

## 腹泻

瀋河回族区姚先生:最近我总是腹泻,开始我以为是受凉了,没有太在意。可几天过去腹泻不见好转,我便到社区医院就诊,也服用了一些药物,腹泻仍没有得到控制,同时还伴有腹胀,哪位读者朋友有治疗腹泻的妙招,请告知。

## 斑秃

西工区赵女士:两个月前,我女儿头上出现了一块斑秃,大小如一角钱硬币,当时我们没有在意。可是后来女儿头上又陆续出现了几块小一点的斑秃,我想通过《健康热线》为女儿寻找治疗斑秃的方法。

## 面部出疙瘩

涧西区徐先生:我爱人今年34岁,近一年来,她的脸上经常出些疙瘩。我陪爱人到医院就诊后,医生给开了一些药,可是服用后脸上还是不停地出疙瘩。谁有办法治疗我爱人面部的疙瘩,请支支招。

## 便秘

涧西区程女士:我女儿18岁,一直患有便秘,有时一周只大便一次。谁有治疗便秘的方法,请帮我女儿解除痛苦。

## 牛皮癣

涧西区张女士:两年前,我患上了牛皮癣,到医院检查,医生告知是寻常性牛皮癣,用药后症状有所缓解,但近段时间病情复发。谁能帮我解除痛苦?

## 口水多

瀋河回族区王先生:我睡觉时嘴里总会有很多口水,醒来第一件事就是吐口水。有时口水多了还会流到枕头上,我想知道这是什么原因造成的,如何治疗?

## 毛孔粗大

涧西区林女士:我是油性皮肤,鼻子两边的皮肤毛孔很大。我用过一些据说有收缩毛孔功能的护肤品,但效果不明显。我想寻求收缩毛孔的方法。

## 牙齿敏感

西工区黄女士:我的牙齿十分敏感,吃冷热酸甜等刺激性食物时,牙齿总有一种不舒服的感觉。有朋友让我用脱敏牙膏,可是我用过两管没啥效果。谁有治疗牙齿敏感的方法,请告知。

(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

# 给孩子补钙应遵医嘱

西工区徐女士:我儿媳生完孩子两个多月,她的奶水不是很好,根本不够孩子吃,无奈我们只好用奶粉喂养孩子。现在孩子经常大便干结,还上火。我听说,奶粉喂养的孩子需要补钙,但是我小孙子已经出现了上火症状,我担心补钙后上火症状会加重。究竟该不该为孙子补钙?

市妇女儿童医疗保健中心儿保科主任党桂娟:家长都知道孩子需要补钙,可怎么补,哪个阶段需要补,很多家长却不太清楚。有的家长盲目给孩子补钙,结果对孩子造成伤害。一般来说,足月的新生儿在出生两周后,需要补充400个单位的维



生素D。维生素D就是我们常说的鱼肝油,在药店很容易买到。

如果足月的新生儿在出生两周后没有补充维生素D,并且孩子出现明显的缺钙症状,如睡觉易惊醒、多汗、易哭闹等,家长要带孩子到医院就诊,并根据具体情况进行突击治疗。

党桂娟说,奶粉喂养的孩子一般不要随便补钙,但孩子到一岁左右若是长得过快,可适当补一些钙,每天不超过200毫克。家长切记,不要自作主张给孩子补钙,要补也应在医生指导下进行。

(记者 朱娜 通讯员 李冰磊)

## 粟粒肿需注意眼部清洁

涧西区赵女士:近一年来,每隔一段时间,我的睫毛根部就会出一个白色的小疙瘩,有点像面部的白头粉刺,很磨眼睛,看东西也有些模糊。用手轻轻一碰,小疙瘩就破,可过不了多长时间就又出来了。请问这种情况是眼疾吗?该如何治疗?

洛阳市第一中医院眼科主任、主任医师李卉旭:睫毛根部出白色的疙瘩是眼部常见疾

病粟粒肿,有的呈黏液状,有的呈豆腐渣状。发病原因有几种情况:用眼不卫生、眼部化浓妆、吃油腻食物过多,导致睫毛根部腺体排泄不畅。有干痒、磨眼等不适症状。

患粟粒肿的患者不要自己用手或针去触及它,这样容易伤到眼睛,引起眼部感染。建议患者最好到医院找专业医生处理,使睫毛根部腺体通畅。感到不舒服的患者,可以用妥布霉素眼药水、左氧氟沙星眼

药水或色甘酸钠眼药水。注意,患了粟粒肿的患者要禁止使用化妆品,保证用眼卫生,

不要用手去揉眼睛;饮食要清淡,不要吃过于油腻的食物。

(记者 朱娜 通讯员 刘晓霏)

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。

## 秋冬吃白果治咳嗽



进入秋季后,咳嗽的人多了起来,而且有些人久治不愈。西工区纱厂北路的赵女士提供了一个方法,对治疗咳嗽很有效,患者不妨试一试。

赵女士说,她女儿去年冬季患了感冒,后来一直咳嗽不止。她说女儿咳嗽时,总感觉有痰咳不出来,为了治疗咳嗽,她女儿没少服用止咳药,但效果甚微。赵女士看在眼里急在心里,到处寻找治疗咳嗽的方法。后来她在一本杂志上看到一个偏方,每天吃一些熟白果,可以有效治疗咳嗽。赵女士依照此

方法,每天给女儿准备一些熟白果,大约食用了一周,咳嗽便痊愈了。

具体方法:先将生白果捏一条缝,再放入微波炉内加热,时间不超过5分钟。开始食用时,每次不超过10粒,几天后可以根据情况加量,但最多不要超过20粒,以防中毒。

另外,煮稀饭或炖汤时,也可以放些白果。经常食用白果不仅治疗咳嗽,对增强体质也有一定好处。

(记者 朱娜)

## 白面汤加红糖喝好腹泻

求助回放:老城区李先生的儿子今年2岁,天气一凉就爱腹泻,有时一天腹泻六七次,腹泻时总是哭闹半天。他带儿子到过很多医院检查,有的医生说是肠炎引起的,有的医生说是由于消化功能不好引起的。李先生给儿子服用了一些治疗腹泻的药,服药期间会好一些,但一停药就复发。

老城区马苗枝致本刊《健康热线》说,李先生的儿子可能是由肚子受凉引起的腹泻,治疗期间尽量少用抗生素类药物,因为过多使用这类药物会伤及孩子的肠胃。马苗枝说,孩子肚子受凉,可多吃一些暖胃的食物,

对治疗腹泻有一定的辅助作用。她说自己小时候只要一腹泻,母亲就给她做白面疙瘩汤,里面再放些红糖,连着喝上几天,腹泻就会好。

具体方法:取少许面粉,加适量清水搅拌成糊状。注意面粉不要搅得太稀,否则做出来的面汤会很稀。加适量的水烧开,将面糊倒入锅里,同时用筷子不断地搅动。面汤煮熟后,加入适量的红糖,待温度适宜时让孩子喝下。

马苗枝说,白面汤有暖胃、养胃的功效,红糖也具有暖胃的作用,一天喝3次,连喝几天就可见效。

(记者 朱娜)



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