

小脚趾疼

老城区李先生:我母亲今年78岁,她的小脚趾一直发红,而且很疼。有医生建议我母亲把小脚趾锯掉,但是我们很担心,不想让母亲进行手术,谁有办法为我母亲解除痛苦。

肚子疼

老城区乔先生:今年5月至今,我的右侧肋骨下腹部一直延伸到后背总有疼痛感,感到劳累或弯腰幅度大的时候就会疼得更加厉害。我到医院检查,也没能检查出是什么病因,找中医,中医说是肝上有气,但服用了一段时间药物也没什么效果。谁知道我究竟得了什么病?

小腿发凉

西工区徐女士:我的右小腿到脚底一直发凉,夏天症状会轻些,冬季症状就会加重。此情况已经有两三年了,其间我做过各种理疗,也服用过药物,但都不见效。同时,我特别爱出汗,稍微一活动就会满头大汗,在寒冷的冬天也是如此。有谁知道我这是怎么回事,有没有治疗的方法?

嗓子发炎

涧西区闫女士:今年8月,我由于内热上火导致嗓子发炎,至今嗓子仍然觉得不舒服。我想通过《健康热线》寻找治疗嗓子发炎的偏方。

嗓子干痒

西工区赵女士:我怀孕5个月了,最近感觉嗓子有些干痒,还吐不出痰来。谁有治疗嗓子干痒的食疗方法,请告诉我。

脱发

高新区程先生:自进入9月,我脱发十分严重,每次洗头都能掉很多头发。谁有治疗脱发的方法,帮帮我。
(记者 朱娜 整理)

《生命周刊》编采人员郑重提醒您: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;发E-mail至健康信箱 lywbsmzk@126.com;拨打健康热线 18903886990 或百姓一线通 66778866;登录洛阳网社区(hbs.lyd.com.cn)“求医问药”板块发帖。

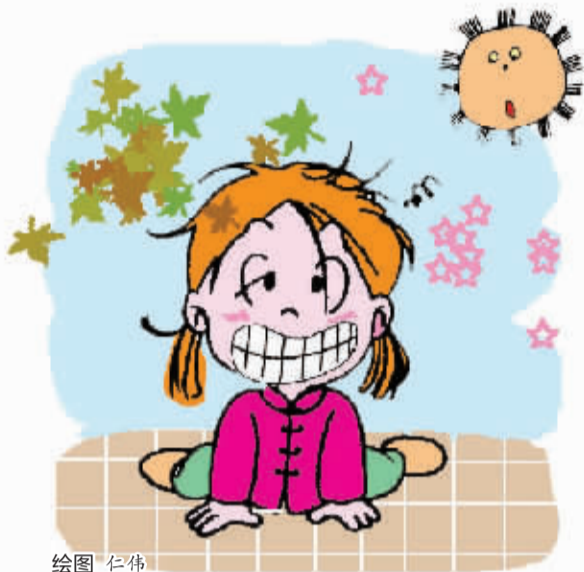
互动话题

孩子磨牙原因多 治疗要对症

涧西区王女士:我儿子今年13岁,几乎每天晚上睡觉都磨牙。夜深人静的时候,我经常能听到他嘴里发出“咯吱咯吱”的声音。有人说,孩子磨牙是肚子里有蛔虫,也有人说孩子磨牙是缺钙所致。我带儿子到医院看过,医生建议他晚上睡觉时戴上牙套,以减少牙齿的磨损。孩子睡觉磨牙是不是病?应该如何治疗?

市妇女儿童医疗保健中心儿童保健科主任党桂娟:孩子睡觉磨牙是一种常见现象,多数家长认为,孩子睡觉磨牙是肚子里有蛔虫所致。肠道内有蛔虫确实可以引起孩子睡觉磨牙,但多发生于幼儿,年龄较大的孩子一般不会出现此情况。

当孩子到了出牙阶段,牙床会有些痒,在睡觉时会出现磨牙的情况。当孩子缺钙和维生素D时,也会出现睡觉磨牙的现象。年龄大一点的孩子睡



绘图 仁伟

觉磨牙,家长要考虑以下原因:孩子白天活动量过大,或者睡觉前太兴奋等;孩子的胃肠道消化功能不太好,晚上睡觉时

摄入过多的蛋白质,导致胃肠道负担过重;孩子的牙齿排列不整齐,咬合功能不好,也会导致睡觉磨牙。

当孩子出现睡觉磨牙时,家长先不要太紧张,可以观察一阵子。如果只是偶尔磨牙,可能是生理性磨牙。如果是长期的,家长要带孩子到医院就诊,对症治疗。如果是晚餐摄入蛋白质过多,就减少晚餐的进食量,吃一些易消化的食物。如果是晚上睡得太兴奋引起的磨牙,家长应尽量让孩子在睡前保持平静。如果是牙齿问题引起的,家长要带孩子到口腔科就诊。

(记者 朱娜 通讯员 李冰磊)

替您寻医 河南科技大学第二附属医院
咨询电话:63940002
地址:市西工区金谷园路80号

抓疙瘩或许是荨麻疹

涧西区赵女士:从去年秋季开始,我在早晚遇到冷空气时,身上就会发痒,用手抓后,身上会出一些条状疙瘩,并且越抓疙瘩越多,痒得让人难以忍受。大约10分钟后,不用服药,也不用涂抹药物,这种现象会自行消失。令人烦恼的是,有时外出也会出现这种症状,让人很尴尬。我想知道这不是皮肤病,该怎么治疗呢?

河南科技大学第一附属医院皮肤科副主任付宏伟:从赵女士描述的情况看,她可能患的是荨麻疹。荨麻疹俗称风团、风疹团、风疙瘩等,是一种常见的皮肤病,有时可能伴有发烧、

腹痛、腹泻或其他症状,分为急性荨麻疹、慢性荨麻疹、丘疹状荨麻疹、遇激性荨麻疹等。赵女士的情况属于遇激性荨麻疹,遇到冷空气刺激就会发作,浑身瘙痒难耐。

得了荨麻疹要及时治疗,时间拖久了,病情可能会恶化,严重影响患者的生活质量。患者可在白天服用一片息斯敏,晚上服用一片赛庚啶,以缓解荨麻疹的不适症状。另外,患者在病没有发作时,可以适当服用中成药玉屏风散。玉屏风散有敛汗固表的效果,对过敏体质有一定调节作用。患者在服

药的同时,可进行过敏原检测,确定过敏原后,在日常生活中尽量避免接触引起自己过敏的物质。赵女士对冷空气过敏的话,可避免早晚外出,或者外出时穿长袖上衣和长裤,尽量减少冷空气对皮肤的刺激。

想彻底治愈荨麻疹,患者

还需多进行体育锻炼以改善过敏体质,多交替进行冷热水浴。游泳是改善过敏体质较好的锻炼方法。荨麻疹患者还需注意饮食,有些食物也会诱发此病,辛辣刺激的食物和海鲜都要少吃。

(记者 朱娜 通讯员 王俊)

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。

艾叶煮水治疗月子病



得了月子病怎么办?涧西区董女士提供了用艾叶水泡澡的方法,有月子病的女士可以试一下。

董女士今年62岁,30多年前她生孩子时,正值冬季,膝关节部位受了凉,时不时有疼痛和发凉的感觉。当时董女士并不在意,谁知道这月子病竟跟了她好几年,夏季会稍好一些,但是不

能吹风扇和开空调,一吹风腿就发凉。冬季症状更加严重,她即使穿得很厚,膝关节以下的部位也没有热过。为了治疗月子病,她往腿上贴过膏药,用热水袋敷过,都无法缓解症状。董女士说:“大家都说月子病只有再坐一次月子才能治好,可我总不能再生一次孩子吧?”

后来董女士的母亲告诉她,用艾叶水洗澡可以治疗月子病。方法是:准备干艾叶50克,水开后煮5分钟倒入浴缸泡澡。董女士说,煮艾叶的时候,可以放一块生姜,姜要用刀背拍一下。夏天可以天天用艾叶水泡澡,秋冬季一周泡两次,连续使用一段时间月子病可得到缓解。

(记者 朱娜)

我来支招

银耳雪梨白萝卜水治秋咳



具体方法:准备一个雪梨和一个白萝卜,将二者切成薄片;将事先泡好的银耳洗净,去掉发黄的根部再撕成小块。把上述材料放入锅内,加入清水,再放入适量的冰糖,烧开后煮10分钟,待水温合适茶饮用,白萝卜、雪梨和银耳可以吃掉。

洛龙区的韩女士致电本刊健康热线说,她女儿今年7岁,以前每年秋季干咳都十分厉害,严重时,还会引起上呼吸道感染。所以一到秋季,韩女士都会感到揪心,生怕女儿生病。去年,她在一本杂志上看到一个如何预防上呼吸道感染的方法,便将此法抄了下来。这个方法的原材料是银耳、雪梨和白萝卜。

韩女士说,孩子容易积食,引起上火。白萝卜具有顺气、助消化的作用,减轻孩子积食症状,雪梨和银耳有润肺、清肺的作用,秋冬季节煮水饮用可润燥。她的女儿连续喝了一周,秋咳的症状便减轻了不少,她就继续让女儿喝。去年秋季至今,她的女儿再也没有咳嗽过。

(记者 朱娜)