

本报专访

湿热天气

防高温中暑和食物中毒

本报记者 王璐 通讯员 李亚曼 王涵

大暑节气(7月22日)过后,湖南各地迎来持续晴热高温。省气象台预计,7月24日至27日,湖南大部分地区以晴热高温天气为主,湖南最高温度突破38℃。长沙市疾控部门专家提醒:三伏天气温高,且潮湿、闷热,易发生中暑,民众要注意科学防暑降温。此外,湿热天气食物易腐败变质,市民要注意饮食卫生。

长沙市疾控中心传染病防治专家刘如春介绍,中暑是高温环境下由于热平衡和(或)水盐代谢紊乱等引起的以中枢神经系统和(或)心血管系统障碍为主要表现的急性疾病,若不及时救治,严重者可威胁生命。中暑按程度轻重可分为中

暑先兆、轻症中暑和重症中暑。其中,重症中暑会出现高热、出大汗、痉挛、惊厥、休克、昏迷等症状。三伏天,从事高温、强热辐射作业和露天、野外作业的人群要注意防范职业性中暑。而频繁穿梭于高温环境和低温空调场所的上班族,则易出现头晕、恶心等轻症中暑症状。预防中暑,要合理安排作息,尽量避免午后高温时段外出及进行户外高温作业;宜穿浅色、宽松、透气的衣服,户外应戴遮阳隔热帽;空调房上班族不宜将室内温度设定过低,下班后先关闭空调,待室温缓慢升高,人体逐步适应后再离开;劳动和运动大量出汗后,要及时补充水分和盐分;饮食以清淡为宜,

同时多吃含钾的食物;要保证充足的休息和睡眠时间,避免过度劳累。另外,多喝绿茶可以起到降火的作用,饮用凉白开水时加少量的盐,可以补充体内流失的盐分。

如果出现头昏、心悸等中暑先兆,立即到阴凉处休息、饮凉茶。若症状加重,可服用藿香正气水等药物。若出现高热、昏迷、血压下降等重症中暑症状,及时送医院救治。

另外,食物在湿热天气容易腐败变质,三伏天要注意妥善保存食物,凉菜、卤菜等最好现做现吃。从冰箱取出的饭菜要煮熟透再食用。预防肠道疾病关键:吃熟食、喝开水、勤洗手。

■ 门诊新闻

老人旅游过劳 诱发心肌梗死

本报讯(通讯员 龙晓 高琳)近日,家住长沙市雨花区63岁的陈大爷与老伴一起到西安旅游,在景区游玩一天回酒店后,陈大爷突然感到胸口痛,大汗淋漓,以为自己是中暑了,便洗了个澡后休息,快天亮时胸痛似乎减轻了,也就没进一步诊治。2天后,陈大爷返回长沙后还是反复胸痛,特别是翻身、吃饭时痛得更厉害,家人这才将他送到长沙市中心医院急性胸痛中心,经紧急检查确诊为急性广泛前壁、下壁心肌梗死,经医院积极抢救,目前病情暂时稳定。

“急性心肌梗死是较常见的致死性疾病,多见于年龄大、吸烟、高血压、糖尿病、高血脂的人群,劳累、饱餐、寒冷、情绪激动等都可能诱发。”该院心血管内科主任、主任医师戴海鹰介绍,陈大爷极有可能是因旅游劳累出汗多,导致血液浓缩后粘滞度增高的情况下诱发的急性心肌梗死。

蚊子叮咬一个包 搔挠止痒致皮炎

本报讯(通讯员 宁玲丹)家住长沙的小朋友杰杰,几天前被蚊子叮了一个包,他不停地搔抓止痒。第二天,杰杰左手背出现肿胀、水泡,有些地方甚至开始糜烂,同时,杰杰还出现了低热症状。爸爸带他来到湖南省儿童医院皮肤科门诊就诊,医生诊断为“虫咬性皮炎并感染”收治住院。

该院皮肤科副教授罗勇奇介绍,近来皮肤科门诊每天都能接诊到因蚊虫叮咬而导致虫咬性皮炎的患者,有时一天多达30-40例。罗勇奇表示,被蚊虫叮咬后,很多人的第一反应就是用手抓挠,其实这很不可取。因为用力抓挠,可加重皮损,抓破皮肤后还可能造成伤口感染,皮肤局部会出现红肿。如果是过敏体质,会出现比较严重的症状。

重度先天脊柱侧弯 椎体截骨矫形新生

本报讯(通讯员 郭超峰)14岁的男孩小豪曾经因为重度先天性脊柱侧弯而痛苦不堪并且性格自卑,经过中南大学湘雅医院脊柱外科专家精心治疗,得以回归正常生活。日前,小豪回到湘雅医院复查,各项指标显示恢复良好。

小豪出生后不久便出现了脊柱歪斜,随着身体不断发育,小豪的背部畸形逐渐加重,并渐渐地开始向右歪斜,双肩一边高一边低,右边背部也隆起得越来越厉害。

该院脊柱外科主任张宏其教授接诊小豪后诊断,其患的是一种名为先天性脊柱侧弯的疾病,这种疾病的手术时机以及手术策略的选择很有讲究,遗憾的是他已经错过了最佳的治疗年龄。从X光片上看胸椎腰椎有两个结构性侧弯,颈椎也出现了继发弯,侧弯融合僵硬,手术难度很大,风险极高。

入院后,专家们经过数次研讨,认为可为小豪行椎体截骨矫形术:即通过将椎体的一部分切除来达到矫形的目的。

『马蹄』儿湘潭获救治



郴州市临武县人李国强3岁的儿子小军患有典型的先天性严重僵硬型马蹄内翻足,原本居住在缅甸的李国强和他的缅甸妻子因当地战乱回国后,已无钱给孩子治疗。湘潭市中医医院闻讯后主动联系到李国强夫妇,并着手为小军进行免费治疗。该院小儿矫形科采用湖南省名中医杨寿域教授所创杨氏疗法松解其挛缩的软组织、纠正骨错位等,同时配合夹板矫形、中医熏洗、功能锻炼等,经过4个月中医规范化无创伤治疗,现孩子可以正常穿鞋、站立和走路了。图为李国强全家向该院赠送锦旗,表达感谢。

通讯员 贺竞敏 王永银 摄影报道

OTC

“尿频、夜间遗尿” 望清缩泉丸,管用!

补肾治多尿,用望清缩泉丸

小便频数,夜间遗尿,多见于中老年人患者,这是由于中老年人“元气亏衰,阳气虚极”所致。一旦患病,每有尿意就迫不及待要排尿,难以自控,临床上尿频尿急常合并论治。老年人肾气不足,膀胱失约,小便频数,给生活带来诸多不便,频繁起夜,严重影响睡眠休息,精神憔悴,不利于身体健康。

小便是由肾和膀胱共同主导。尿频、

遗尿、小便频多,与肾脏功能亏衰息息相关。膀胱为尿液贮存之所,肾主化气行水,如果肾气亏衰,膀胱虚寒,则不能约束水液而导致小便频多。

尿频、遗尿、夜尿多多因肾气不固、膀胱失约所致,也可由下焦湿热、肾虚不固、中气下陷,肝郁气滞引起。

尿频遗尿,用望清缩泉丸!

缩泉丸,原名固真丹,《本草纲目》中亦有记载,专补肾气,治小便频数。

《中国药典》对缩泉丸之功能主治描述为:功在温肾祛寒,缩尿止遗,主治膀胱虚寒症,小便频数,或遗尿。

陕西金象药业有限公司,历经多年搜集验方,利用现代制药技术,研制的望清牌缩泉丸,补肾缩尿,专治肾虚所致的尿频,遗尿!

早日告别尿频,一身轻松

望清缩泉丸,由“乌药、山药、益智仁”三味主药炮制而成。方中乌药功在温肾散

寒,可除膀胱冷气,增强固摄约束之力;益智仁温补肾阳,能够固暖下元,再用山药糊丸补肾固精,三味主药同方,共奏温肾缩泉之功。

望清缩泉丸,补肾散寒,温补下焦,使肾与膀胱的功能恢复,专治尿频遗尿、夜尿频多等症。

尿频、夜尿多,切不能掉以轻心,及早治疗才能愉快的享受生活。望清缩泉丸,祝您早日告别排尿问题,一身轻松!

感恩回馈 半价优惠

缩泉丸自上市以来,深得广大患者信赖,已为众多中老年人解决了夜尿多的困扰,特举办优惠活动,凡在活动期间订购的患者均可享受半价优惠政策。

详情咨询:400-6060-206

国药准字:Z20063002 功能主治:补肾缩尿,用于肾虚所致的小便频数,夜尿遗尿。 忠告语:请按药品说明书或在药师指导下购买和使用! 生产企业:陕西金象药业有限公司