

互动话题

面部红疹

涧西区黄女士:我朋友刚从外地来洛阳,可能是水土不服,她脸上起了一些红疹,一碰就疼。现在,长红疹的面积越来越大,抹一些治皮肤的药膏也不管用。谁有什么好的治疗办法?

舌头烫伤

老城区康女士:前几天我和朋友去吃火锅,舌头被烫伤了。当时我感觉没什么事,谁知回家后,舌头一阵阵地发麻,去医院看,医生也没有什么好的治疗办法。现在,我吃饭都觉得没味道,谁有办法帮帮我?

手足多汗

西工区赵先生:一到天热,我的手和脚就会大量出汗,即使开着空调,手心也会出汗,谁知道这到底是怎么回事?

带状疱疹后遗症

西工区李女士:我今年26岁,3年前得了带状疱疹,治好后,原来的患处经常疼痛,尤其是夏季疼得更厉害,去医院,医生也没有什么好的治疗办法。我现在每天都非常痛苦,谁有这方面的治疗经验,帮帮我。

痘痘

涧西区王女士:最近一个星期我吃了4次火锅,现在我的嘴巴周围长满了痘痘,很痒。我已抹了好几天药膏,一点效果都没有。这些痘痘只长在嘴巴的周围,谁能为我解除烦恼?

湿疹

西工区周先生:前段时间,我带孩子去外地玩,回来后,孩子的胳膊上长了许多小水疱,到医院检查,医生说是湿疹。现在治疗快一个星期了还不见效,孩子整天吵着痒,哪位朋友能帮我孩子祛除湿疹。

瘰疬

老城区张女士:我的孩子今年33岁。十几岁的时候他患了瘰疬,后来通过吃药,病情得到控制,只是留下的后遗症一直让人揪心。就是他不干什么都会一直不停手,或是很长时间才停下来。到医院做脑电图,医生说瘰疬还没有痊愈。我想寻求一个偏方,彻底治好孩子的瘰疬。

(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,未经过验证,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。

糖尿病引起肩周炎咋治疗?

高县木植街乡沈先生:我今年51岁,患有糖尿病和高血压。近段时间,我经常感觉肩部疼痛,胳膊常常抬不起来,连吃饭端碗都成问题。去县里医院就诊,医生诊断为肩周炎,还说是糖尿病引起的并发症。请问糖尿病怎么会导致肩周炎?医生的诊断靠谱吗?该怎么治疗?

河科大二附院内分泌科主治医师李雪峰:肩周炎,又称为“五十肩”,是以肩关节疼痛为主的一种多发病。其临床症状多为疼痛和运动功能障碍,如果不及及时治疗,肩部疼痛会逐渐加重。

肩周炎与糖尿病看似风马牛不相及,事实上,肩周炎也是糖尿病常见并发症之一,II型糖



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

尿病人中有1/3患有肩周炎,50岁以上的中老年人是易发人群。如果糖尿病人的血糖控制不好,易损伤血管壁,从而影响血

液供应,会导致关节局部肿胀,最终诱发肩周炎。

对于糖尿病并发肩周炎的治疗,首先要控制好患者的血

糖。其次,可以通过功能锻炼和适当的理疗等手段综合治疗。在进行自我康复锻炼时,要循序渐进,以防过分活动加重病情。

肩周炎治疗的方法多种多样,这里介绍两个简单易行的练习。手指爬墙练习:面对墙站立,将患侧的前臂垂直伸向墙壁,食指和中指贴墙,然后沿墙向上慢慢做爬墙式运动。

枕头双手:患者采取仰卧位,两手十指交叉,掌心向上,放在头后部,先使两肘尽量内收,然后再尽量外展。

另外,中老年糖尿病患者如果患有肩周炎,一定要避免长时间吹电扇或空调,防止肩关节受凉后症状加重。

(记者 崔宏远)

暴饮暴食易引发胰腺炎

洛龙区陈女士:我丈夫今年39岁,因生意他经常要应酬。去年年初,他和朋友聚餐后,突患急性胰腺炎住进医院,折腾了半个月才康复。谁知两个月后胰腺炎复发又住进医院。今年4月,他又第3次住院,医生诊断说已经转为慢性胰腺炎了。请问,我

丈夫的胰腺炎为什么总是复发?能彻底治好吗?

市中心医院普外二科主任韩保卫:急性胰腺炎,又称急性出血性胰腺坏死,好发于中年男性,主要症状是突发性的上腹部剧烈疼痛,有时还会出现休克。急性胰腺炎的病因较多,胆

道疾病、酗酒、暴饮暴食、情绪激动、腹部外伤等都能引起发作。如果不加以注意,急性胰腺炎还会多次复发。建议陈女士的丈夫到医院做一次全面体检,找出可能引起的病因,进行彻底治疗。

从陈女士叙述的情况看,她的丈夫经常在外应酬,建议其尽

量避免饮酒和暴饮暴食。因为高脂、高热量食物会刺激肝脏大量分泌胆汁,大量饮酒又会使胆管压力增高,导致胆汁反流入胰腺,诱发胰腺炎。慢性胰腺炎很难根治,预防胰腺炎要避免过食,还要戒烟和戒酒。

(记者 崔宏远)

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

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。

白醋泡脚止痒

足部汗多、细菌滋生,容易引起脚痒。尤其是炎热的三伏天,更容易引发脚痒。如果您也有这样的困扰,不妨向西工区的赵先生取取经。

赵先生告诉记者,因为工作原因,他常年要穿着胶靴。三年前,他的右鞋底、脚趾部位开始经常出汗,脚趾间还痒得难受。无奈,他时常用踩脚的办法止痒,有时痒得厉害他只好脱鞋抓挠,在同事面前显得很尴尬。今年4月,朋友给他提供了一个偏方,用白醋泡脚能治脚痒,半信半疑的赵先生试过后感觉效果不错。

方法:准备白醋1000毫升,稍微加热后倒在盆里泡脚,每晚睡前泡30分钟,坚持一个星期即有明显效果。赵先生表示,要解



决脚痒问题,除了用白醋泡脚外,还要勤换鞋、袜,保持足部通风透气。同时,饮食上也要注意,不要过度食用辛辣、刺激的食物。

赵先生提醒有脚痒症状的病友,在用此方法治疗期间,一定要注意足部卫生,不要进行长途徒步活动。

(记者 崔宏远)

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/

按摩穴位治落枕



家住老城区的周先生给本刊热线打电话说,前几天,他早上醒来刷牙的时候,突然感觉颈部左侧刺痛,原以为活动一下就能好,不料越活动越痛。去医院检查,被诊断为颈椎关节囊嵌顿,也就是俗称的落枕。他在没有吃药的情况下,仅仅使用了熟人提供的按摩妙招,就摆脱了落枕的困扰。这个妙招主要是用手指按摩内关穴,

没什么副作用,且见效快,如果有人正受落枕困扰,不妨一试。

方法:先将患侧的手掌平伸,另一只手的食指、中指、无名指、小指放在内关穴位的背侧,拇指用力按压内关穴位,力度以有酸、沉、困之感为度。患者一边按压,一边轻轻转动头部,一般3分钟左右,落枕不适症状就会消失或缓解。

周先生提醒,内关穴的位置很好找,如寻找左手边的内关穴,可将右手的无名指、中指和食指放在左手腕上,右手食指和左手手腕交叉点的中点,就是内关穴。为了确定位置,还可以攥一下拳头,这时手腕处会跳起两根筋,内关穴就在两根筋之间的位置。

(记者 崔宏远)