

## 脑血管痉挛

西工区杨女士：我这一段期间头疼得厉害，到医院做了检查，医生说是脑血管痉挛。引起脑血管痉挛的原因有很多，比如没有休息好等。服用医生开的药后，我出现头晕、浑身乏力等不良症状。有谁知道不用吃西药治疗脑血管痉挛的好方法？

互动话题

## 嘴唇干裂

洛阳理工学院大学生小高：我嘴唇干裂已经8年了，期间曾吃过中药调理，也尝试过涂抹维生素E等方法，可是嘴唇依然干裂。谁有妙招帮我解除困扰？

## 失眠

西工区孙先生：我是一名脑力工作者，由于长期用脑过度，我一直被失眠困扰着。我吃过一些保健镇静药物，可是效果并不明显。谁有治疗失眠的好办法？

## 过敏性鼻炎

涧西区李女士：我今年40岁，5年前患了一场重感冒，此后持续打喷嚏、流清鼻涕。从那以后，每到季节更替时，我就打喷嚏、流鼻涕不止，每次发作都要持续1个多月，吃药、输液都不管用。医生说这是过敏性鼻炎，谁能帮我出个主意？

## 痔疮

洛龙区刘先生：我的母亲今年51岁，从前年4月开始，她患上了痔疮，经常如厕困难，排便带血且有下坠感，用了不少治疗痔疮的药物，但效果不明显。病情严重时，母亲坐不下，走路也困难。我希望求得一个有效的偏方，解决母亲的痛苦。

## 复发性口腔溃疡

涧西区姬先生：我被口腔溃疡困扰十几年了，夏天情况最严重。溃疡往往从一个小点变成大块的溃疡面，最大的有半个大拇指指甲盖那么大，而且舌头、牙龈、嗓子眼儿附近都会出现溃疡，每次要持续一个月才能好。每次口腔溃疡发作时，我说话、吃饭都受影响。谁有好办法帮帮我？

## 疝气

洛龙区赵先生：我今年61岁，一年前去医院就诊被诊断为疝气。一年过去了，疝气越来越严重，已经严重影响到我的日常生活，走路超过500米就会疼痛不已。我对做手术始终不太放心，想问问有没有不做手术就能治好疝气的方法？

(记者 崔宏远 整理)

《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。

## 替您寻医

# 皮炎？皮癣？治疗须分清



涧西区孙先生：前几天，我的腹部突然起了一片疹子，一开始只是透明的小疙瘩，没什么感觉。后来，疹子流出了黄色的脓液，而且患处痒痒难忍。我到一家诊所求医，医生说是皮炎；我到社区医院诊治，医生说是真菌感染引起的皮癣。我按照两位医生的嘱咐用药后，病情并没有好转。我这到底是皮炎还是皮癣？又该怎么治呢？

河科大一附院皮肤科主任付宏伟：皮炎和皮癣的致病原因和用药是不同的。要区分皮炎和皮癣，先要了解这两者的症状和区别：

皮炎一般和皮肤的过敏反应有关，如接触性皮炎就是接

触了某些物质后皮肤过敏产生了急性或慢性炎症。常见的有化妆品引起的面部接触性皮炎、衣物金属扣或是配饰引起的肢体接触性皮炎等。皮炎的临床症状主要表现为皮肤出现丘疹、丘疱疹和糜烂渗出等。

而皮癣则和环境潮湿有关。皮癣一般在初期会出现水泡或丘疹，通常呈环状且边界清晰，一般可以自愈。

皮炎与皮癣最大的区别在于，皮炎发病通常是成片的，且边界不清。而皮癣则面积很小，呈环状，边界清晰。从孙先生介绍的症状来看，他患皮炎的几率大一些，但具体还要经过医生验看才能下结论。

在治疗上，皮炎用药较常

见，如皮炎平等。需要注意的是，皮炎治疗药物多是皮质类固醇激素制剂，这些药不能长期使用，否则会产生皮肤毛细血管扩张、色素沉着等不良反应。皮炎如果仅仅是丘疹，没有糜烂，可以外用炉甘石洗剂。当丘疹糜烂渗出时，不要自己随便购买药物治疗，要尽快到医院专科门诊救治。

皮癣的用药，常用的有达克宁等。需要注意的是皮癣病症消失后还要继续使用几天，以防止病情反复。如果难以区分是皮炎还是皮癣，可以先买一些复方制剂，如派瑞松等，暂时控制一下症状后，及时到医院就诊。

(记者 崔宏远)

## 空腹血糖高 勿擅自增加药量

涧西区李先生：我今年62岁，3年前被查出患有糖尿病，半年前开始使用胰岛素治疗，血糖控制得还不错。前些日子，我在家自测空腹血糖时发现有点偏高，就把晚餐前的胰岛素用量增加了2个单位。过了几天我自己又查了一次，发现空腹血糖非但没降，反而比上次还要高。我以为是胰岛素用量不足，就又增加了2个单位。谁知夜里全身冒冷汗，还心慌气短，吓得老伴差点叫救护车。造成这种现象是不是我将晚餐前胰岛素加量有什么不妥？

河科大二附院内一科主治

医师李雪峰：李先生还算是幸运的，一般情况下，李先生这样的做法极易引发严重的低血糖昏迷。空腹血糖高的原因很多，像李先生这种情况，药量不但不能增加，反而应该适当减少。

空腹血糖高的原因一般有两种，一种是由于降糖药用量过大而引起短暂低血糖，随后经常出现血糖突然增高。如李先生在增加胰岛素剂量之后夜间睡眠有出汗、心慌等现象，很可能就是因体内胰岛素剂量过大所致的低血糖反应，此时出现的早晨空腹血糖高，就是夜间低血糖后所引起的

突然的高血糖。还有一种是患者夜间一般不发生低血糖，而是在每天黎明前后血糖逐渐升高。

不少糖尿病患者平时只查空腹血糖，并以此作为了解病情和调整药量的依据，这是不妥的。因为空腹血糖并不能完

全代表全天的血糖控制水平。如果糖尿病患者是第一种情况，要减少晚餐前的降糖药物用量。如果是第二种情况，应加大胰岛素或降糖药的剂量，且要使其作用足够维持到第二天早上。

(记者 崔宏远)

您在健康或就医方面有什么问题，可来《替您寻医》栏目咨询，我们的记者就将读者提出的问题，向专家进行咨询并及时反馈给读者。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。

## 为您支招

# 巧用蝉蜕治好过敏性鼻炎

得了过敏性鼻炎的人，随时随地都会突然发作。打喷嚏、流鼻涕让人苦不堪言。近日，家住涧西区的刘女士给本刊热线打来电话说，她患了多年的过敏性鼻炎被一则验方给治好了。

刘女士介绍，她患过敏性鼻炎已经3年多了，严重时鼻塞得厉害，夜里只能用嘴巴呼吸。她到医院做过过敏原试验，病因是螨虫过敏，西药、中药用了不少，就是不见效果。后来她在网上、书店翻阅了很多资料，终于找到了祛除过敏性鼻炎的验方。如今已经过去半年多了，她的鼻炎没有复发。如果有市民正为过敏性鼻炎

炎苦恼的话，不妨一试。

具体做法为：到中药店买蝉蜕(蝉蜕下来的皮)50克，洗净晒干，然后研成细细的粉末。每次取2克，每天3次以温开水送服，连服1个月就可见到明显效果。病情得到缓解和控制后可适量减少用量，每次服用1克以巩固疗效。

刘女士表示，蝉蜕好处多多，不仅无毒，还有散热止咳、平喘抗过敏的作用，可用于治疗呼吸道疾病，如哮喘等。蝉蜕还有止痒、消肿的作用，可治疗荨麻疹等皮肤病症。

(记者 崔宏远)



## 天利五行蔬菜汤读报健康知识有奖问答

1. 吃太饱会带来很多病，具体有哪些？
2. 每天快走半小时可防癌，为什么？
3. 美国人一年挣多少钱会感到幸福？
4. 麻疹疫苗接种，一般需要接种几个剂次？
5. 哪些不良习惯可致宝宝面部畸形？
6. 静脉曲张为什么“重女轻男”？
7. 哪些病人不宜拔火罐？
8. 按揉哪个穴位能给肩膀放松？

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！