



随着气温下降,气候干燥,雾霾天渐多,慢性阻塞性肺疾病患者需要特别注意,警惕病情加重。秋冬季是慢阻肺患者发病的危险时段。遵从医嘱并坚持长期规范治疗至关重要。在治疗药物中,吸入长效支气管舒张剂是稳定期慢阻肺治疗的首选药物。

下午拔牙最不疼?早上测血糖最靠谱?医护的手最危险?……

六大看病传言,全是“大话王”



健康视点

■记者 洪雷 通讯员 梁辉 陈双

近日,一则网传消息称,美国宾夕法尼亚大学研究人员建议,去医院看病最好在早晨去,因为此时医务人员的手最干净,患者去看病最不容易感染传染病。另一条关于最佳看病时间的微博则称:去医院抽血最好在上午8:00前;要拔牙,下午去最合适,因为下午拔牙不如上午疼……这些都是真的吗?11月19日,三湘都市报记者就此采访了省内多名医学专家,一辨真伪。

6点到7点测血糖最准?

微博传言:内分泌系统疾病对就诊时间要求最严格,拿最常见的糖尿病来说,早上六七点测的空腹血糖,是相对最准确的。

省人民医院内分泌科副主任医师张弛:决定血糖浓度只有空腹和餐后的区别,两种都能测量,空腹是指不吃东西8小时以上,如要测空腹血糖,一般是早晨7点左右,但这只是为了减少病人饥饿感,并不存在早上6点到7点就最准的说法。

拔牙下午最不疼?

微博传言:下午1~3点注射局部麻醉剂的有效时间比早晨和晚上高出3倍。上午,人体对疼痛的反应更为敏感,因此建议尽可能在下午拔牙。如果选择在上午拔牙,大家的早餐要保证营养均衡,避免因紧张而出现低血糖反应。

湘雅口腔医院牙周科主任刘斌杰:麻药只要打好了,持续时间跟上午下午没有关系。不过上午拔牙,确实是一定要吃早饭,因为有的敏感的人,空腹拔牙容易低血糖,加上紧张心理,导致晕厥。

查肠镜要提前四天注意饮食?

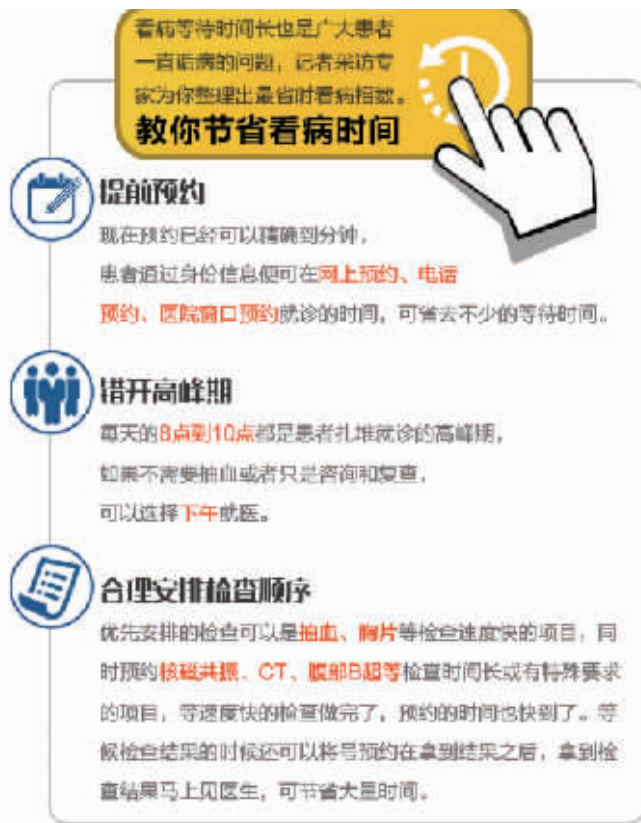
微博传言:多数消化系统疾病都需要做空腹检查,如胃镜、腹部B超等,所以去看消化道疾病时最好清晨不吃饭、不喝水。怀疑结肠癌需要做肠镜的,提前3~4天就要在饮食上做准备,并服用清肠药。此外,消化系统疾病常需要化验大便,这就要求两个星期前不吃含铋剂的药,检前1~2天不吃含动物血的食物,如猪血等。

省人民医院肛肠外科主任医师李树根:上午做胃镜、腹部B超的,清晨确实不能吃早饭和喝水,如果是下午做的,可以在检查时间的6小时之前喝一点糖水。需要做肠镜的,并不需要提前那么久就控制饮食,只要提前一到两天开始进食流质或半流质就行了,清肠药则是检查当天才会服用的。化验大便并没有什么忌口,按正常饮食即可。

医生护士的手会传播疾病?

微博传言:美国宾夕法尼亚大学研究人员称,医生工作时间越长,洗手次数就越少,越不遵守医院的卫生准则。而正是医生和护士的手部不干净使得疾病得以传播,建议患者早晨就诊。

湘雅医院院感染控制中心副教授黄勋:造成院内感染的主要原因,是生活在医院内的耐药细菌。能通过医护人员的手传播疾病的几率极低,而且,每个病房里都配有快速手消毒液,医护人员只需花几秒钟就可以完成手部消毒。



■制图/王珏

看妇科

要在月经结束3~7天?

微博传言:常见妇科病,诊断时要取阴道涂片、宫颈刮片检查脱落细胞,这些检查都在月经干净后3~7天内做最好。这是因为当月经出血时,血细胞会影响细胞或细菌涂片的观察效果。不过,怀疑宫颈粘连的患者需要在经期检查。妇科内分泌检查也无需避开经期,但最好9点前就诊。

省中医附一医院妇产科主任谈珍瑜:阴道炎、宫颈炎、盆腔炎、外阴炎等常见妇科病,这些检查都在月经干净后做最好,避免感染。不一定是干净后3~7天,只要不是经期即可。

怀疑宫颈粘连的患者需要在经期进行扩宫治疗,这样才能让宫颈扩张开,让经血流出。进行性激素等内分泌检查时,最好是在月经周期2~4天内检查,早上9点为最佳检测时间。

月经开始后

第10天查乳腺最好?

微博传言:在月经开始后第10天左右,雌激素对乳腺的影响最小,乳腺处于相对静止的状态,此时检查能更好地发现它的病变或异常。

省人民医院乳腺甲状腺外科副主任医师张超杰:并不正确,查乳腺最佳时期就是例假结束之后7天到10天以内,而不是月经开始后,只有这时候女性的激素水平才会最低,乳腺增生的情况也最轻,检查容易判断出最准确的病情。

医疗前沿

“湘雅发现”惊动世界 世界首次发现骨生成新机制

本报11月19日讯 11月13日,从湘雅二医院传出消息,通过中美专家多年的联合攻关,世界上首次发现了骨生成的新机制,提出了血管生成-成骨细胞-破骨细胞的三元调控理论,为治疗骨质疏松等骨骼疾病开辟一条全新的路径。据悉,该研究论文于今年10月在国际医学权威杂志《自然·医学》发表。研究团队成员美国霍普金斯医学院曹旭教授、湘雅二医院廖二元教授和罗湘杭教授为论文共同通讯作者,谢辉博士为第一作者。该项研究成果得到了国家杰出青年科学基金与美国NIH基金的资助。

此前的理论认为,骨代谢主要通过成骨、破骨两

种细胞进行调控,即所谓“二元调控理论”。然而对不少骨质疏松发病情况,该理论却无法解释。

美国霍普金斯大学和湘雅二医院的研究团队经过四年的联合攻关,发现破骨前体细胞分泌的血小板衍生生长因子(PDGF-BB)在偶联血管生成和骨形成过程中发挥重要作用,此发现最终形成了血管生成、成骨细胞、破骨细胞的“三元调控理论”,从而揭示了骨生成的新机制。

这一重大创新性理论为新药开发找到了新的靶点,为治疗骨质疏松以及骨质硬化、骨质增生和骨肿瘤等骨骼疾病带来了新的希望。

■记者 洪雷 实习生 王敏 通讯员 谢辉 王建新

健康资讯

医学精英来湘 探讨康复技术

本报11月19日讯 近日,由湘潭市中心医院承办的湖南省医学会物理医学与康复专业委员会2014年年会暨第四届全国肌肉骨骼康复治疗研讨班在湘潭举行。来自全国各地的物理医学与康复专业的顶尖专家们齐聚一堂,共同探讨物理医学与康复专业的新理论、新方法、新技术。

康复医学和预防医学、保健医学、临床医学并称为“四大医学”,是一门以消除和减轻人的功能障碍,弥补和重建人的功能缺失,设法改善和提高人的各方面功能的医学学科,也就是功能障碍的预防、诊断、评估、治疗、训练和处理的医学学科。

■记者 张春祥 通讯员 王志成

罗氏诊断颁发 医学及生命科学教育研究基金

“罗氏诊断中国医学及生命科学教育研究基金”于近日颁发。来自全国18所高校的126名学子和来自全国11所高校的15名科研人员分别荣获罗氏诊断教育基金和研究基金。

全球体外诊断的领导者——罗氏诊断大中华区总经理黄柏兴先生表示:“为更好地回馈社会、实践企业社会责任,履行对中国的长期承诺,罗氏诊断率先创立了中国体外诊断领域的两个第一:首个由企业颁发、历史最悠久的教育基金,以及首个面向非营利性医学检验机构科研人员的研究基金,这将有助于提升中国的医疗水平,惠及更多中国患者。”

诊断的价值在于“知晓”,是临床决策乃至整个医疗护理环节中的重要一环,能为临床70%的医疗决策提

供基础。随着中国医疗健康事业的持续发展与医疗改革的不断深入,检验医学在疾病的诊断和治疗中的作用越来越受到医学界的重视。多年来,罗氏诊断一直致力于将创新型检测和技术引入中国,帮助医疗专业人士做出正确的医疗决策,让医疗支付者对可持续性医疗的未来投资正确的解决方案,帮助人们提升自我健康管理能力,改善生活质量。

今年,包括湘雅医学院在内的18所全国重点学府荣获“罗氏诊断教育基金”,11年来,该基金已累计覆盖14个省市、18所全国重点院校,惠及628名学子。自2012年首度颁发“罗氏诊断研究基金”奖项以来,共有36名科研人员获此殊荣。今年,国内11所高校的15名科研人员荣获该基金。 ■通讯员 翠云

权威男性著作《细说中老年男性健康密码》限量免费赠阅 掌握男性密码 做健康男人

作为一位中老年男性,如果你至今仍然被“肾虚肾亏”、“前列腺疾病”等男性问题困扰的话,那你一定没有读过《细说中老年男性健康密码》这本书。

一本好书,让有男性疾病的患者少走许多弯路!该书用通俗易懂的语言,配合生动的图片,透彻的分析男性问题的根源,破解男性健康密码,让患者走出治疗男性疾病的误区,并传授独家、权威和非常实用的男性疾病防治理论,该理论的出现被称为男性疾病治疗史上的破冰之举,轻松解决男性问题。你只需花2小时阅读,便可轻松掌握这一切。

凡是读过《细说中老年男性健康密码》一书的中老年男性朋友,从此摆脱男性问题困扰,容光焕发,吃的香睡的好!

随着年龄的增长拥有男性健康,是每位男性共同的愿望,权威著作《细说中老年男性健康密码》的出版便是达成广大男性的愿望。如今为了让更多男性走出治疗男性疾病的痛苦,尽早结束男性问题所带来的痛苦,决定向全国的中老年男性免费赠阅《细说中老年男性健康密码》一书。如果您还在遭受男性问题的困扰,请立刻拨打全国免费赠书热线:400-608-9181 数量有限,发完即止