

胆(囊)结(石)

西工区赵先生：我患有胆囊结石，但是并不严重，曾服用过一些药物，效果不是很明显。我不想通过手术把结石取出，谁有治疗胆囊结石的好方法，帮我解除病痛？

扁(桃)腺(发)炎

西工区刘女士：我的儿子今年13岁，从小到大，他的扁桃腺都很容易发炎，最近这两年，他开始频繁地出现扁桃腺化脓的现象，平均一月发作一次，发作时，高烧达40℃，每次都会持续发烧五六天，要靠激素药物来降温。儿子平时不爱运动，这是不是病因呢？我们该如何帮他解除痛苦？

唇(部)起(干)皮

西工区郭女士：我今年40岁，最近一段时间，我的嘴上老是起干皮，并且伴随肿胀、发热。到医院问诊，医生说可能是由上火引起的，或者是由唇部化妆品过敏引起的。不知道谁有好偏方，能帮我解决苦恼。

慢(性)直(肠)炎

洛龙区张先生：我今年31岁，2007年曾因痔疮动过手术，术后一直便血，且带粘液，医生诊断为慢性直肠炎。我看过中西医，试过灌肠等治疗方法，效果都不明显。谁有好办法能缓解我的痛苦？

咽(喉)肿(痛)

老城区王女士：我的孩子今年两岁，特别爱上火，一上火就咽喉肿痛。现在孩子还小，我不想让他吃太多的药。怎样才能防治小儿上火导致的咽喉肿痛呢？

腰(椎)间(盘)突(出)

涧西区孙先生：我爱人今年56岁，患腰椎间盘突出已经一年多了，我带她在洛阳各大医院做过复位、封闭，但总不能根除，过一段时间就又犯了。我也带她看过中医，但没有明显效果。医生说这是普通的腰椎间盘突出，病情不严重。我想寻求一个偏方帮妻子解除病痛。

牙(龈)出(血)

高新区刘先生：从一年前开始，我反复出现牙龈出血的症状，有时能将牙刷染得红红的。平时喝冷水或吃热饭时，我的牙龈也会出血。我到医院检查，血常规、血小板等各项指标都在正常范围内，我也试过补充维生素等方法，但总是好一段时间后还会出血。请有好办法的患友给我支个招。

(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。

替您寻医

记者 崔宏远

胃肠生长痛不是病

洛龙区秦女士：我的女儿今年4岁了。最近一个月，孩子经常喊肚子痛，有时一天要疼四五次。带她到附近的一家私人诊所治疗，医生说是肠道有寄生虫，但给她吃了打虫药并不见好。前几天孩子又说肚子痛，我想先给她按摩一下肚子看看，谁知就几分钟的工夫，孩子的肚子竟不痛了。后来我又如法炮制按摩了几次，结果都奏效了。请问，我女儿的肚子痛是怎么回事？为啥一按摩就好了？

河科大二附院儿科主任王北海：根据秦女士叙述的症状看，孩子很可能是胃肠生长痛。

胃肠生长痛主要是因为儿童处于生长发育旺盛期，胃肠的血液供给一时性不足，再加上儿童植物神经功能发育不全，造成胃肠痉挛性收缩，从而引起疼痛。这种症状多发生在3岁~12岁的生长发育期儿童身上，其特点是反复发作，但每次疼痛时间较

短，一般不超过10分钟。疼痛的部位以脐周为主，疼痛时伴有痉挛、面色发白等现象。一般情况下，这种疼痛来得快去得也快，儿童会很快恢复常态。

为什么按摩孩子的肚子就能让腹痛消失呢？这主要是因为按摩时，双手用力刺激孩子的腹壁，加强了孩子的胃肠蠕动，使胃肠痉挛得到缓解，于是腹痛消失。

儿童胃肠生长痛是一种正常的生理现象，并不是疾病。家长平时应注意给孩子的腹部保暖，不要让其腹部受凉；注意均衡饮食，多吃青菜、水果，少吃零食。另外，腹痛的原因很多，孩子如果经常腹痛，家长要及时带孩子到医院就诊，以免延误病情。



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。

得了老年疣该怎么办？

记者 崔宏远



绘图 华伟

西工区张先生：我今年69岁。最近，我发现自己的脸上和背上长出一些黄色的小斑，这些小斑逐渐凸起，且颜色越来越深，有些已经变成黑色了。我十分担心，害怕自己患上了皮肤癌。请问我这是什么病？该怎么治？

河科大一附院皮肤科主任付宏伟：从张先生叙述的症状看，他很可能患上了老年疣。这是一种随着年龄的增长皮肤渐渐老化的现象，一般不会恶变。

老年疣又称脂溢性角化病，是一种良性的皮肤赘生物，男女的发病率相当，大多长在躯干中部，脸、头皮和四肢近端也可发生。既然被称为老年疣，顾名思义是多发于老年人的一种疾病。一般来说，60岁以上的人的

患病率高达80%，80岁以上几乎可达100%。

老年疣的确切病因目前还不明了，一般认为是在先天遗传因素下，加之后天某些原因而造成的局部表皮细胞堆积。其早期表现为出现黄色或淡棕色小斑，表面粗糙，一般面积不超过1平方厘米，逐渐增大、变厚，颜色渐渐加深。这些疣状赘生物一般不会带来明显的不适感，且很少发生恶变。

临床统计显示，该病发病有年轻化趋势，年轻人应尽量避免不益于健康的因素，防病于未然，如注意避免频繁饮酒、高脂饮食、长时间日晒等。如果在短期内迅速出现许多老年疣，则应到医院做进一步检查，以排除癌变的可能。

我来支招

苦冰酏巧治皮肤瘙痒

记者 崔宏远

冬季天气干燥，很多人常常会被皮肤瘙痒纠缠，但在公共场所一些隐秘部位又没法抓挠，既影响工作又浑身难受。如果您正有这样的困扰，不妨向西工区的李先生取取经。

李先生告诉记者，每年冬季他都会被皮肤瘙痒困扰。不管是白天还是晚上，身上痒得说不出的难受。为了解痒，他经常把身上抓得红一道紫一道的。有时工作的时候突然痒起来，挠也不是，不挠也不是。去医院诊治，吃西药能好几天，一停药还会反复；中药也吃了不少，就是不去根。后来一名同事告诉他这个妙方——涂抹苦冰酏，一试之下，只用了3天痒

痒症状就明显减轻了。

具体做法为：准备苦参10克，冰片4克，75%酒精约100毫升。将苦参和冰片浸泡在酒精中2天~3天，待其色泽呈淡黄透明时即可使用。使用时可以用棉签蘸浸泡液直接涂在患处，根据瘙痒的程度涂抹次数不等，可以很快止痒。

这种方法适用于神经性皮炎、皮肤瘙痒症、湿疹、丘疹性荨麻疹等引起的瘙痒而无皮肤创面损伤者。用这种浸泡液治疗，既简便经济，又疗效显著，正在饱受瘙痒烦恼的患者不妨一试。



天利五行蔬菜汤健康知识有奖问答

- 1.有人将白萝卜、胡萝卜混吃，其实这种方法很不科学，为什么？
- 2.香喷喷、金灿灿的玉米，人见人爱。现在的玉米品种越来越多，到底哪种更适合糖尿病人呢？
- 3.寒冷的冬季，老人每天都可根据早、中、晚不同时段，采取不同的保健方法，这些方法是什么？
- 4.为什么老年人穿的袜子袜口不能紧？
- 5.冬季到了，宝宝可多吃哪些食物？
- 6.内分泌失调可能会引发哪些妇科疾病？
- 7.心脑血管病越来越呈现年轻化趋势，有哪几大误区有待纠正？
- 8.不花冤枉钱的护肤小技巧有哪几个？

您喜欢看《生命周刊》吗？您看后能记住一些健康知识吗？可能您自己也不太清楚吧，本刊开设了《健康知识有奖问答》，想和您玩个测验小游戏，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！