

关键词：食物中毒  
健康日历：5日世界环境日、6日全国爱眼日。  
健康预报：要预防肠道传染病、食物中毒、肝病、风湿病等。  
保健要点：●6月是孩子生长较快的时间，要注意给孩子加强营养。  
●注意饮食卫生。●注意防暑降温，启用空调前要清洗消毒。

2010年6月3日 星期四 洛阳日报报业集团主办 国内统一刊号：CN41-0085 www.lyd.com.cn 总第194期 本期16版 周四出版

### 媒体调查张悟本：

# 错误观念更危害健康

>03

本期导读  
63892222  
市中心医院健康热线特约

>02

就诊时你  
知道怎么问医吗

>05

自杀也会  
传染

>08

9岁以下儿  
童应该慎食新  
鲜蚕豆

>09

女性经常  
哭会伤肺气损  
心脏害皮肤

>10

你在为孩  
子发育瞎操心吗

>11

消毒洗液  
不能代替药品

>15

运动量大  
大易贫血

本刊热线  
18903886990  
洛阳协和医院友情赞助

### 管好你的腰围

### 当心“脂肪中毒”

>02



绘图 寇博

## 胃肠型感冒来袭 贪凉乱吃是主因

□ 记者 崔宏远 通讯员 卢俊喆

5月31日，家住西工区的卢先生一早起来就因腹泻不停上厕所，同时还咳嗽、头疼，临近中午时体温竟升到了39℃多。他到医院检查才发现，自己得的不是什么腹泻，而是胃肠型感冒。

市中心医院干部病房副主任医师元民介绍说，夏季是胃肠型感冒的高发季节，但因为其发病体征和胃肠炎很相似，容易使人

混淆。如果患者只是凭经验用止泻药物进行自我治疗，不但不会缓解病情，还会延误病情。元民表示，胃肠型感冒主要是由轮状病毒、肠型腺病毒、冠状病毒、沙门氏杆菌等病毒感染引起的，典型症状表现为发烧、食欲差、反酸、呕吐、腹痛、轻微腹泻等。

元民指出，胃肠型感冒的发病

诱因主要是外部刺激和饮食敏感反应。像现在昼夜温差大，许多人尤其是儿童和青少年喜欢吃雪糕喝冷饮，这些过凉的食物会刺激肠道黏膜，致使胃肠发生痉挛，从而诱发胃肠型感冒。

胃肠型感冒和胃肠炎最大的区别在于急性胃肠炎病人呕吐、腹泻较剧烈，但一般没有发热症状。而胃肠型感冒兼有感冒和消化道疾病

病征，其发病初期，往往被误当急性胃肠炎来治疗。

治疗胃肠型感冒使用藿香正气片和藿香正气水效果比较好。元民提醒市民，预防胃肠型感冒的关键是不要过度贪凉。如果被确诊为胃肠型感冒，患者一定要多休息，注意饮食，减轻肠胃负担，多喝水，不要喝冷饮，多吃新鲜的蔬菜水果和易消化的食物。

▶▶ 健闻七日谈

## 张悟本可笑更可恶 小彩珠可爱更可怕

□ 吴彬

富士康“跳楼门”的悲剧数字以惊人的速度猛蹿到13，其董事长兼总裁郭台铭面对媒体深深三鞠躬。富士康“跳”到如此白热化的程度，是当前整个社会职场生存压力不断升级的一个缩影。该反思的不应只是郭台铭一人，怎样保证员工心理健康，如何进行人性化化管理，恐怕值得所有企事业单位领导层高度重视。

5月28日，卫生部否认了张悟本“首批高级营养专家”的身份，批驳其养生理论。可笑的是，这位“大

师”、“神医”，竟是从纺织厂下岗工人摇身一变而来。四川就有100余人因听信张悟本，生吃泥鳅导致住院，可见“假大师”误导民众之害。更可恶的是，张悟本打着中医的幌子行骗，致使中医的可信度再次受创。

卫生部采取多项措施对高医药费“出拳”，基本药物实行零差率销售。接连出台的政策和措施，让民众看到了医改正一步步地显出成效。而与此同时，宁波“风行先进医院”曝“回扣清单”，13万元药费中

回扣高达2万元。有法有规，可药品回扣事件为何仍屡禁不绝？看来，在超高利益驱动下，政策如何落地，措施怎样执行，是更为关键的问题。

一粒粒颜色绚丽的小珠子，在水中浸泡五六个小时后，居然“长大”百倍，这种叫做“海洋宝宝”的“玩具”，很受儿童喜欢。然而，专家检测称，该物品中含有重金属和芳香类化合物，会通过皮肤、呼吸道对人体产生危害。家家都有孩子，人人都要做父母，玩具制造商们不能只

在“漂亮”和“可爱”上下工夫，毕竟孩子的健康才是第一位的。

备受关注的“中国第一胖”梁用，近日生病住院，其225公斤的体重使医院的检测设备全部无法使用，他超负荷的体重已致心肺功能衰退，危及生命。近年来，体重超标的人群日益壮大，肥胖引发的各种疾病层出不穷，“胖”对身体健康的巨大危害已不容忽视。我们呼吁简单、健康生活方式的回归，“管住嘴，迈开腿，注重心理调节”，听起来简单，重要的是从现在做起！