

小事糊涂，大事明白。度量大一些，风格高一些，看得远一些，想得宽一些。

# 久咳不愈 辨证施治 > D02

本期导读  
电话:64830799  
河科大一附院皮肤科特约

## > D03

秋燥来袭  
当心痔疮

## > D05

“老来瘦”  
可不一定“老来寿”

## > D06

宝宝爱按肚皮  
肚里或有蛔虫

## > D07

中年人饮食  
注重细节抗衰老

## > D09

生气能气出  
哪些病

## > D10

美容误区  
让你老10岁

## > D11

按摩穴位治腹泻

本刊热线  
18903886990  
洛阳协和医院友情赞助

## 吃秋果并非多多益善

刚一入秋，秋果便不断上市，品种繁多。因其营养丰富、味道鲜美、医食兼优，人人想先尝为快。但是，吃秋果并非多多益善，如果过食或暴食亦会致病。

## > D08

绘制 寇博 赵韵

## 健康提示

## 润秋燥防感冒

□ 记者 朱娜

近段时间，我市气温仍然偏高，早晚温差大。此阶段，人们要注意预防感冒。

市第一中医院医生高治云说，秋季最明显的特点是秋燥，气温不仅高，而且有些干燥。当人们不注意补充水分时，易出现、皮肤干燥、大便秘

结等症状。如果这些症状没有及时得到缓解，稍微受凉便会引起感冒。建议市民多饮白开水，还要多吃梨、银耳、苹果、猕猴桃、蜂蜜等润肺清燥、养阴生津的食物。少食用油炸、辛辣食物和羊肉、狗肉等热性较大的食物。一旦感冒症状持

续一周不见好转，并出现发热和头痛症状，要立即到医院就诊。

此时也是幼儿易发生腹泻的季节。市妇女儿童医疗保健中心儿科副主任方柯南提醒家长，不要给孩子吃过多的瓜果，以免伤及肠胃出现腹泻。最好早晚喂一

些热食，如稀饭、稀面条等。可在下午或两餐之间，给孩子添加一些水果，但不可过多，尤其是刚从冰箱里拿出的水果不能立即食用，要放一放再食用。早晚带孩子外出玩耍时，多带一件衣服，防止孩子受凉感冒。

## 健闻 7 日谈

## “医跑跑”跑掉良心 抗生素不可滥用

□ 孟乐

近期，上海的“医跑跑”、杭州药监局、哈尔滨协和不孕不育医院等成为公众热议的焦点，引起了公众的愤慨。

救死扶伤是医生的天职。近日，上海某医院一群医生、护士因手术室起火，置全麻病人于不顾，自顾逃生，导致病人窒息死亡。面对这群没有职业操守的“医跑跑”，公众非常气愤，认为当事医生“或许该负刑事责任”。面对危险，“医跑跑”跑得够快，但良心跑掉了。

本周，43岁的高敬德成了新闻人物。他曾上海的一家医药公司任职，因意外服用导致严重过敏反应的假药而走上了专业打假的道路。2009年11月和12月，高敬德先后6次向

杭州药监部门举报，让他没有想到的是，时隔近两年，该部门竟有人拿给他一份盖有公章的《协商意见》，要求他与售假者“私了”。目前，杭州方面已介入并开展调查，结果有待公布。

有人受骗买了假药，有人则上了医院的当。近日，10余名患者在“100天快孕诊疗体系”等广告吸引下，到哈尔滨协和不孕不育医院就医，短短数周就花费数万元。有的患者不仅没有怀孕，反而被“治”出病。新华社记者调查发现，这家医院的秘诀在于傍“协和”医院，请明星代言，广告吹得

天花乱坠，结果让很多患者上了当。这件事虽然发生在哈尔滨，但也给咱洛阳的老百姓提了个醒。

前不久，国际环保绿色和平组织公布了全球品牌服装有毒、有害物质残留调查结果。阿迪达斯、李宁和耐克等14家全球知名品牌服装被检测出含有NPE。NPE是聚合物，在一定条件下会反应生成NP(壬基酚)，这是一种内分泌干扰物，会影响发育。俗话说：“女人衣柜中永远少一件衣服。”很多爱美女性见了心仪的衣服往往走不动路，不据为己有誓不罢休。而年轻的妈妈疼爱宝宝，经常

把孩子打扮得花枝招展。穿新衣固然美丽，但健康更加重要，我们不妨环保一些，多穿反复清洗过的旧衣服可能更加安心。

人吃五谷杂粮，不可能百病不侵。生了病怎么办？很多人选择到药房自行购药，而抗生素药物是很多人的首选。一组数据让人触目惊心，我国人均年消费抗生素138克，是美国的10倍，位居全球第一，但真正需要的人不到20%。合理控制抗生素的使用，除了卫生部门要出台管理办法对医院和医生加以限制外，患者也要科学用药，向滥用抗生素说“不”。