

## 类风湿关节炎

涧西区吴先生:我患类风湿性关节炎十多年了。其间我曾四处求医,未能找到很好的治疗方法。发病时,我的双腿关节不仅疼痛,还会肿胀、发僵,行动不便。这些年来,我的病时轻时重、反复发作。谁能告诉我治疗此病的好方法?

## 眼睛干涩

西工区张女士:最近一段时间,我总觉得眼睛干涩,用一点眼药水就会舒服一些,可过后眼睛仍然会干。谁有治疗眼睛干涩的方法?

## 嗅觉失灵

西工区王先生:8年前,我父亲出现了嗅觉失灵的问题,去医院做了各项检查也毫无效果。后来我们曾试过针灸等中医治疗方法,可效果甚微。他的味觉很正常,身体也没有其他不适感。谁知道这是咋回事?该怎么治疗?

## 干咳

西工区朱女士:我父亲今年70多岁,平时身体不错,但一遇到刺鼻气味或冷风刺激就会干咳不止,非常痛苦。这个毛病伴随他十多年了,到医院进行全面检查,也没查明咳嗽的具体原因。我们试过各种办法,收效甚微。希望热心读者能提供安全有效的验方,尽快帮我父亲摆脱痛苦。

## 过敏性鼻炎

瀍河回族区周先生:我患过敏性鼻炎好长时间了,这几天天一冷老毛病又开始折腾我了,总是止不住地打喷嚏,工作和生活都受到了影响。哪位读者有治疗过敏性鼻炎的方法?

## 嘴唇裂口

老城区王女士:我嘴唇总是容易起干皮,换季时还容易裂口子。我经常使用无色唇膏,希望保持唇部滋润,这个办法虽然能缓解唇部裂口子的情况,但嘴唇起干皮的情况一直得不到缓解。谁有解决这个问题的小妙招?

## 气管炎

孟津县白先生:我患气管炎已经十几年了,平时我还抽烟。气管炎发作的时候,我就感觉胸闷、上不来气,吃药也只能缓解一下症状。我想寻找一个有效治疗气管炎的偏方。

## 骨刺

高新区姚女士:我今年60岁,左腿膝盖四周出现了不同程度的骨刺,自去年确诊后,先后到多家医院就诊,用过温热理疗、中药热敷、外敷药、中药服用等办法治疗,均不见效,且病情还在持续加重,医生建议我接受保守治疗。如今,我只能扶着墙走路,坐下后半站不起来。我想寻求有效的民间偏方。(记者 崔宏远)

《生命周刊》采编人员郑重提醒您:我们归纳整理的单方,仅为提供者的个人经验,未经记者验证,如需使用,还应得到医生的指导。

如果您需要我们帮助,可通过以下方式与我们联系:信寄《洛阳晚报·生命周刊》的《健康热线》版;登录洛阳网点击“文字投稿”系统投稿;发E-mail至健康信箱lywb5678@sina.com.cn;拨打健康热线18903886990或百姓一线通66778866。

## 互动话题

# 治疗糖尿病也可以手术

□ 记者 朱娜

郭女士:我是一个有着8年病史的糖尿病患者,刚被诊断为糖尿病时,我每天服用降糖药来维持血糖水平,再也不敢像以前一样想吃就吃,看着别人大口吃肉、吃水果,我眼馋得真想夺过来。但是为了病情,我不得不控制自己的饮食。

一年前,我到医院复查,检查结果显示血糖不稳定,我只好注射胰岛素。我现在特别担心,如果血糖再控制不好,

就有可能出现糖尿病并发症,如肾功能衰竭、冠心病、眼睛看不清楚等。如何才能控制血糖水平,延缓糖尿病并发症的到来?

中国人民解放军第150中心医院肝胆外科主任、主任医师孙高斌:糖尿病治疗的重点是严格控制血糖。控制好血糖、血压、血脂等指标,就能控制病情,提高生活质量。但是,糖尿病患者经常遇到血糖忽高忽低的情况,这一高一低表面看对身体影响不大,但无形中加速了糖尿病并发症的到来。糖尿病并不可怕,可怕的是糖尿病并发症。因此,使血糖保持平稳状态是关键。

目前,糖尿病的治疗方法主要以内科为主,包括饮食控制、运动与生活方式干

预、口服降糖药物以及注射胰岛素治疗。由于每个糖尿病患者的病情不同,所采取的治疗方法也不同。有的糖尿病患者采取一种治疗方法就能很好地控制病情,有的患者则需要采取几种治疗方法才能控制病情。

除了上述几种治疗方法外,II型糖尿病患者还可以采取胃肠转流手术治疗糖尿病。通过手术局部改变食物流向,使食物不再经过胃远端、十二指肠和部分空肠上端,从而在两个层面阻截了糖尿病的发生和发展。归纳起来就是,通过手术促使胃肠激素发生改变,刺激胰岛细胞分泌胰岛素,同时还起到延长胰岛细胞寿命和促进胰岛细胞增生的作用,使胰岛功能恢复,从而达到治愈糖尿病的目的。



替您寻医

# 毛囊炎该如何治?

□ 记者 崔宏远

好呢?

河科大一附院皮肤科主任付宏伟:根据宋先生介绍的症状来看,他患的皮肤病可能不是脂溢性皮炎。

通常情况下,患有脂溢性皮炎的患者头皮上会有较厚的油性分泌物或者头发干燥,并且头皮瘙痒情况严重,常常要抓挠解痒,后期还会有脱发的症状。但宋先生所述症状中头皮平时不痒,基本可以考虑排除脂溢性皮炎。从他头皮上发生小红疱的症状看,可能是毛囊炎。刚出时为红色疱疹,之后发展成脓疱丘疹性脓疮,破后会有黏液流出。出得少时不用治疗会自然结痂脱落,但此起彼伏,分批出现,吃辛辣食物时症状会加重。

患了毛囊炎,一定要注意清洁卫生,勤洗头。可以用一些有杀菌、消炎作用的洗液,但注意洗头时不要用力抓挠,避免二次感染。小红疱起得比较多时,

可以外用杀菌、止痒的药物像百多邦软膏等涂抹配合治疗。生活上要注意休息,少吃辛辣食物。积极锻炼身体,提高身体抵抗力。

您在健康或就医方面有什么问题,可来《替您寻医》栏目咨询,我们的记者将就读者提出的问题,向专家进行咨询并及时反馈读者。为方便医生给出准确的治疗指导建议,请大家务必注明以下信息:性别、年龄、患病时间、既往病史、检查结果、目前或曾用什么药治疗等。我们不怕麻烦,我们等待着您的信息。

## 我来支招

# 核桃壳煮水巧治嗓子发炎

嗓子发炎不光影响吞咽,还会引起高烧等并发症。如果你正为嗓子经常发炎、肿痛苦恼,不妨试试老城区颜先生提供的妙招:核桃壳煮水喝。

据颜先生介绍,他的妻子体质不太好,年轻的时候嗓子就经常发炎、肿痛。只要嗓子一发炎,还会引起发烧、感冒。去医院诊疗,按照医生的处方吃了不少药但都没什么效果。后来听说激光和微波热凝疗法治疗比较好,一试之下也是失望而归。直到去年有一次和邻居聊天偶得这个偏方,一试之下竟真的治好

了多年的顽疾。高兴之余,颜先生希望和病友共同分享。

具体方法为:准备洗净的核桃壳两三个,水1000ml。每天早上将核桃壳放入水中煮,待水开后再煮10分钟即可。每天分两三次将水喝完,坚持半年就有明显的效果。颜先生表示,他的一些同事在尝试后,都反映效果很好。颜先生还建议,病友可以试试温盐水漱口的办法,也能有效缓解病症。

(记者 崔宏远)



## 天利五行蔬菜汤健康知识有奖问答

1. 音乐毒品到底是什么? 粥?
2. 腿部衰老的报警信号有哪些? 6. 危险的婴幼儿食品有哪些?
3. 往茶里加糖有什么好处? 7. 为何高血压会成为白领的职业病?
4. 冰箱里最不健康的六大食物是什么? 8. 女人常搓哪8个部位可以抗衰老?
5. 初秋保健为什么要多喝

您喜欢看《生命周刊》吗?您看后能记住一些健康知识吗?本刊开设了《读报健康知识有奖问答》,您可要认真看报喽。

我们将从本刊上一期刊登的内容里选取几个小问题,每期见报当日打进本刊热线电话(18903886990)并全部回答正确的前10名读者,可入围获得周积分,每月选出月度总积分优胜者,给予一定奖励。奖品由天利五行蔬菜汤专卖店提供。领奖电话:61691689。期待您的参与!