

近期门急诊播报 这四类疾病你要当心

上周南京出现冰冻天气,连续几天的最低气温都在零下,这种天气下医院的呼吸科、神经内科等都收治了不少病人,而前一段时间急诊中较多见的感冒发热病人明显减少,心梗、脑血管意外病人反倒显著上升。近期都有哪些疾病需要特别注意?来自南京鼓楼医院门急诊的一手统计信息将为你提供参考。

»门急诊播报

镇痛科: 天寒地冻冻出疼痛

镇痛科姚学俊副主任医师:寒冷环境中,如果不注意保暖,尤其是颈肩部、腰部、膝关节等部位的保

引起坐骨神经痛、腰痛、颈椎痛、肩周炎及面部三叉神经痛、面神经炎等。

建议:根据气温的变化及时添加衣物,不要只顾美观而忽视保暖。因受凉出现疼痛后,可局部热敷,通过泡热水、按摩、理疗等物理方法来减轻局部水肿痉挛,在急性期不要增加体育锻炼,注意休息,尤其要加强保暖。如果这些方法不能减轻疼痛,则应及时到正规医院进行相应治疗,以免病情加重,或迁延不愈,最终造成慢性疼痛,带来终身烦恼。

急诊科: 大风降温天气小心 心脑血管意外

急诊科张均主任:前一段时间急诊以感冒发热病人为主,但最近这类病人明显减少,反倒是心梗、脑血管意外的病人显著上升。所以在近期的严寒天气中,要格外小心心脑血管意外。

建议:有高血压、高血脂、糖尿病等基础病的人,此阶段要加强血压监测,并在医生指导下及时调整药物剂量,以保证病情的稳定。其次,注意保暖,减少户外活动,尤其是清晨和夜间,但要注意适当增加室内活动。第三,如果出现胸痛、胸闷、头晕、嘴角歪斜、肢体麻木等不适,应及时就医,争取抢救时间。

呼吸科: 肺部感染患者明显增多

呼吸科肖永龙主任:降温以来送到医院抢救的肺部感染患者

相比前一段时间明显增加。所以这里要特别提醒,有哮喘、老慢支等慢性呼吸系统疾病,有高血压、高血糖等三高症状以及年老体弱的市民朋友,一定要注意保暖,出门时要增加衣物,最好戴口罩,避免吹冷风。

建议:得了感冒不要硬撑,应及时就医,以免诱发呼吸系统疾病。感冒初发,只是局限在上呼吸道,延误治疗后,病情就会向气管、支气管、肺等下呼吸道发展。临床上就有感冒发烧并发肺炎,肺炎并发心衰,最后导致死亡的案例。呼吸道病菌入侵人体,首先须通过鼻黏膜抵抗关,再通过呼吸道防御关。保护好鼻黏膜和呼吸道,也能有效预防呼吸道疾病传染。天冷后一些孩子反复感冒,是因为他们呼吸道黏膜防护能力差,无力阻止病毒入侵。体质好的人的呼吸道借助这道防卫屏障,可以把吸入呼吸道的病原微生物及灰尘等杀灭并排出体外。因此,体质弱者和儿童防感冒需增强营养,居室经常通风换气,少去人口密集的场所。成人要减少对呼吸道的刺激,如不吸烟、不喝酒、不吃辛辣食物。

内分泌科: 糖尿病患者冬季血糖不易控制

内分泌科黄洪副主任医师:糖尿病患者冬季血糖不易控制,其原因主要有三方面。一是人体受到寒冷刺激容易导致血管壁变硬变脆,从而引起血压升高,加重糖尿病病情。二是入冬后人的食欲大增,不自觉地吃很多东西,而一些人还有冬季进补的习惯。三是虽然病人吃得多,但冬季因为天气原因活动量却变少了。

建议:在冬季加强血糖监测,进补时在医生的指导下进行,同时保证一定的室内运动量。此外,注意保暖防感冒,因为糖尿病患者抵抗力差,冬季易感染呼吸道疾病,而这也导致病情反复。

»提醒

取暖注意安全,有时温度不高也会烫伤人

睡觉时电热宝、热水袋的温度明明不高,为什么早上起来时小腿上莫名其妙地烫出水泡?每到冬天因为这个问题向健康编辑部求助的读者真不少。对此,南京市第一医院皮肤科许惠娟主任医师提醒说,并不是所有的烫伤都是由开水、热汤等高温物体造成的,像热水袋这样的取暖设备,如果使用不当,即使温度不高,也有烫伤人的可能。导致烫伤有两个因素,一是热源的温度,二是作用时间的长短。通常情况下,多数人只会对前者保持警惕,意识不到后者的重要性。温度不高也能烫伤人的原因就在于热源对皮肤的局部作用时间过长,热力慢慢渗透进入软组织引起烫伤。虽然人的正常体温是37℃左右,但皮肤表面的温度并没有这么高。机体各部位的皮肤温度相差很大,特别是在寒冷的环境中,四肢末梢的皮肤温度显著降低。“冬天时不少人小腿表面皮肤的温度很低,所以即便热水袋温度不高,它们之间也存在较大的温差。”许主任提醒说,要判断热水袋温度是否适宜,最好用手背或者脸去感受,而非手掌。

通讯员 柳辉艳 快报记者 李鑫芳



暖,容易导致血流不畅,引起周围肌肉组织痉挛及无菌性炎症,从而导致疼痛。自近期降温以来,鼓楼医院镇痛科接诊的颈肩腰腿痛患者明显增加,比平时多了一倍多。由于老年人比较注重保护,所以这些患者以中青年为主。如患膝关节疼痛的患者多是一些爱美女性,她们不惧早晚寒冷,依然穿着薄裙、短裤,暴露膝关节部位,导致膝关节部位受凉,引起炎症,造成疼痛。此外,受凉同样也可以

今年冬天不必再为健康东奔西走,我们为你打造最省时省力的健康互动

健康100

“健康100问” 解答读者最关心的100个健康问题

网络 聘请不同科室的医生“坐诊”网站,及时解答网友的健康问题;邀请专家做客dsqq.cn视频,在线回答你的提问

现场 与南京各大医院联手为读者开展义诊活动和专家讲座

参与方式

无论您是想了解哪方面的健康问题,或者是想参加哪些主题的义诊和讲座,请通过以下方式联系我们:

- 1.拨打快报热线电话96060;
- 2.登录http://www.doctorhao.cn(郝大夫在线)发帖;
- 3.发送短信,江苏移动用户发送到10620170801、江苏联通用户发到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;
- 4.请留下您的问题、姓名、联系方式等资料,您的建议或问题一经采用,将有精美的健康礼品赠送。

敬请关注 每周一《健康周刊》

现代快报