

## 小儿积食

西工区张女士:我5岁的孙子积食比较严重,服用了一个月的中药,其间也服用过西药,但积食症状没有得到缓解,孙子经常发烧,还有口气。我想通过《健康热线》为孙子寻找治疗积食的方法。

## 皮肤发痒

洛龙区刘崇志:半年前,我得了一种皮肤病,除了面部、手、脚外,全身上下都很痒,而且越挠越痒,挠过之处还会出现一些红色小圆点。现在病情越来越严重,我想寻求一个偏方试试。

## 溃疡性结肠炎

伊滨区李显峰:5年前我患了结肠炎,现在病情已发展为溃疡性结肠炎。此病很折磨人,哪位读者能帮我解除烦恼?

## 干咳、流鼻血

涧西区刘女士:我女儿今年快10岁了,从小体质不太好,经常小病不断。最近,她每天早晨起床后都要干咳几下,而且总是流鼻血。不知是什么原因造成我女儿干咳、流鼻血?谁有治疗的办法?

## 经常感冒

涧西区尤女士:从2009年开始,我每个月都要感冒一回,并且伴有低烧。每次感冒都很严重,服药根本不管用,只有打针才能缓解病情。怎样才能预防感冒?谁能给我提供一个好方法?

## 总爱瞌睡

洛龙区杜女士:我家孩子今年13岁,从7岁起,他就特别爱瞌睡,有时候看着电视就睡着了。我带孩子到医院检查,医生诊断后说孩子缺锌。我先后给孩子服用过补锌、补钙的药物,但瞌睡的症状一直没能得到缓解。谁有治疗瞌睡的好办法?请帮帮我孩子。

## 常出虚汗

涧西区李风顺:我是一个77岁的老人,身上经常出汗。我曾经找中医看过,医生说是虚症引起的,我服用过多副中药,出汗的症状并未得到缓解。我想通过《健康热线》寻找一个治疗方法。

(记者 朱娜整理)

# 治痰多需先确定病因

老城区张女士:我儿子今年18岁,不知道从什么时候开始,他每过十几分钟就要吐一口痰,为此我得专门给他准备一个痰盂。我带他到医院检查,医生怀疑由咽炎引起,但用药没有效果。儿子的情况会不会是鼻后滴漏综合征,该如何治疗?

市妇女儿童医疗保健中心耳鼻喉科主任胡书君:引起痰多的病因有很多,如感冒、咽炎、上呼吸道感染、鼻后滴漏综合征等。鼻后滴漏综合征是指鼻腔的分泌物经过后鼻孔倒流入鼻咽部、下咽部,引起炎症反应和反复咳嗽。一般来说,鼻后滴漏综合征会有以下特点:每隔一段时间患者要清嗓子或吐痰;早晨起床时咳嗽会加重,需要反复咳嗽才能将痰吐出,或将鼻涕倒吸入口腔内才能排出。

如果张女士的儿子不是由咽炎引起的痰多,单凭张女士所说的症状,不能判断他患的



534医院烧伤整形外科协办 电话:64133712 www.534yyssk.com

是鼻后滴漏综合征,也有可能为咽炎或感冒痊愈后形成的习惯性吐痰。若是习惯性吐痰,家长可以带孩子找专科医生进行心理疏导。建议张女士不要

随意给儿子服用药物,最好到医院进行检查确诊后,再对症治疗,避免因服药而造成不良后果。

(记者 朱娜)

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。

**替您寻医**  
534医院  
耳鼻喉中心  
电话:65180599  
QQ:1425530050  
网址:534ebh.com

## 做“鼻操”能缓解鼻塞

□ 记者 朱娜

得了鼻窦炎,鼻塞令人很难受,用什么办法能缓解?涧西区符先生患有鼻窦炎,经常出现鼻塞,与人说话时鼻音很重,还时不时总想清鼻涕,严重时只能靠喷药缓解。符先生偶然看到一篇文章,介绍经常做“鼻操”即可缓解鼻塞症状。方法是:用食指和中指从鼻梁两侧往下轻搓60到70下,再用食指按住鼻孔处,揉动60到70下,经常这样做可以缓解鼻塞。鼻子周围有很多穴位,经常做“鼻操”还能强身健体。

符先生说,他自从使用此方法后,再也没用过药物喷剂,他将此方法介绍给许



多朋友,有些朋友因感冒引起鼻塞,用此方法也缓解了症状。一般情况下,按摩六七十下后,鼻塞症状即可得到缓解。严重者每隔四五分钟,再做一次,每天最多做四次。单侧鼻塞时只做单侧。

**我来支招**  
河科大一附院内分泌科特约  
电话:64817332 64815831  
网址:http://jianghongwei.haodf.com/

## 醋精可治手掌脱皮

□ 记者 朱娜



春夏季节,一些人会出现手掌脱皮。症状轻者,过段时间即可缓解,症状较重者,甚至影响工作和生活。涧西区的张卫莉为大家提供了一个治疗手掌脱皮的方法。

张卫莉说,她和女儿经常手掌脱皮,女儿手掌脱皮情况更严重些,一脱就是两三层,疼得连水都不敢摸。邻居告诉张卫莉,用醋精擦洗手掌可以治疗脱皮。她从超市买了一瓶醋精,试着用了几次,真的缓解了症状。具体方法如下:取适量的醋精倒入容器内,用清水把手洗净,用药用棉球蘸醋精擦手。手掌脱皮较严重的患者,会感到疼痛,但还是可以忍受的。每天擦三四次,第一天就能止痒,再使用几天就可以缓解症状。

张卫莉说,今年女儿的手掌又脱皮了,她只用了一个星期,脱皮现象就得到了缓解。

## 我试我秀

# 野菊花加蛋清治疔腮

记者 朱娜

流行性腮腺炎,也就是我们俗称的“疔腮”,是由腮腺炎病毒引起的一种急性传染病,临床以发热、耳下腮部漫肿疼痛为主要特征。有的家长见孩子出疔腮,又是让吃药又是让打针,一场病下来可让孩子没少受罪。洛龙区的韩女士有一个妙招,治疗小儿疔腮十分有效。

2010年,韩女士的女儿患了疔腮,半边脸肿得不能吃饭,医生为孩子开了一些药,但服

用一周后效果不明显。有人告诉韩女士,用鲜野菊花加蛋清可以治疔腮。韩女士照此方法给女儿用了一星期,就缓解了疼痛。

具体方法:取鲜野菊花50克,洗净后捣烂,放入碗内。打一个鸡蛋,将蛋清倒入放野菊花的碗内,用筷子顺时针方向充分搅拌均匀。取一块巴掌大的纱布,将野菊花和蛋清放到纱布上,轻轻贴于患处。刚

贴上去时,用手捂一会,以防止纱布脱落。

韩女士说,野菊花性凉,有清热解毒的作用,对治疗疮类疾病很有效。蛋清也是凉性,有消炎的作用,敷在脸上还有清凉的感觉。症状轻者一天换一次即可,重者一天换两次。使用一星期后,疔腮即可痊愈。需要注意的是,家长要让孩子饮食清淡,多吃蔬菜水果,多饮水。



绘图 仁伟

《生命周刊》编采人员郑重提醒您: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;登录洛阳网社区(bbs.lyd.com.cn)“求医问药”板块发帖。