

本报专访

鼻炎易与感冒混为一谈

本报通讯员 肖茜予

家住长沙马王堆的小李这几日全身不适、畏寒、发热、食欲不振伴有头痛,同时还感觉到鼻腔及鼻咽部出现干燥、灼热感,鼻内发痒,频发喷嚏。小李以为患感冒,吃了几天感冒药但不见好转。几天前,小李来到湖南省人民医院耳鼻喉头颈外三科就诊,检查后发现是患有急性鼻炎。

该院耳鼻喉头颈外三科主任王宁介绍,秋冬季是鼻炎的高发季节。鼻炎不发则已,一发则纠缠难愈,令人苦不堪言,而鼻炎的很多症状与感冒相似,易被混淆。

据了解,鼻炎分为慢性鼻炎、急性鼻炎、药物性鼻炎和萎缩性鼻炎。最为扰人的是慢性鼻炎,长期间歇性或交替性鼻塞,导致头晕脑胀,严重影响睡眠、工作和学习。黏脓性鼻涕常倒流入咽腔,出现咳嗽、多痰。急性期鼻炎最容易混淆为感冒,通常会出现类似感冒的症状,像常见的鼻塞、打喷嚏、流

鼻涕、头晕等都和感冒症状相似。用治疗感冒的方法来治鼻炎,不仅没有效果,还会导致病情日益加重,无论是工作还是生活都受到很大的困扰。

鼻炎的鼻塞特点为间歇性。在白天、天热、劳动或运动时鼻塞减轻,而夜间、静坐或寒冷时鼻塞加重。睡觉的时候,如侧卧时,居下侧之鼻腔阻塞,上侧鼻腔通气良好。由于鼻塞原因,导致会出现嗅觉减退、头痛、头昏、说话呈闭塞性鼻音等症状。喷嚏和鼻涕较多,鼻涕常为黏液性或黏脓性,偶成脓性。严重的时候会导致头痛、头昏。慢性鼻窦炎多表现为头沉重感,多数人还有食欲不振、易疲倦、记忆力减退及失眠等感觉。

鼻炎可以提前预防,特别是过敏性鼻炎,可以通过有效的保护措施来防止鼻炎发作。
1.防受凉和防感冒。一旦感冒,要积极治疗上呼吸道感染,在平时生活中就要注意防

风寒,及时保暖,防止感冒诱发鼻炎发作。
2.尽量避免接触过敏原,避免灰尘、烟雾、花粉等变应过敏原的刺激,减少寒冷干燥对鼻腔的刺激,出门在外可以选择戴口罩,居室适当增加室内湿度。及时更换、清洗寝具,经常开窗换气,尤其要坚决戒烟,包括远离二手烟。
3.建立规律的生活作息。避免过度劳累、熬夜、工作紧张、情绪波动、吸烟、饮酒等,人体抵抗力下降,容易造成鼻黏膜调节功能变差,导致病毒乘虚而入。
4.加强自身锻炼,提高身体抵抗力,如跑步、游泳、冷水洗脸等,提高人体对寒冷的耐受力。跑步、打球、太极拳等活动都非常有益,根据自身情况进行相应的锻炼。
5.对季节性发病人群,可在冬季到来前2~3周预防性用药。平时也可以通过鼻部按摩,以疏通经脉,使气血流畅,通畅鼻窍。按摩方法是用双手食指在鼻梁两侧来回摩擦,每次3分钟,早晚各一次。

好奇吞 14 粒磁珠 男童胃肠多处穿孔

本报讯(通讯员 杨红梅 徐宏宇)近日,湖南省儿童医院普外一科的医生连夜给2岁的小晨(化名)做剖腹手术,从小晨的胃和肠子里一共取出14颗强力磁珠。这些磁珠五颜六色,像巧克力糖果一样,引起孩子的好奇心,可怕的是,它们已造成小晨胃肠穿孔,导致腹膜炎。

11月17日小晨出现呕吐不止的症状,小晨父母当时以为是普通的胃肠炎在社区医院输液治疗,没想到几天后小晨的症状不仅没有缓解,还发烧到39度以上,肚子也一阵一阵疼痛,父母连忙将他送到当地医院。检查结果显示,孩子腹腔内存在金属异物。11月21日凌晨,小晨被转到了湖南省儿童医院。接诊的医生推测可能是强力磁珠惹的祸,医生紧急给小晨安排了手术。

该院普外一科主任尹强介绍,给小晨手术时,腹腔里积了大量脓液,因磁珠吸附导致肠子与肠子相互粘连在一起,分开粘连的肠管发现3处穿孔,取出10个磁珠后,将穿孔的肠管进行了修补。另外在小晨的胃里也发现有磁珠,只能将胃切开取出4个磁珠。医生嘱咐,小晨接下来5天都不能吃任何东西,让消化道好好休息。

腹股沟现包块 原是疝气作怪

本报讯(通讯员 林海)不久前,徐先生在咳嗽及站立时发现右腹股沟区有个鸡蛋大小的包块突出,站得越久越明显,坐下躺下休息一会,用手按摩下逐渐消失。尽管徐先生感觉生活起居不受影响,但他还是来到株洲市二医院进行了检查。该院门诊医生检查后诊断徐先生为“右腹股沟疝”,随后由普外科医生为他行“腹腔镜下右侧腹股沟疝无张力修补术”后,顺利康复出院。

该院普外科主任柳涵介绍,疝俗称“疝气”,即人体内某个脏器或组织离开其正常解剖位置,通过先天或后天形成的薄弱点、缺损或孔隙进入另一部位,是普外科常见病。常见的疝有脐疝、腹股沟直疝、斜疝、切口疝、手术复发疝、白线疝、股疝等,徐先生患的“腹股沟疝”是其中比较多见的,指的是腹腔内脏器通过腹股沟区的缺损向体表突出所形成的疝。

大部分情况下,疝不会危及到患者生命,但也不能因此就掉以轻心,柳涵表示,医院每年都会接诊很多拖到最后嵌顿坏死了再去做手术的患者,给患者带来极大的伤害。

柳涵表示,成人疝是不可自愈的,手术是治疗成人疝的唯一可靠方法。尽早就医,效果好,并发症少。对于小儿疝,尽管存在自己愈合的可能,但概率非常小,绝大多数情况还是需要手术治疗的,所以家长千万不能盲目“等待孩子自己长好”而错过最佳时期。

首届“激活力·普健康”青年科普创新大赛上演



11月21日,首届“激活力·普健康”湖南省青年医学科普创新大赛在长沙精彩上演。来自全省各市县医疗机构选送的30个短视频及23份科普作品通过网络投票和现场专家评分等形式参与角逐。图为湖南省人民医院选送的《小矮人长高记》表演现场。

通讯员 曾铭强 记者 王璐 摄影报道

头痛查颈椎 癌症显原形

本报讯(通讯员 孙文琴)家住常德市郊80岁的童爷爷饱受头痛折磨4个月,表现为整个头部弥漫性疼痛,呈爆炸样胀痛,平卧休息可缓解,而一旦坐起或站起头痛就会来临,严重影响他的日常生活。近日童爷爷来到常德市第一人民医院疼痛科住院诊治,通过头颅+全脊柱MRI及增强检查,结果显示椎体转移性肿瘤,肿块累及神经根,头痛原因终于明确。原来,3年前童爷爷曾行直肠癌

手术,目前直肠癌已转移至颈椎,当坐起或站立时颈椎负重刺激颈椎神经引起头部疼痛,而当平卧时负重解除疼痛自然就消失了。

颈源性头痛是由于颈椎周围软组织和骨骼病变所引起的头痛,主要表现在后脑勺,也可出现在头顶、两侧太阳穴,甚至面部。人体颈椎一共有七节,当第一至第三节颈椎发生病变压迫神经,就可能致颈源性头痛。

新疆伊犁驼奶粉买一箱得二箱

原产地直供 活动仅限今、明、后三天!



骆驼长期生活在大漠边缘环境中,处于散养状态“喝的是泉水、吃的是天然食物”。驼奶被称为“沙漠软黄金”,所以驼奶营养更丰富,其富含维生素C、铁、类胰岛素因子另驼奶含钙高、饱和脂肪酸低、维生素、氨基酸及微量元素含量丰富。特别适合中老年长期饮用。

中老年人常喝驼奶身体好

《本草纲目》记载:“驼乳,冷,无毒。补中益气,壮筋骨,填精髓,耐饥饿,止消渴。可益五脏,养心肺”。中医一直把驼奶作为一种滋补佳品。营养学界认为,驼奶更接近

母乳,更利于肠胃吸收。且长期饮用不易上火、不易过敏、不易发胖。

活动详情:

惊喜1:每人限购2份,谢绝重复购买。

惊喜2:厂家25周年庆,限时买一箱送同品一箱,赠品有限完即恢复原价。本次活动直供的驼奶粉全部为新批次产品。

惊喜3:凡是得到名额的客户终生享受厂家优惠。

全国统一订购热线:

400-102-1068

400-696-8198

全国整箱免费送货货到付款!伊犁那拉乳业有限公