



牛医生来了

稍微运动多一点就累,这是怎么回事?

小毛病 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:男,56岁,无家族史,患有乙肝六年了,是大三阳,抗病毒治疗,现已转为小三阳。请问专家,我这种情况是否可停止抗病毒治疗或更换治疗方案?

南京鼓楼医院感染性疾病科(肝炎科)副主任医师,医学博士宋培新:理论上,慢性乙型肝炎患者采用核苷类药物抗病毒治疗4-5年后,如果达到下面三项条件可以考虑停药观察:1.肝功能检查持续正常1年以上(每年至少监测2-3次);2.乙肝病毒DNA低于检测下限持续1年以上(每年至少监测2-3次);3.“大三阳”转为“小三阳”持续1年以上。但是,根据长期的临床观察,相当比例的患者在停药后出现病毒反弹,从而导致再次出现肝脏损伤。

因此,对于肝脏基础较好的患者可以尝试停药观察,但停药后需要密切监测肝功能、HBV DNA定量等指标。如果患者的肝脏已经存在纤维化甚至肝硬化,建议不要停药。此外,有肝癌家族史的患者也不建议停药。

专家门诊时间:周四上午、周五下午

问:女,45岁,前段时间颈椎痛犯了,加上贪凉、睡眠不好,右腿和右胳膊出现麻木的现象,现在症状有所改善,但总感觉不像原来活动自如,请问能做什么锻炼来恢复吗?

南京鼓楼医院骨科主任医师,硕士生导师、博士后王银河:少看电脑手机,每小时放松一下,做一些类似于广播操的运动来锻炼一下。此外,还要注意保暖。

专家门诊时间:周一至周五

问:我女儿今年13岁,去年测骨龄11.1岁,身高150cm,今年骨龄11.4岁,胸部发育一年,未初潮,现身高157cm左右,体重38公斤,医院测试骨龄偏小一岁多,一年时间骨龄增长3个月,这一年骨龄增长正常吗?骨龄偏小需要治疗吗?

南京医科大学第二附属医院小儿内分泌科主任于宝生:骨龄的增长和实际身高的增长有差距,但是看小孩的生长发育需要一个动态的监测来判定。如果家长有疑虑,可以到小儿内分泌科做一个综合评估。其中包括家长的身高、家族史、青春期发育情况、性激素检查、盆腔发育情况等。单凭骨龄不能准确说明问题。

专家门诊时间:周一全天、周三全天、周六上午(东院)

问:我孙子2岁,经常感冒、咳嗽,有时候一个月才好,好了没有半个月又感冒。一感冒就引起肺炎,目前做过雾化化和直肠给药,请问到底该怎么治疗?需要吃一点牛初乳之类的提高抵抗力吗?

南京医科大学第二附属医院儿科主任医师诸葛留珍:根据你的描述,你的孩子应该是反复呼吸道感染。建议在医院查一个体液免疫和细胞免疫。然后针对不同的免疫低下,针对性地使用增加抵抗力的药。不建议吃牛初乳,如果总是生病,有肺炎的话,那要查病原学,不一定每次咳嗽都是同一个病因。

专家门诊时间:周一上午、周四下午(东院)

问:五个多月前置换了左髌,前不久发现侧睡髌关节处疼痛厉害,医生说没长好,开了点药。这几天进行直抬腿锻炼时左髌也会有疼痛,请问这种情况正常吗?

南京市第一医院骨科主任医师曾逸文:一般术后半年内是可能出现这种不适感的,如果疼痛得厉害,需要进行CT或者磁共振检查。平时合理饮食,注意休息,补充维生素C,注意关节保暖。

专家门诊时间:周二上午

问:我今年65岁,去医院检查过身体各项指标还不错,但就是稍微运动多一点就累,浑身发软无力,有点发抖,心跳加速,心慌,再多走几步都感觉要晕倒一样,该怎么治疗好呢?

南京市第一医院心内科主任医师马玉玲:如果心电图正常,出现心跳加速的表现考虑与心神经官能症有关,多是情绪紧张、压力大引起的。建议服用谷维素、维生素B1治疗。平时多注意饮食,以清淡食物为主,多听音乐,放松心情。如果心慌明显,可以检查超声心动图、动态心电图以及冠脉CTA。

专家门诊时间:周一上午

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,为您解答。

乐活健康族
微信公众号

救援演练

江苏举行跨区域卫生应急演练 空中120亮相,大力提升救援速度

快报讯(通讯员 陈英 记者 刘峻)8月8日,江苏省宁镇扬区域性紧急医学救援卫生应急演练在仪征市举行。本次演练目的是为了做好在仪征市举办的园博会卫生应急保障,特别是确保在扬州市举办的第十九届省运会卫生应急保障的万无一失。演练中,空中120的出现,让人眼睛一亮。

演练通过模拟比赛场馆重大突发踩踏事件,按照突发事件发生、发展的时序过程和突发事件紧急医学救援卫生应急预案的要求,有序开展紧急医学救援多学科应急演练。

演练主要包括事件发现与报告、应急响应与部署、救援队伍赴现场、现场紧急医学救援(现场指挥、检伤分类、现场救治)、伤员转运分流(转运监护、直升机空中应急救援、院前院内信息对接、院内开辟绿色通道)、院内医疗救治(伤员分类抢救、心理援助、健康教育)和应急响应终止等场景。演练整个过程“真枪实弹”,生动直观,横向检验了多地区、多部门的协同作战能力,纵向检验了多层次、多级别指挥协调能力,综合检验了区域性、立体化紧急医学救

援整体能力。

空中120也就是直升机救援,能够快速到达水陆难以通达的作业现场,实施搜索救援、物资运送、空中指挥等工作,是世界上很多国家普遍采用的最有效的应急救援方式。

在当天的演练现场,它的出现,让救援速度大大提升。从仪征市体育场紧急转至南京市中大医院江北院区,正常行车时间大约一个小时,而直升机在30分钟内就能到达。飞机内配备先进的抢救设备,注射泵、心电监护除颤仪、呼吸机等一应俱全。

江苏省卫生计生委卫生应急办公室顾朝表示:“江苏历来重视培训演练工作,特别是近几年组织开展了下至县级卫生应急行政管理人员、专业技术人员的多轮培训,举办全方位、多层次、多灾种、多类别的演练,更是建立了苏鲁豫皖省际卫生应急合作联动机制,多次进行跨省联合卫生应急演练,更大区域和更高层次提升卫生应急协同能力和实战水平,同时不断创新,积极探索海(水)上和空中120联合进行紧急医学救援的模式。”

门诊故事

两种眼科手术联合进行 近乎失明的糖尿病老人重拾光明

快报讯(通讯员 李娜 蒋佳佳 记者 刘峻)6年前,60岁的梅阿姨右眼失明。一个月前,梅阿姨的左眼视力下降、眼部胀痛,这让视左眼如生命的梅阿姨很紧张。当地医院检查发现梅阿姨血糖非常高,初步诊断为“左眼急性闭角型青光眼大发作期”,术后效果不明显,眼压不控制,视力逐渐变差,症状也没能改善。

眼看着视力一天不如一天,梅阿姨心急如焚,来到南京医科大学附属明基医院眼科寻求治疗。眼科中心副院长袁志兰接诊检查认为,梅阿姨左眼残余视力低下,看不清手指,对光反射迟钝,左眼结膜充血,角膜水肿、左眼玻璃体积血,另外梅阿姨血糖偏高,考虑为糖尿病眼底出血引起左眼新生血管继发性青光眼,这是难治性青光眼,视力抢救时间宝贵,刻不容缓,立即将其收住院进行下一步治疗。

为防止术中糖尿病新生血管出血,在局部麻醉下,医生给

患者左眼注射一种能抑制新生血管的药。后在全麻下,进行“左眼玻璃体切除联合青光眼引流阀植入手术”,两种手术由袁志兰主任及唐于荣主任联合主刀。

由于眼睛结构的复杂性,眼前段和眼后段联合手术,手术相对复杂、难度较大,对医生技术要求也很严格。凭借过硬的技术和精准的操作,袁志兰主任、俞秋丽和唐于荣主任顺利完成了左眼玻璃体切除联合青光眼引流阀植入同台两种手术,挽救了梅阿姨的左眼视功能。术后梅阿姨恢复良好,眼压在正常范围内,看东西也清楚了,手术一周后出院。

唐于荣提醒广大糖尿病患者,血糖长期控制不稳定容易出现一些并发症,建议发现糖尿病要寻求早期治疗,及时控制血糖的平稳,发现眼底病变一定要及时就医,防止眼底病变加重。无糖尿病眼底病变的患者每年应做一次眼部检查,提高眼部疾病风险意识。

