

### 冷热同吃 牙痛找上门

31岁的王钠最爱喝冰啤酒，感觉不仅解渴而且还提神。这不，这阵子下班后他经常约上三五好友去喝啤酒什么的。有一回他觉得冰啤酒喝多了，肠胃好像有点不舒服，于是赶紧泡上一杯热茶，想来缓解肠胃不适，可没想到，牙却不时地酸疼起来，医生看过后，告诉他，是急性牙髓炎发作了，而冰啤与热茶一起喝，就是“祸首”。

据了解，近年来，本来在冬天较为多见的急性牙髓炎和牙周炎也成了夏秋两季的常见病了，其原因跟热天的饮食大有关系。引起急性牙髓炎与牙周炎的主要原因除了烦躁、工作压力大、易上火、休息不好等因素外，冰激凌、扎啤等各种冰镇饮品与水煮鱼、热茶等这种一冷一热的食物搭配，很容易对牙齿造成刺激。另外，过量吃冷饮、喝啤酒对于本身就患有龋齿等口腔疾病的人来说，也是诱发急性牙髓炎或者加重一些口腔疾病的原因。 周燕芬

立秋后，随着早晚天气转凉，有的人就开始鼻塞、流涕、鼻痒、打喷嚏，过敏性鼻炎又开始发作了。

秋天过敏性鼻炎发作比较多，主要是由于天气多变，忽冷忽热，此外空气比较干燥，鼻腔容易受到外来刺激物影响所致。因此，入秋后鼻炎患者在家中或办公室最好使用加湿器，并可同时进行

### 季节提醒

## 秋防季节性脱发

工作压力成脱发“催化剂”

脱发有很多种，最常见的就是季节性脱发，而一年四季中，又以秋季脱发最为常见和严重。

秋季气温降低，头皮的毛细血管收缩，头发营养供应相应减少，因而易出现脱发；此外，对于三四十岁的上班族而言，出现脱发的现象，主要是由于精神压力过大所引起。压力性脱发与自然性脱发最大的区别在于，压力就像一个三流

的理发师，常常把你头上的某个区域内的头发连根剃除，留下一块“贫瘠之地”。须提醒的是，许多人认为脱发不痛不痒，对人体健康也没有任何威胁，所以就不去医院治疗，结果症状越来越严重。此外，对于习惯性脱发患者而言，秋季尤其应注意对头发的呵护。

南京市中西医结合医院 杜长明



### 相关链接

秋季注意以下三点有助防止或者减少脱发。

1、首先要注意补充营养。多吃一些含铁、钙、锌等矿物质和维生素A、B、C以及含蛋白质较多的食品，如含有丰富蛋白质的鱼类、大豆、鸡蛋、瘦肉等以及含有丰富微量元素的海藻类、贝类，富含维生素B<sub>2</sub>、B<sub>6</sub>的菠菜、芦笋、香蕉、猪肝等，这些对保护头发、延缓老化有好处，保持大便通畅则有利于头发的正常生长。

2、放松心情，缓解压力。精神压力是造成脱发的重要原因，压力越大，脱发的速度也越快。经常进行深呼吸、散步、做松驰体操等，可消除精神疲劳。进入

## 预防脱发三注意

秋季后，每天应保证有充足的睡眠，睡前用热水泡脚，这样不仅精力充沛也有利于头发的养护。

3、戒烟忌酒少油腻。吸烟会使头皮毛细血管收缩，从而影响头发的发育生长。热白酒会使头皮产生湿气，引起脱发。而常食油腻食品容易使头发多“油”，不利于头发健康。 朱群

## 秋天防过敏性鼻炎

蒸气吸入治疗。蒸气吸入即患者可以就着一杯热水，或洗脸时不断将热的湿蒸气吸入鼻中，以使鼻充血暂时减轻和增加气流。临睡前用浸透的热毛巾敷于两耳部约一分钟左右，鼻塞便能通畅。

受凉、过劳、营养不良、烟酒过度、内分泌失调及全身慢性疾病等都可能造成鼻腔黏膜的抵抗力下降，从而导致鼻炎发生，所以对于季节性过敏性鼻炎患者来说，预防鼻炎要提前进行。首

先要注意室内卫生，不养宠物，不铺地毯，不买有毛绒的玩具，以减少致病的致敏源和刺激物。其次，季节性鼻炎并不是注意保暖就可以预防的，还需加强鼻子对冷空气的适应能力，入秋后洗脸时应多用冷水冲洗鼻子，经常运动也可使鼻气道阻力减少，并使体质增强。 马凤喜

## 鼻涕常带血 警惕鼻咽癌

8月27日，香港著名演员成奎安因患鼻咽癌病逝，年仅54岁。这一事件引起了人们对鼻咽癌这一疾病的关注。医学专家提醒：若鼻涕中反复出现血性分泌物或鼻涕呈淡粉色或带有血丝时，应该高度警惕鼻咽癌。

鼻咽癌的发病年龄大多在40~60岁之间，男性多于女性。其主要表现为：倒吸涕中带血或擤出带血鼻涕，这是肿瘤表面破溃所引起的出血，出血量一般不多，以早晨起床时多见。由于出血少且时有时无，因此常被患者忽视，或被误认为呼吸道感染进行治疗。该病还会引起耳部的症状，可出现耳鸣、听力减退、耳堵或伴有鼓室积液。当鼻部出血量较多时，病变常已进入晚期。此时可出现鼻塞、颈部肿块（颈部淋巴结转移）、头痛等，还可出现脑神经症状，如视物模糊、脸下垂，甚至眼球固定或失明。

预防鼻咽癌，首先要少吃或不吃含亚硝酸盐类的食品，如腌制的咸鱼、咸酸菜、咸肉和某些含亚硝酸盐类的罐头食品。据有关资料显示，10岁以前儿童常吃咸鱼，其患鼻咽癌的危险性会显著增加；其次，40岁以上的人在体检时要注意鼻咽部的检查；另外，积极参加体育运动，增强自身抵抗疾病的能力。 陈继英

# 为了1%的希望……

——记湖南省第二人民医院蒋国安主任

文 / 刘永红 / 刘雨滋



**专家简介 蒋国安**，男，43岁，主任医师，教授，中共党员，湖南省第二人民医院创伤骨科主任，湖南省骨伤科专业委员会委员，湖南省医疗事故鉴定委员会成员，湖南省芙蓉司法鉴定中心主任、司法鉴定师。

该同志毕业于南华大学医学系，本科学历，曾在中南大学湘雅二院骨科进修学习一年，武汉大学附属人民医院脊柱外科进修半年，卫生部湖南出国英语培训中心学习半年。曾赴北京积水潭医院创伤骨科、上海华山医院运动医学科、德国及韩国进行培训学习。他从事骨科临床工作二十一年，从无医疗事故。特别是在治疗骨与关节损伤经验丰富，亲手治疗骨与关节损伤病人4000余例，效果良好。开展新技术30余项，发表论文10余篇，获医学科技进步三等奖两项，他主持《C型臂下经皮穿刺撬拨治疗骨折研究》曾应邀赴澳大利亚作学术交流。

“创伤外科患者最痛苦的事莫过于截肢，但只要有一线希望，我们就要用100%的努力尽力抢救！”湖南省第二人民医院创伤骨科主任蒋国安教授是这样说的，也是这样做的。

### 千里救援记

“医生，请保住我的右腿！”听到患者恳切求救的声音。创伤骨科主任蒋国安教授没有半点犹疑，立即派出救护车和医生赶赴郴州宜章县接洽患者，来回行程近千里，来了一场千里大救援。

43岁的谭某，在一家采石场工作。2008年10月31日上午，当他正在山坡上工作时，由于山腰放炮炸石，来不及避让滚落下来的巨大石块，而被其砸中了双腿。谭某的双腿顿时血流不止，右下肢的骨头都显露了出来。谭某被送往了当地医院，医生检查后，发现其双下肢骨折，右下肢为开放性粉碎性骨折，损伤极为严重，建议其截肢。但身为家中顶梁柱的他，又怎能接受这样的现实呢？

家人拨通了政法频道的求助热线，在政法频道的接洽下，该院创伤骨科迅速地派出医生和救护车，将其接至医院。蒋主任亲自组织专家会诊，由于患者受伤已有数日，来时，伤口已经坏死，合并感染，散发浓浓的腐臭味。经过专家认真地研究，认

为谭某病情非常严重，其右肢保住的可能性只有5%~10%，为了这点希望，蒋主任精心制定“清创术和外支架固定术”、“大段骨的重建”或“长柄膝关节置换”等一系列手术方案，经几十个日夜的精心救治，终于保住了双腿。

### 小腿重生记

去年8月16日清晨，做鸡崽生意的都先生拉了一车小鸡在京珠高速公路长潭段，遭遇车祸，腿被夹得死死的，像被钉在驾驶室里面，动弹不得。巡逻的交警急忙把他送到了创伤骨科。当时都先生被抬进手术室时，疼得面部扭曲，全身冒汗，蜷成一团。以科主任蒋国安教授、高伟医师为首的治疗小组，进一步检查发现他全身多处软组织挫裂伤，右大腿肿胀，尤其右小腿伤得最重，它的中上段向下可见巨大伤口，长约25厘米，右足已失去了感觉。遍体鳞伤。都先生被诊断为：右小腿严重挫裂伤，右腓骨开放粉碎骨折，右小腿肌肉广泛挫裂伤；右股骨干骨折；右腓总神经损伤，右腓动脉断裂。

当时，患者已经表现出毒症，神智癫狂，为保全生命，必须立即进行截肢手术，否则，可能导致脓毒症，多器官衰竭、休克甚至死亡。家属强烈请求尽可能保住这条小腿，一条腿，对于两个小孩的父亲、一个四处奔波

的生意人的重要性，是不言而喻。面对家属的强烈请求，医生竭尽全力挽救。蒋国安等人不失时机地用双氧水清洗右小腿创口周围皮肤，慎重地打开创口，一边探查损伤情况，一边冲洗创面及各肌肉间隙，在显微镜下细心地对接神经和血管。

手术历经三个半小时，焦急等在手术室外的家属看到被推出的都君右小腿还在，都高兴得连呼“谢谢蒋主任、谢谢医生”。事后笔者采访蒋主任时，他感慨地说：“病人及家属保留这腿的愿望太强烈了，虽然他伤得太重，但我们还是尽全力努力，看能否抓住1%的希望。”术后，为了找到针对患者最有效的抗感染药物，治疗小组进行了药物敏感性试验。术后第五天，伤腿皮肤发黑、坏死、恶臭，并有大量脓液渗出；蒋主任当机立断，决定再次手术，切除坏死皮肤、韧带，清出腐烂肌肉和脓液，用双氧水反复冲洗，直到无恶臭。同时放置负压引流管（原理类似棉花吸水），保持纱布干燥。令人欣慰的是，一周后，伤腿的新生肉芽组织已开始生长，小腿终于获得了重生。

### 定时炸弹排除记

经历了3次手术，却遭遇3次复发的患者陈某露出了会心的微笑。去年12月7日，创伤骨科为她实施的第四次肿瘤切除

术，终于拿出了折磨她八年之久的“定时炸弹”——重达3公斤的巨大骨盆软组织肉瘤。

44岁的陈某是海南万宁县的农民，98年时，发现右下腹有肿块，当时没有在意。不料在2000年时，肿块迅速长大。当地医院诊断为“骨盆软组织瘤”，并为其实施了肿瘤切除术。但由于当时医疗条件和技术的限制，手术并没有根治她的疾病。几年内肿瘤复发，又分别在当地医院做了肿瘤切除术。但是三次相同的手术，却没有给她带来好运。去年11月，恶梦再度降临。

12月4日，陈某入住该院创伤骨科。借助DR、CT和核磁共振等先进设备的检查结果，该科主任蒋国安教授发现该病人的病情相当严重，软骨瘤已呈恶化趋势，瘤体朝腹腔深部生长，压迫了子宫、膀胱、直肠等多个

将危及生命；三次手术的失败，导致瘤体与周围器官粘连严重，极易损伤周围器官；肿瘤“吞噬”了患者的髋关节，使其髋臼遭到严重破坏，为了恢复其负重与行走功能，必须行“髋关节融合术”。针对以上手术难点，专家们制定了周密的手术计划。12月7日，创伤骨科、泌尿外科、普外科的专家通力协作，历时6个小时，手术顺利完成了。

在采访中我们了解到，创伤骨科蒋国安等人艺高胆大，谱写了很多创伤外科传奇篇章：他们挑战世界难题，为车祸的民工成功完成湖南首例“臂丛神经转位术”；在抢救长沙市雨花区7路公交车爆炸事故中和“8·30”重庆大巴车大型车祸抢救中，积极采取抢救措施，使住院伤员100%抢救成功，受到了患者及其家属和上级领导一致好评。



蒋国安主任正在手术中