牛医生来了

痛风石,该怎么治疗?

小毛小病 我们帮你问

现代快报《大健康》“牛医生来了”导医台开通以来,不少现代快报粉丝发来了他们的问题,由于版面有限,本期健康专版挑选了一些具有代表性的问题,并一一请专家进行解答,有相关需求的粉丝也可以选择对应的医生,去看他们的专家门诊,做进一步治疗。如果你有更多疑问,欢迎扫码关注“乐活健康族”微信公众号,我们会帮你联系相关专家解答你的问题。

通讯员 徐高峰 顾颐菲 章琛 现代快报/ZAKER南京记者 任红娟

问:我痛风七八年了,一开始以为是风湿性关节炎,去年检查出尿酸高才知道是痛风,已经出现手指脚趾痛风石,并引发糖尿病高血压,现在吃药但效果不明显。痛风石应该怎么治疗比较好?

南京鼓楼医院风湿免疫科副主任医师、博士后姜波: 痛风石一般不需要手术处理,主要是通过降尿酸使其溶解后逐渐缩小,如肝功能正常,可考虑以非布司他联合小苏打治疗,定期监测血尿酸和肌酐水平,查关节超声可监测局部的尿酸盐结晶沉积情况。

专家门诊时间:周二上午、周五下午

问:男,45岁,最近去体检,总胆红素、直接胆红素和间接胆红素高,甘油三酯和低密度脂蛋白升高,请问我有没有什么问题?

南京鼓楼医院健康管理中心副主任医师王静:总胆红素、直接胆红素和间接胆红素均高,且以间接胆红素高为主,需要结合血常规及Coombs试验(抗人球蛋白试验)来帮助确认是否存在溶血性贫血。因三者升高得均不太显著,建议复查排除实验误差。

甘油三酯和低密度脂蛋白升高,称为混合型血脂异常,常见原因除了不良生活方式(如高能量、高脂和高糖饮食、过度饮酒等)外,还可能由其他疾病所引起,如肥胖、糖尿病、肾病综合征、甲状腺功能减退症、肾功能衰竭、肝脏疾病等。另外,一些药物也可能引起继发性血脂异常。若有继发因素,请专科就诊;若不存在继发性高脂血症,则建议遵守良好的生活方式,其中饮食控制(包括饮食结构与饮食量)对于纠正血脂异常至关重要。坚持6~8周多数患者可以收到明显效果,很多轻症患者的血脂参数可以恢复正常。注意:甘油三酯水平>5.7mmol/L时容易诱发急性胰腺炎。

专家门诊时间:

1.体重管理门诊:周一至周五下午,鼓楼医院北院二楼;

2.糖尿病综合门诊:周一及周二上午,鼓楼医院新门诊大楼3楼4区66诊室;

3.S周三上午,鼓楼医院新门诊大楼3楼4区66诊室。

问:孩子的扁桃体炎经常复发有什么方法治疗?

南京医科大学第二附属医院耳鼻喉科主任陈仁杰:小孩子机体自身抵抗力差,经常急性发作或感冒,会导致扁桃体炎反复发作,容易形成慢性扁桃体炎。过度疲劳、缺乏锻炼、营养不良,孩子严重的偏食等因素都会引起病菌的侵入。急性发作期要及时治疗,如果反复发作请到医院来检查后,根据个人情况再定治疗方案。

专家门诊时间:周一上午、周三全天(本部)

问:去年年底因为跑步,左脚脚后跟开始痛,今年去医院,医生在我的脚底打了一针封闭,打的时候很痛,打完不但没有好转,反而病情加重了,现在走路都是一瘸一拐的,不知道何时能治好?

南京医科大学第二附属医院骨科副主任医师何斌:你这种情况叫做跟痛症。在急性期没有得到有效的治疗,治疗过程就有可能会延长。不知你是否拍过片子,有没有确定疼痛的具体来源。平时要注意休息,热敷,理疗,穿宽松鞋。可以到手足外科门诊问诊。

专家门诊时间:周四下午(本部)

问:我平常两天洗一次头发,习惯吹风机吹干,现在感觉自己的头发特别毛糙,请问我是否身体有问题?平常生活中应该注意什么?

南京市第一医院皮肤科副主任医师戴洁:湿发是最脆弱的,最好不去碰它,也不要用吹风机来吹。经常用吹风机吹头发容易有干枯,分叉、毛糙出现,最好的方法是自然晾干。电吹风属于高辐射性家用电器,在开启和关闭的时候其辐射的量是最大的。

专家门诊时间:周一上午



问:我父亲今年58岁,3年前脑梗,当时右侧偏瘫,经过治疗现在功能已恢复,一直在吃硝苯地平+阿司匹林,血压经常维持在140/100(或者90),最近他开始抽烟,每天2根左右,请问专家,他能抽烟吗?想带他复查的话,要做哪些检查?

南京市第一医院神经内科主任医师赵红东:要注意:第一、不能抽烟;第二、血压控制未达标;第三、预防治疗不规范,无他汀类治疗;第四、查血压、血脂、血糖,其他需视他以前的检查异常做个体化检查。

专家门诊时间:周二下午

如果您有任何医疗方面的问题,欢迎扫二维码关注“乐活健康族”微信公众号,将“您的问题+联系方式”告诉我们,我们会帮您联系相关专家,为您答疑解惑。

乐活健康族
微信公众号

门诊故事

换牙期出现“双排牙”,你家娃遇到了吗



视觉中国 供图

快报讯(通讯员 罗鑫 记者 任红娟)近日,现代快报记者从江苏省中西医结合医院了解到,该院口腔科门诊的小患者特别多,大多数是换牙期的小朋友来拔牙,有的已经是第三四次来了。该院口腔科副主任医师吴品林说,孩子在换牙期,乳牙滞留成为最常见的问题,不过家长也不要过于担忧,只要及时关注和处理,就能帮孩子安稳度过换牙期。

吴品林介绍说,大约从6岁到12岁这6年间,孩子嘴里的20颗乳牙会脱落,为陪伴我们一生的28颗恒牙让位。“乳牙不掉,恒牙萌出,就会出现双排牙情况,如果乳牙迟迟不掉,家长就要及时带孩子到医院让牙医帮忙拔除乳牙。”

为什么出现双排牙的孩子越来越多呢?吴品林介绍说,随着生活水平的提高,饮食结构也变得愈加精细,儿童大多以软性、甜性食物为主。长此以往,导致乳牙咀嚼功能减退,无法充分发挥牙齿的生理性刺激,使乳牙得不到咀嚼锻炼,对乳牙和颌骨的刺激减少,造成颌骨的长度、宽度和高度发育不足,使恒牙不能在正常位置萌出,或萌出方向异常。“错位的恒牙胚和乳牙根没有或仅有较少的接触,不能完全压迫乳牙根,致使乳牙根不吸收或吸收缓慢,造成乳牙滞留,恒牙错位萌出。”

此外,恒牙先天缺失,恒牙萌出位置异常,严重的乳牙根尖周病变等也会导致乳牙滞留。滞留的乳牙妨碍恒牙正常萌出,导致错位,严重者可导致牙颌畸形,并诱发牙周疾病。家长一旦发现孩子已经长出双排牙,并且乳牙坚固,久摇不动,就应及时带孩子找口腔医生进行专业拔除。减少新生恒牙的阻力,使其慢慢复位。

吴品林提醒家长,对口腔的保护要从孩子还没长牙时就开始,比如喂食后与睡前,一定要彻底将孩子口腔内的食物残渣及奶垢清理干净——可用专用指套或纱布,蘸取适量淡盐水,清洁牙龈。平时让孩子多吃一些坚果类食物、粗粮、粗纤维食物,少吃膨化食品、精细甜食,以保持对乳牙良好的生理性刺激作用,促使乳牙按时脱落,顺利换牙。

食品安全

怎么辨别真假保健品?这些技能教给你

快报讯(通讯员 滕志铭 见习记者 梅书华 记者 安莹)近日,在南京市南湖公园,江苏省食品药品监管局与食品药品检验研究院举办了2018年食品安全宣传周广场宣传活动,教市民如何辨别保健食品的真伪。

“西洋参既可以做药品,也可以做保健食品,近几年销量大增,有商家就动了歪脑筋,做假西洋参,让大众花钱买没用的东西,甚至吃出问题;还有用价格低的人参冒充,但是两者的药效并不一样。”江苏省食品药品监督检验研究院主任药师冯有龙说。

“我从1992年就开始吃西洋参了,我知道那个味道,先苦后甜。”一旁的徐先生分享了自己的经验。江苏省食品药品监督检验研究院主任药师张俐笑着回应:“对,这就是西洋参味道的特别之处——回甘,吃过一次的人都能记住。”她介绍,如果是买来送人,可以看外观,真的西洋参外皮白皙,而且非常紧实,就是看起来没有那么多的凹凸,它的皱纹很浅;切片的西洋参是淡白色的,有形成层,也就是一圈一圈的纹路,看起来应该很细腻,没有裂纹。切片的人参看起来就有些发黄了,而且人参尝起来有豆腥味。

市场上也有很多做成胶囊口服液的保健食品,不像西洋参饮片这类能看到药材本身,那这种无法使出“火眼金睛”的保健食品要如何辨别真伪呢?冯有龙强调,一定要认准包装上的“蓝帽子”。他介绍,蓝帽是由国家相关主管部门审批认证的保健食品标志。在保健食品领域,蓝帽就是通行证,象征着质量过硬。市民可以通过蓝帽下面的批准文号到国家食药总局网站进行查询,能对上厂家、批准文号,就可以放心了。如果还有问题,也可以拨打12331进行投诉,根据指导进行送检。

全民健身

动起来!雨花台区举办体质达人赛

快报讯(通讯员 张浩 记者 刘峻)今年的8月8日是我国第10个全民健身日。为了鼓励更多老百姓关注自己的体质状况,并积极主动参与到运动健身的行列中,8月4日上午,由雨花台区全民健身工作领导小组主办,区体育局、区体育总会承办,区科学技术协会、雨花街道协办的2018雨花台区“万德杯”体质达人赛在南京科技馆会议中心举行。

记者发现,此次体质达人赛兼顾全民健身功能和趣味性,比赛设置了卷腹投篮、吹气球、一字马丈量、平衡迷宫、趣味毛毛虫等五个项目。其中,趣味毛毛虫是一个团体项目,每组5男5女一共10名选手,通过“骑毛毛虫”的方式,完成15米赛段的接力往返。而卷腹投篮、吹气球、一字马丈量、平衡迷宫四个项目,主要是角逐选手的力量、心肺耐力、柔韧性和平衡能力。此次比赛的奖品也贴合全民健身的主题,全部为家用健身器械。