

面部痉挛

孟津县郭女士:两个月前,我的眼角开始有跳动感,而且面部紧绷。到医院检查后被确诊为面部痉挛,如何治疗,谁能给我支招?

月子病

涧西区张先生:我爱人今年38岁,10年前坐月子时受了风寒,一见风就头疼。因此她夏天不敢吹电扇,更不敢用空调,晚上睡觉还得盖被子,我想替爱人寻找治疗月子病的偏方。

头疼

洛龙区郑女士:我儿子11岁了,体质不是太好,今年以来经常头疼,有谁知道这是咋回事,该如何治疗?

吞咽困难

洛龙区韩先生:去年10月至今,我在吃饭时总感到吞咽困难,尤其在吃第一口饭时常常会噎着。为了查明原因,我到医院做了胃镜,未发现异常。我还服了很多中药,也没有效果。谁能帮我支支招。

尿床

涧西区牛女士:我女儿已经6岁了,夜里经常尿床,谁有治疗小孩尿床的办法,帮帮我。

手指发麻

洛龙区栗先生:半月前,我的左手小指开始出现发麻的症状,到医院检查没查出病因。谁能帮我消除病痛?

刺痒

老城区孙先生:前不久,我的手上长了个刺痒,到医院就诊,医生说要进行激光治疗,但过后仍有可能复发。哪位朋友有根除刺痒的好办法?给我说说。

干燥嘴唇

老城区李女士:不管是春夏还是秋冬,我的嘴唇都十分干燥,用润唇膏也不管用,如何才能缓解嘴唇干燥?

鼻炎

西工区王先生:我是鼻炎患者,每次服用药后鼻塞的情况似乎更加严重,尤其一闻到烟味,鼻炎就会犯。哪位读者有治疗鼻炎的方法,请及时告知。

(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

更年期可适当补充雌激素

灏河回族区李女士:我今年58岁,患更年期综合征已有7年。我经常出很多汗,而且常常心里发急,急起来就想摔东西和吵架。我吃过很多药都没有效果,谁有办法帮我减轻痛苦?

洛阳市妇女儿童医疗保健中心更年期门诊主任王嵩川:50岁左右的女性会先后出现更年期综合征,这是女性卵巢功能逐渐衰退至完全消失的过渡期,由于生理和心理改变而出现一系列临床症状。一般来说,更年期有五大症状:一、月经紊乱。一种是月经间歇期延长、经期缩短、经量减少;第二种是经期不规律,来时或量甚多,或淋漓多日不止;第三种是突然闭经。二、心血管症状。潮热是女性更年期的突出表现,往往是从头面部开始



发热,发展向胸部及四肢,继而出汗,历时数十秒至数分钟不等。三、神经、精神症状。如失眠、烦躁、多疑等。四、心跳加速或缓慢等。五、骨关节症状。如关节疼痛等。此外,还有一些更年期并发症,如尿频、尿急、尿失禁等。

李女士所表现的出汗、烦躁、摔东西、吵架等症状,是典型的更年期症状,如不及时治疗,会对精神和身体产生负面影响。更年期可以用仪器和药物治疗。仪器治疗是通过刺激大脑细胞,从而达到缓解更年期症状的效果。药物治疗是通过补充相应的雌激素而缓解症状。有患者认为服用雌激素会损害健康,其实在医生指导下服用雌激素,不会影响身体健康。

(记者 朱娜)

中医调理溃疡性结肠炎

涧西区姚女士:我儿子今年20多岁,近两年时常拉肚子。前不久,我陪儿子到医院检查,被确诊为溃疡性结肠炎,服用了一些药,但症状没有得到缓解。溃疡性结肠炎是不是很难治,用什么方法才能治愈?

市第一中医院医生高治云:溃疡性结肠炎是结肠炎的一种,由于大肠黏膜有溃疡面,患者排大便时大肠黏膜会随大便排出。因此,溃疡性结肠炎患者的大便多数带有黏液和血。溃疡性结肠

炎发病的原因至今没有确切的定论,有人认为由长期饮食不规律、精神过度紧张等原因引起。溃疡性结肠炎很难治愈,且易反复,患者若不及时治疗,体质会因长期腹泻而变弱,免疫力和抵抗力也越来越差,同时会发展为肠穿孔。

西药治疗溃疡性结肠炎有一定局限性,而且长期服用抗生素会产生副作用。建议姚女士的儿子减少西药用量,以中药调理。中医认为溃疡性结肠炎虽然

是局部病变,但是与各脏器有一定联系。治疗时需根据患者的具体情况进行系统调理。同时,对大肠黏膜要进行去腐生肌、燥湿、化浊等治疗,使大肠黏膜溃

疡愈合。

另外,患者要注意饮食调节,做到一日三餐有规律,尽量不吃辛辣刺激的食物,多吃新鲜蔬菜、水果。

(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。

红糖生姜茶暖胃止吐

求助回放:西工区的刘女士肠胃不太好,天气转凉或食用过冷食物就会出现胃疼、恶心、食欲不振等症。有时饿得厉害,还会出现胃痉挛,疼得她浑身冒汗。除了药物治疗,她想寻找一个食疗方法。

支招:洛龙区的张先生喜欢搜集各种食疗方法。有一次他在外面吃饭,由于吃了生冷食物,晚上回家便出现了胃胀、恶心等不适。他从小摘抄的食疗方中找到了一个红糖生姜茶的食疗方法,连喝五六天,就赶跑了胃部的不适。

张先生介绍,红糖生姜茶的制作方法很简单,取适量的红糖炒一下,火不要大,否则易糊。然后加入适量清水,烧开后放入几片生姜,煮8分钟起锅即可饮用。张先生提醒,红糖生姜茶不宜凉喝,趁热喝下对胃部不适症状才有疗效。

(记者 朱娜 实习生 王晓维)



陈醋泡黄精治脚气



涧西区的张燕致电本刊健康热线,提供了一个治疗脚气的方法,患者不妨试一下。

张燕说,几年前她不慎被传染上脚气,且总是发作。有时发作起来痒得她难以忍受。后来一个同学告诉她,用陈醋泡黄精泡脚,可以治疗脚气。张燕按照同学说的方法试

了一次,果然有效,连续使用两周后,脚气竟然没再犯。后来,张燕把此方法告诉了同事和朋友,结果屡试不爽。

方法如下:购买黄精100克,陈醋1~2斤。将陈醋倒入洗脚盆,放入黄精(陈醋一定要没过黄精),用塑料袋密封3天后泡脚。每天晚上将脚洗干净后泡10分钟。泡一次可使用四五次,然后换新的。刚开始泡脚时可能会有刺痛的感觉,慢慢就好了。

同时张燕提醒,脚气患者要穿透气性较好的鞋,洗完脚后脚趾缝一定要擦干。平时可多食用一些大蒜,对治疗脚气有辅助作用。

(记者 朱娜 实习生 王晓维)

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/