可以闻及湿罗音。可以到医院做个肺功能检测,诊断一下。

目前无论是哮喘还是慢阻肺都无法根治。但通过相应的治疗能控制症状。如果确诊为慢阻肺,可在发作前提前预防,比如常在11月发作,则可在九十月之前接种相关疫苗。此外规范化的家庭氧疗也有助于肺功能的保护。

肺结核治愈后为何老有痰?

Q23 我今年24岁,20岁时得过肺结核,最后治好了,胸片显示胸上有陈旧性疤痕。但我经常喉咙里有痰,比如刚起床时,或者比较累时就想吐痰。我怕是复发,去拍了胸片,但没发现问题。请问这是怎么回事?怎样才能预防肺结核复发?
(131xxxxx684)

李田:通过你的描述,很可能是咽炎,建议到五官科确诊。肺结核的复发主要还是跟免疫力有关,不少临床治愈的病人,病灶可长期残留少量休眠菌,当免疫力下降时,结核杆菌会“苏醒”卷土重来。

所以平时要注意休息,合理饮食,适度锻炼。有雾的时候不建议晨练,因为空气污染比较严重。可在傍晚时锻炼。此外,不要抽烟。抽烟的肺结核病人患肺病的几率是正常人的10倍。

【肝病】

有方法把大三阳转为小三阳吗?

Q24 今年36岁,三年前发现有大三阳,但肝功能正常。请问要治疗吗?有医院说不用治。还有,现在在方法把大三阳转为小三阳吗?
(189xxxxx645)

八一医院全军肝病中心主任医师高蕾:首先,如果肝功能正常,B超等检查也未发现有肝细胞受损的证据,可以不用治疗。保持良好的心态、注意饮食、避免劳累即可。因为机体免疫系统对乙肝病毒产生应答是造成肝损害的主要因素,在肝功能正常的情况下,病毒与人体和平共处,无论使用什么药物,都不会对乙肝病毒发挥太大作用。如果肝功能等都未出现异常,那也没有必要盲目追求将“大三阳”转为“小三阳”——在慢性乙肝病毒携带者中,每年都会有一小部分人自然实现这种转变。相反,如果乱吃药追求转阴,会打破病毒与人体和平共处的状态,诱发肝炎。

丙肝治了4年为何没治好?
Q25 我今年24岁,大一时因输血感染上丙肝,但治疗了4年都没好。这个病难道也跟乙肝那么难治吗?
(131xxxxx652)

高蕾:久治不愈首先要看治疗是否规范。丙肝只要早发现,规范治疗,是完全有可能治愈的。当然还有一部分患者无法除根,但通过规范治疗能控制病毒的活动,这比强调长期治疗的乙肝要乐观得多。丙肝的可怕之处在于它发病隐匿,人感染后可无明显症状,有时也只是有乏力、胃口差等轻微不适,但病毒对肝脏的损害却在一直继续,它转变为肝纤维化、肝硬化、肝癌的几率高于乙肝。此外,一般的体检往往只检查乙肝的抗体或抗原,所以隐性的丙肝带毒者很难及时发现。这也让不少感染者因治疗不及时发展成慢性患者。目前丙肝没有疫苗可预防,所以生活中要警惕这些传染途径——丙肝最主要还是通过血液传播,多数传播与病毒污染的血液或破损的皮肤黏膜有关。还有一些通过性传播,另外也有部分是通过母婴传播的。值得注意的是,现在“时尚”行为引发的丙肝感染也不少见,比如纹身、文眉、穿耳洞、美甲、足疗等。如果有类似高危行为,请早早就医筛查。

【儿科】

宝宝夜间经常醒小心是缺钙

Q26 宝宝17个月,夜里睡觉总是经常醒,白天睡的时间也不长。请问这是失眠吗?什么原因造成的?我很担心这样睡眠不足会影响她的发育,请问该怎样治疗?要做哪些检查?
(136xxxxx576)

东南大学附属中大医院儿科唐洪丽主任医师:据你的描述,孩子很可能是缺钙,而不是失眠。宝宝在这个阶段可能缺钙,因为冬季缺少阳光,钙的吸收会减弱。除了易惊醒、夜惊,仔细观察你还会发现孩子会烦躁磨人、爱哭闹,后半夜头部会出汗,后脑勺会出现环形脱发,出牙延迟,严重者还会出现方颅、鸡胸、肋骨外翻、“X”或“O”形腿等。建议多给孩子晒太阳,这是婴幼儿补钙的重要途径。因为引起他们缺钙的主要原因是维生素D摄取不足,晒太阳可促使皮肤中的一种物质转化为维生素D,促进钙的吸收和利用。可适当吃些伊可欣,补充些易吸收的葡萄糖酸钙口服液。每天最好饮奶400毫升左右,同时注意安排奶制品、小虾皮、鱼类等富含钙的食物。此外,建议到正规医院儿科进行微量元素的检查。

孩子扁桃体发炎能不能切除?

Q27 我女儿今年5岁,经常扁桃体发炎,而且口臭很重,现在基本上十多天就要发炎一次,医院也说不出什么原因,我是扁桃体肥大,已经切除了,我怀疑是不是遗传,可是女儿这么小,不可能把扁桃体切除的。
(137xxxxx711)

唐洪丽:对儿童来说扁桃体是一个重要的免疫器官。它产生的免疫球蛋白免疫力强,能抑制细菌对呼吸道黏膜的黏附、生长和扩散,对病毒起抑制扩散和中和作用,能对入侵人体的各种致病微生物。对于6岁以下儿童,扁桃体有

重要的生理功能,一般不建议手术切除。建议以预防感冒为主,注意给孩子吃清淡的食物,多吃水果、多喝水、补充维生素C;不要给孩子穿太多衣服,感冒早期要注意休息。同时要特别加强锻炼,以增强抵抗力。如果经常发炎,并且影响身体发育,建议到耳鼻喉科,由专科医生指导进行手术切除。

孩子口吃要怎么矫正

Q28 我家儿子6岁,有点口吃,我纠正了快一年都没效果。我们家没有人小时候有这个病,他为什么会这样?还能治好吗?到哪里治比较好?
(84xxxxx44)

唐洪丽:造成孩子口吃的因素有很多,首先要排除疾病的可能,比如听力、口腔结构等的异常。所以建议先带孩子到医院就诊,由儿科专家界定是否为口吃。如果确诊,家长可通过一些日常训练帮助孩子逐步纠正。首先,当孩子说话不流利时,不要反复提醒他,更不要批评、嘲笑他,而是鼓励他不要紧张,以较慢的速度随意表达。如果孩子在一句话时,连续几次都不流利,那就分散他的注意力,让他换一个更为简单的话题。一般口吃的孩子在学人说话或唱歌时,不会口吃。所以不妨耐心教他们一句一句说话,鼓励他们跟着磁带或电视里的声音模仿。这些都有利于孩子自信心的建立。口吃的矫正方法有很多,如发音法、呼吸法、森田疗法、突破法、药物治疗方法。发音法:在每句话的开始轻柔地发音,把速度降到很慢的程度。呼吸法:通过深呼吸使肌肉获得适当的运动和协调,缓和身体各部和面部肌肉的紧张状态。突破法:将口吃患者组织在一起或单独到人群密集的地方去演讲、唱歌,逐步克服说话的恐惧心理。森田疗法:放弃口吃的治疗,接受口吃,顺其自然做自己该做的事。药物治疗方法:每天或在需要说话之前,服一定当量的镇静剂,缓解紧张情绪,但必须在医生的指导下使用。

快报记者 李鑫芳
通讯员 杜恩

【参与方式】

热线:拨打快报96060,留下你的姓名、联系方式及想咨询的问题。

短信:江苏移动用户发短信内容到10620170881、江苏联通用户发送到10620170271、江苏电信用户发送到10620170631,移动和联通均免费发送,电信为0.5元/条。

邮件: kbjiankang@sohu.com
来信:南京市洪武北路55号置地广场1815室《健康周刊》编辑部,邮编:210005(请在信中留下联系方式)

网络:你还可以上“郝大夫在线”提问(http://www.doctorhao.cn/)



苏州读者问:

我和爱人的性生活很不和谐,每次他总是很快射精,最长的一次也不过两分钟,我也不知他问题出在哪里,他自己也很苦恼,不知该如何延长射精时间?还有我在网站上看到“第十次全国男性健康普查(江苏站)”正在贵院进行,如果去治疗,能补贴多少钱?

南京建国男科医院副主任医师丁刚:

您爱人的情况应该是早泄。早泄是男科临床最常见的性功能障碍,造成夫妻生活不和谐,影响家庭和睦。早泄病因众多,包括精神因素和器质性疾病,如:精神因素、包皮过长、前列腺炎、手淫过频等。性生活是夫妻双方共同的事情,需要双方共同理解和配合。建议您爱人及早到我院性功能障碍诊疗中心详细检查。我院全国首创了早泄的手术疗法——“阴茎敏感神经降低术”,术后,可显著提高患者性生活质量。普查期间进行该项治疗可享受吴阶平医学基金会提供的免费普查及500元的治疗援助基金。

栖霞区读者问:

我今年35岁,我有尿频、尿急现象3、4年了,一直没去看医生,最近,发现性生活也出现问题了,该怎么办?

南京建国男科医院主任医师郑世广:

不知您有没有其他的症状,如尿痛、尿后滴白、下腹部、腰骶部疼痛、阴囊潮湿等。您的情况考虑为前列腺炎,由于未及时治疗引起性功能障碍,所以当男性发现患有前列腺炎时一定要及时治疗,拖延会引起精囊炎、附睾炎、睾丸炎,甚至引起不育。建议您尽快到专科医院进行检查治疗,被誉为前列腺疾病治疗金标准的“腔内介入靶向通导技术”已在我院临床推广运用,该技术可直达病灶、杀灭病菌,达到标本兼治。

■关注

血糖超过正常值 又不是糖尿病,要治吗

一些人在体检中发现自己的血糖水平已超过正常值水平,但又没有达到糖尿病的标准。他们很疑惑:这种情况需要治疗吗?其实,这类病人即是我们所称的糖尿病前期,又称葡萄糖调节受损(IGR)。虽然尚未进入糖尿病期,但IGR并非意味着是一种轻病,作为糖尿病的前期阶段,同2型糖尿病一样,同样存在着胰岛素抵抗和胰岛β细胞分泌功能损害。资料显示,IGR人群发展为糖尿病比例为正常血糖者的8倍多。同时糖尿病大血管并发症风险在糖尿病临床表现出现之前(IGR阶段)就已出现。若IGR患者同时还伴有肥胖、高血压、血脂紊乱等心血管危险因素,则其冠状动脉粥样硬化性心脏病、高血压、代谢综合征和脑卒中等疾病危险性更大。不过,如果采取适当干预方法,相当部分的IGR患者损伤的胰岛分泌功能有修复的可能。目前防治IGR患者主要采取生活方式干预和药物干预。生活方式干预主要是指饮食加运动的干预。

IGR属于中医“消渴”、“脾瘕”等范畴,人体摄入饮食,其精微营养物质是通过脾脏“运化”、“散精”的作用供养全身。饮食不节、劳逸失衡、情志失调、加上脾阴易于受损的先天因素,导致脾脏阴阳平衡失调,脾脏“运化”、“散精”功能的损害,人体消化吸收、精微输布失调,临床主要表现为机体的糖、脂等营养物质代谢的紊乱。因此,以脾胃为中心,调节机体的阴阳平衡,强化脾脏“运化”、“散精”功能,能有效纠正糖、脂等营养物质代谢的紊乱。

南京市鼓楼医院中医科主任 姜华

通讯员 柳辉艳

美肤连连看

医学皮肤美容顾问

肉毒素消除皱纹

泰州读者: 肉毒素是什么呢?为什么可以消除皱纹?

施尔美皮肤美容中心杨敏主任: 这就要从皱纹的成因说起了。皱纹的种类依其成因不同,可简单分为两种,包括动态性皱纹和静态性皱纹。动态性皱纹主要是因为脸部肌肉收缩时,拉扯其上方的皮肤所形成的皮肤皱折,为可逆性的,包括抬头纹、皱眉纹、鱼尾纹。静态性皱纹,则是因重力或肌肉长期收缩,即使脸上没有任何表情,也会存在的一些皱纹。肉毒素为天然肉毒杆菌分泌的产物,经纯化后,只要注射极微量至脸部的表情肌肉,即可抑制其过度的收缩,因此就可以消除动态性皱纹,并可缓解及预防静态性皱纹的产生。

C6激光治疗黄褐斑效果好

南通读者: 听说C6激光治疗黄褐斑效果非常好,是这样吗? 施尔美皮肤美容中心杨敏主任: 由于黄褐斑的色素沉着部位在表皮基底层和真皮层,常规祛除方法通常难以达到效果。美国Medlite C6激光美肤系统能利用1064nm激光穿透好的特点,使激光穿透皮肤直达表皮基底层和真皮层,直接作用于病变组织。美国Medlite C6是目前唯一能够治疗黄褐斑的调Q激光。

C6激光祛斑是真正无痛的“午休美容”

马鞍山读者: C6激光治疗黄褐斑的时候,安全吗?有疼痛吗?

施尔美皮肤美容中心赵雪倩主任:

C6激光使用专利的平帽式光输出技术及Q开关技术,可以把激光在治疗过程中的时间控制在面部皮肤正常散热时间之内,完全避免了皮肤受损情况出现;治疗时间也很短,操作过程只需十五分钟左右。治疗的时候,也没什么疼痛。做完C6激光之后,对皮肤无任何的副作用,脸上只有微微的发红,半小时左右退掉,涂了防晒之后可立刻上街,是真正的午休美容。

C6激光治疗让皮肤更健康

马鞍山读者: C6激光会不会让皮肤越做越薄?

施尔美皮肤美容中心余穗娟主任: 不会的,C6激光祛斑美肤不是传统的剥脱式治疗,它只对黑色素产生作用,破坏分解黑色素之后由人体免疫细胞吞噬,再运送排出体外,对皮肤结构不会产生任何影响。由于MedliteC6产生热的生物刺激作用,还能刺激真皮层胶原蛋白增生,减少皱纹。换句话说只会令到皮肤越做越厚。

冬季做激光脱毛非常适宜

常熟读者: 请问在冬天做激光脱毛,好不好? 施尔美皮肤美容中心赵雪倩主任: 冬季非常适宜做激光脱毛术。如果选择在冬季进行脱毛治疗,这样经过3、4的治疗后,到了春夏季节,你就不会再因多余的毛发而烦恼了!此外,冬季紫外线强度低,也非常有利于脱毛术后的防晒。

咨询:025-84488400
热线:400 690 0188

