

大便不成形

涧西区陈女士:8个月前,我母亲因吃葡萄过多导致肠胃不适,还出现了严重的腹泻,服药后病情痊愈。前不久,又因洗澡受凉出现大便不成形,吃了许多西药都没有效果。我想替母亲寻找治疗大便不成形的中药方。

低烧

高新区于先生:我爱人经常发低烧,体温多在37.2°C。她时常感到浑身无力,头重脚轻,严重影响了生活和工作。我爱人到医院做过多项检查,没有发现异常。希望热心的读者帮我爱人提供一个治疗低烧的方法。

红疙瘩

洛龙区徐女士:我有一个亲戚,每逢阴雨天气,他的关节、脚底板就会出些红疙瘩,如黄豆大小。我想替亲戚寻找治疗红疙瘩的方法。

眼睛酸胀

西工区张先生:最近一段时间,我的眼睛总是有酸胀的感觉。尤其是早晨起床,眼睛酸胀的症状会加重。这是什么原因造成的,该如何治疗?

手心出汗

洛龙区林先生:我的手心特别爱出汗,即使在冬天手心也不断出汗。我曾经涂抹过一些药膏,但效果不明显。那位朋友有治疗手心出汗的方法,请帮帮我。

牙齿过敏

老城区王女士:我的牙齿不太好,每隔一段时间就要看一次牙医。最近一段时间,我牙齿严重过敏,一吃凉东西或酸性较强的食物,牙齿就有酸酸的感觉,有时张嘴吸了凉风,牙齿也觉得不舒服。我用过冷酸灵等脱敏牙膏,但效果甚微。谁有治疗牙齿过敏的方法,请帮我解除烦恼。

神经性偏头疼

西工区韩先生:一个月前,我莫名其妙地患上了头疼,为了缓头疼症状,我注意多休息,没有特殊情况绝不熬夜。但这些措施没能缓解我的头疼症状,甚至有时还疼得难以忍受。谁有治疗神经性偏头疼的方法,请告诉我。

(记者 朱娜 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@sinacomcn;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。

替您寻医

中药调理治疗神经性皮炎

涧西区杨女士:我后脑勺处有一块巴掌大小的头皮得了神经性皮炎,已有好多年,经常感到瘙痒。为了治疗,我用过多种治疗皮炎的药膏,但都只能起到暂时的缓解作用,几天后就又复发了。现在是每天都痒,我总想用手抓,头皮被抓破后一遇水就疼。神经性皮炎该怎样治疗?

市中心医院皮肤科副主任医师刘丁:神经性皮炎是一种皮肤神经官能症,好发于颈部、四肢等部位,以皮肤增厚为主,瘙痒是其主要症状。很多患者因无法忍受瘙痒而用手抓挠,于是就出现了越痒越抓、越抓越痒的恶性循环。神经性皮炎与人的情绪有很大关系,如果人处于情绪波动较大、精神长期高度紧张、焦虑不安的状态,就极易诱发神经性皮炎,或使病情加重。另外,长期暴晒也是诱发神经性皮炎的



原因之一。

短期急性的神经性皮炎,患者可以到西医皮肤科治疗,通过

局部用药和打封闭,可以减轻症状。长期患神经性皮炎的患者,有可能是血虚、气虚引起的,通

过中药调理也能得到缓解。

患者存在个体差异,最好能到门诊进行有针对性的治疗,在用药物治疗的同时,要注意情绪的调节,使自己处于愉悦、放松的状态,这样,对病情的恢复有很大帮助。

(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。

按摩穴位治疗小儿积食

西工区梁女士:我儿子今年3岁,体质一直较瘦弱。于是,我总是在三餐后再给儿子添加各种蛋糕、饼干之类的零食,没想到儿子

出现了严重的积食,不爱吃饭,也不爱吃蔬菜。我给儿子吃过健胃消食片和山楂丸,也带他看过西医和中医,症状虽有缓解,但积食仍很严重,除了服用药物,还有那些方法能治疗小儿积食?

小儿推拿按摩师李景欣:孩子出现积食,大多是饮食不当所致。出现积食的孩子除服用药物外,家长还可经常给孩子做一些按摩,以增强孩子胃肠蠕动,逐

渐缓解积食症状。

顺、逆时针揉肚子。让孩子平躺在床上,妈妈把手轻轻地放在孩子的肚子上,先呈逆时针在孩子的肚子上揉一分钟,随后再呈顺时针揉一分钟。反复做几次可促使肠胃蠕动。

按摩大鱼际。大鱼际位于大拇指的根部(手掌上突起的部分),此处也是胃经穴。经常按摩胃经穴位有助消化的作用,用拇

指按摩3分钟。

捏脊。从孩子的尾骨处开始往颈椎的方向捏去,两只手交替捏6遍即可。没有便秘的孩子可以用捏脊的方法促消化,经常发生便秘的孩子禁用此法。

另外,家长要注意合理喂养孩子,避免喝过多的牛奶,吃过多的肉食、油炸食物。如果孩子不饿,就不要强行给孩子喂食。

(记者 朱娜)

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

马齿苋泡澡 缓解牛皮癣

□ 记者 朱娜



口锅,放入适量的清水,然后抓一把马齿苋放入锅内,适当多一些也可以。水开后煮20分钟至30分钟端下,将煮好的水倒入浴缸或澡盆内,待水温合适后进行泡澡,每次泡两个小时为宜。夏季可以天天用马齿苋水泡澡,约一周后即可改善症状。

注意,冬季要适当减少用马齿苋水泡澡的次数,否则会引起皮肤干燥。

有不少读者致电本刊《健康热线》,希望寻找治疗牛皮癣的方法。最近,西工区的李女士提供了一个简单易操作的方法,可以为患者减轻痛苦。

李女士介绍,在马齿苋成熟的季节,可到野外多采集一些存放。准备一

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/

白萝卜橄榄煮水

治咽炎

□ 记者 朱娜

老城区的魏女士患咽炎多年,平时没事她总想清清嗓子,觉得有痰卡在喉咙处,很难吐出来,又咽不下去,且每到秋季症状就会加重。为此,她的床头总要放一些润喉片,晚上睡觉嗓子不舒服时就含一片。

为了治疗咽炎,魏女士没少吃药,也做过理疗,可病情总是反复。虽说咽炎不是啥大病,但是这种病挺折磨人。

一次,魏女士在一本杂志上看到一个治疗咽炎的偏方,便开始试用。没想到,两个星期后,她的咽炎好了许多,晚上睡觉不用含润喉片了,白天也不再总是清嗓子。

具体方法如下:取白萝卜250克,橄榄5个。将白萝卜洗净切成薄片,橄榄放



入料理机打碎。取适量的清水同白萝卜和打碎的橄榄放入锅内,大火烧开后煮20分钟,熬好的水当茶饮,连续喝一周即可见效。

魏女士介绍,白萝卜性凉,有清热消火、消食的作用;橄榄有生津的作用,两者并用对咽炎、肺热伤阴者有疗效。魏女士提醒,体质虚寒者最好别用此方。