

红眼病来袭 谨防病从眼入

□ 记者 崔宏远 通讯员 王俊

时值盛夏,又到了急性结膜炎(俗称红眼病)的高发期。河科大一附院眼科专家王乙竹提醒市民,如果眼部出现畏光、发红、结膜下充血等红眼病症状时应及时就医,养成良好的卫生习惯是预防病从眼入的根本途径。

27日上午,在河科大一附院眼科门诊,正在就医的李女士告诉记者,因为天气炎热,她前几天带女儿一起去游泳,结果游完泳的第二天,两个人的眼睛都发红了。她赶紧带孩子到医院就诊,经医生检查发现,两个人患上了急性结膜炎。

王乙竹介绍,急性结膜炎是一种通过接触传染的眼病,游泳池的水、患者用过的毛巾等均可能传染红眼病。其传染性强,90%以上的人在接触病原体后24小时内发病。红眼病的主要临床症状为畏光、眼红、流泪、眼屎多等,严重的患者还会出现头



洛阳脑病医院脑瘫科协办 电话:63970111

痛、发热等症状,如果细菌或病毒感染影响到角膜,还会造成患者视力下降。

红眼病要早发现、早诊断、早治疗。王乙竹表示,市民患上了红眼病,眼部可滴0.5%左氧

氟沙星滴眼液或其他消炎眼药水,每2小时一次,能很快控制病情。如果婴幼儿红眼病病情较严重,滴眼药水比较困难时,可口服磺胺乳剂。

王乙竹提醒市民,不必谈“红”色变,和红眼病患者对视不会传染红眼病,只有通过直接或间接接触才有可能被传染。夏天去公共游泳池游泳时,一定要选择卫生条件比较好的游泳池,尽量戴泳镜,不用公用毛巾。游泳前后最好能滴一两滴抗菌素眼药水,可起到有效预防的作用。外出旅行时,要严格注意个人卫生,不要用手揉眼睛,餐前便后要洗手。另外,市民要多吃蔬菜水果,多喝水、保证充足的睡眠,提高自身抵抗力。患者自行用药一天后,如果病情仍未得到控制的,一定要到正规医院就诊,避免不恰当的用药延误病情。

夏季气温高、湿度大,各种传染病、胃肠道疾病、皮肤病等进入高发期。针对夏季常见病、高发病,市民在家里应准备哪些常用非处方药才能既有效又安全?记者采访了我市相关专家,请他们为您支招。

夏季家中常备这些药(3)

□ 记者 崔宏远 通讯员 范海岚

时值盛夏,气温高、湿度大,且空气对流缓慢,中暑也就成了常见病。防暑解热应该备哪些药?

“中医认为,中暑多为暑热侵袭所致,可分为先兆中暑、轻度中暑和重度中暑三类。”河科大二附院中医科主任医师赵东鹰表示,夏季人们在高温环境中长时间工作,身体产热过多而散

热不足,很容易导致体温急剧升高引发中暑。症状主要表现为耳鸣、心悸、四肢发麻等,重度中暑还会出现热射病、热痉挛和热衰竭,严重时威胁生命。针对中暑的轻重和不同的症状,赵东鹰给出了她的用药建议。

先兆中暑:即高温环境下出现耳鸣、心悸、四肢发麻等症状,

体温一般不超过38℃。可选用人丹、十滴水、风油精、清凉油等。人丹,成年人每次服用5粒~10粒,儿童适量减少。十滴水,在发病时服用2毫升~5毫升。风油精,孕妇禁用。

轻度中暑、重度中暑:体温一般超过38℃。可选用行军散、避瘟丹、藿香正气液(丸、胶囊)

等。避瘟丹,成人每次服用4粒,孕妇禁用。藿香正气液(丸、胶囊),过敏体质者要慎用。

赵东鹰提醒市民,在患者有一定意识的情况下可帮助其服用药物急救,并且饮用淡盐水等补充体液解暑。在进行简单的救治后,一定要及时把高热不退的重症患者送到医院急救。

绝经后阴道出血 应及早就医

□ 记者 杨寒冰

69岁的王大妈绝经十几年了。上个月她突然又来“例假”了,淋漓不尽,持续近10天。王大妈吃了止血药,血止住了,可半个月后,又“见红”了。老姐妹告诉王大妈,民间把这种绝经后来“例假”的现象称为“倒开花”,不是好兆头。王大妈听后,急忙到医院做了检查,结果显示:她患了子宫癌。

市第一中医院妇产科门诊主任、主任医师杨雁鸿说,女性绝经几年甚至十几年后,阴道出血的情况并不少见,但是很少能引起人们的重视。实际上,女性绝经后阴道出血是妇科疾病或者患恶性肿瘤的信号,应引起高度重视。

杨雁鸿介绍,引起女性绝经后阴道出血的原因有很多,主要有以下几种:老年性阴道

炎、宫颈息肉、子宫癌、宫颈癌、黏膜下子宫肌瘤、子宫内膜癌和子宫内肌肉瘤等。

女性绝经后阴道出血有两种原因,一种是炎症引起,占整个女性绝经后阴道出血原因的60%。中老年女性由于体内雌激素水平低下,阴道的抵抗力下降,所以容易发生感染,引起出血。另一种是因为恶性肿瘤引起出血。

杨雁鸿提醒,女性绝经后一旦出现阴道出血,应及时就医,绝经以后的妇科检查也不能忽视,最好每年检查一次。

今日门诊
洛阳脑病医院 特
约
电话:15838833838

百忧笑解

牙科医生



绘图 李玉明

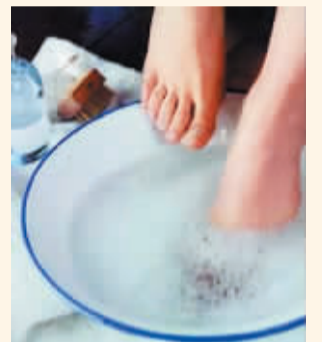
牙科医生约翰每次给病人动手术前总要同他们谈一会儿话,尽可能消除他们的紧张感。有一次他同一个当警察的病人谈了几句后,便问他是否有什么问题。

“我只有一个问题。”警察不安地说,“我从没给你开过罚单,是不是?”

身边提示

热水泡脚 未必人人适宜

生活中,很多经常泡脚的人都有这样的经验,泡脚的时候,会感觉膝盖很凉,说明体内的寒湿正在被泡脚的热水和中药逼出体外。因此,如果你得了风寒感冒,有时不用吃药,泡泡脚,一出汗,将体内的寒驱散,就会好了。还有很多血压高的人,如果长期泡脚,会使人体的肢体末端血液循环得到改善,血压也就降了下来。尤其是在热水中加点醋,您会得到意想不到的效果。用醋泡脚的方法很简单:睡觉前,在半盆水中加入100克~150克醋,水要热水,把脚放入其中泡大约半小时,长期坚持,定会有收获。



消除疲劳 醋可以加速人体的血液循环,提高血红蛋白携带氧的能力,改善身体各部位因为疲劳而导致的缺氧状态,促进各系统新陈代谢,有利于身体中二氧化碳和废气的排出,从而使人体得到放松,消除疲劳。

治疗睡眠障碍 每天用醋泡脚半小时,可以协调交感和副交感神经的兴奋程度,调节、梳理、松弛紧张的神经,调和经络气血,通达平衡阴阳,长期坚持,就可大大改善睡眠质量,治愈失眠、多梦、早醒等睡眠障碍。

强身健体 足是人之根,足部有重要治疗价值的反射区就有75个之多,醋能够渗透足部表层皮肤,增强血液循环,激活、强化器官功能,清除人体血液垃圾和病变沉渣,治愈许多慢性病。

此外,用醋泡脚可以增强皮肤弹性,使皮肤变得光滑,还可以祛除风湿,消除畏寒怕冷等人体不适症状。总之用醋泡脚有很多的功效,而且简单实用。

很多人把用热水泡脚当成一种享受,可并非人人都有这种福分:

长期糖尿病患者泡脚易烫伤 长期糖尿病患者往往已经出现神经病变,末梢神经不能正常感知外界温度,并且这种病变非常隐蔽,患者本身还不知道。其具体表现为患者感知不出水温,这样极易被烫伤。另外,水温高易引发足部感染,加速糖尿病足患者病情的恶化。因此,糖尿病患者泡脚时要先试好水温,再把脚放进水里,温度以37℃为宜。

冻脚不能烫 有些人一到冬天会习惯性冻脚,就想用热水暖暖脚,这样做不可取。脚被冻了,说明受到极冷风寒的侵袭,温度低过身体正常耐受程度,皮肤、肌肉处于僵硬状态。突然用热水烫脚,会使温度从冷到骤热,皮肤、肌肉经不起几十摄氏度的温差,从而加重冻脚的病情,严重的甚至会肌肉与骨剥离。

(刘元山)