

## 骨刺

**西工区陈先生:**我今年55岁,左腿膝关节部位平时有隐隐痛感,遇到降温阴雨天气,痛感更厉害。前几天我去医院体检,发现膝关节部位长了骨刺,医生表示没有什么特效药。哪位朋友有治疗骨刺的偏方,请告诉我。

## 哮喘

**涧西区李先生:**我母亲今年62岁,患哮喘快10年了,久治不愈。前些日子,老人去公园转了一圈,回来后哮喘又发作了,我想寻求治疗哮喘的偏方,为母亲解除痛苦。

## 应激性肠胃炎

**老城区朱女士:**我小时候得过肠炎,吃东西稍不注意就会拉肚子。前段时间因腹泻我去医院检查,被医生诊断为应激性肠胃炎,现在我什么都不敢吃,太难受了,哪位朋友能告诉我一个安全有效的治疗方法。

## 汗腺瘤

**老城区王女士:**我今年33岁,半年前,我的左眼下眼睑处长了很多小颗粒,医生说是汗腺瘤,外敷内服的治疗方法我都试过,也没有明显的效果。谁有安全有效的治疗偏方,请告诉我。

## 口腔溃疡

**瀍河回族区牛先生:**我女朋友患口腔溃疡两年多了,经常是旧疮未好新疮又出,到医院看过多次,中药西药也吃了不少,没有什么效果。谁有治疗口腔溃疡的偏方,请帮我女朋友解除苦恼。

## 消化不良

**西工区刘女士:**从五六年前开始,我经常感觉吃过东西后不消化,胃部还发胀,有时几天也不拉一次大便。哪位读者知道这是怎么回事,告诉我怎么调理。

## 痰多

**洛龙区崔先生:**我从上初中开始,痰就特别多,总忍不住想往外吐。为此,我多方求医,但都没办法去根。谁能给我提供一个治疗方法,我将不胜感激。

## 背部发凉

**洛龙区秦女士:**我今年30岁,每晚睡觉不管被子盖得多严实,总感觉背部发凉,有时用热水袋暖着也不行。为此我做过针灸,拔过火罐,效果都不理想。哪位朋友能帮帮我,让我的背部不再发凉。

(记者 崔宏远 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lywszmzk@126.com;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。

## 互动话题

# 耳鸣多是“上火”惹的祸

**涧西区周先生:**我最近经常感觉耳边有“嗡嗡”的声音,开始也没有在意,以为是劳累所致。这几天,我感觉耳鸣声音越来越大了,晚上睡觉也睡不着,严重影响了工作和生活。我听老人说,耳鸣是肾虚的表现,我还吃了几天补肾的中药也不见好转,请问我这是什么原因引起的耳鸣?该怎么治疗?

**河科大一附院中医科副主任医师刘翠峰:**

导致耳鸣的原因有很多,按中医学分,有肝火旺盛、气血亏虚、肝肾功能异常等。很多人都以为耳鸣是肾虚引起的,盲目选择补肾药进行治疗,其实,肾虚只是中医的一种辨证,一味吃补品并没有什么帮助。秋季耳鸣最常见的原因是肝火旺盛,从周先生叙述的症状分析,他很可能是肝火过旺,俗称“上火”。



绘图 仁伟

耳鸣是指在没有任何外界刺激条件下所产生的异常声音感觉,如蝉鸣声、嗡嗡声等。耳鸣如果是短暂性、一过性耳鸣,多

是生理现象,不需要治疗,如果是持续性耳鸣,尤其是伴有听力下降、眩晕等其他症状,则要尽早就医。

秋季上火引起的耳鸣表现为眼睛干红肿痛、口干、两耳不适,其原因主要是由于情绪紧张、焦虑以及不规律的生活,如熬夜、久坐、暴饮暴食等带来的身体机能紊乱,可以通过降火、调节饮食和生活习惯减轻症状。患者要放松心情,避免焦虑;选择清淡的饮食,减少脂肪类食物摄入,多吃粗粮及含有丰富维生素、纤维质的水果蔬菜;多喝水,充分休息。另外,耳鸣患者要避免接触噪音,少使用耳机,一般几天后即可消除症状。

(记者 崔宏远)

**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

# 膝关节有了骨赘怎么办?

**老城区刘女士:**我母亲今年71岁,腿脚一直不太灵便,尤其是今年入秋后,老人一走路就说腿疼,经过X光片检查,医生说是膝关节半月板游离体,需要手术治疗。老人不愿意做手术,请问这种病可以保守治疗吗?该怎么治?

**河科大二附院骨科主任孙帅:**

从刘女士描述的症状来看,老人的病因应该是受损的半月板碎片脱落至关节腔内,形成了

骨赘影响了膝关节功能。针对这种病症,治疗上主要是摘除关节内游离体,可选择切开关节手术,也可在关节镜下取出。对于关节病损较轻的关节内游离体,目前的治疗是以微创关节镜手术取出为主,以避免造成膝关节骨性关节炎的恶化。打个比方,膝关节游离体就像我们的鞋里跑进了石子,如果不取出,时间一长会把关节磨坏。取出游离体并对带关节面的骨碎片进行复位固定后,多数患者的膝关

节疼痛、功能受限等症状可得到缓解。保守治疗仅适用于轻中度的关节炎病人,但做关节镜手术

也并不能根治骨性关节炎,仅能延缓病情进展,容易复发,最好是进行全膝关节置换。

(记者 崔宏远)

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。

## 核桃树根煮水 治牙龈肿痛



牙龈肿痛怎么办?涧西区的王女士向读者推荐了一个验方。

王女士今年36岁,一年多来牙龈一直肿痛不止,尤其在吃太凉或是太热的东西时,经常疼得直捂嘴,每天吃饭也只能吃一些松软的食物,话也不能多,很是烦恼。

由于长时间患牙龈肿痛,王女士不仅失去了和朋友聚会聊天的乐趣,还丢掉了晋升的机会,甚至患上了一些并发症。她去医院看过很多次,中药、西药也吃了不少,病情始终时好时坏。

后来,老家的亲戚告诉她

一个偏方,解除了她的痛苦,正受牙龈肿痛折磨的读者不妨试一试。

具体方法:准备干核桃树根50克,洗净切碎放入锅内,加500毫升水用小火煮1个小时左右即可,待汤汁凉后,口含汤汁15分钟吐出,每日3次,3日即可痊愈。

王女士表示,核桃树根具有抗菌、消炎、止痛的功效,对治疗牙龈肿痛很有效,尤其适用于久治不愈的患者。

(记者 崔宏远)

## 巧用鸡蛋黄 治慢性溃疡



近日,家住西工区的高先生给本刊热线打来电话,说他的左腿患了慢性溃疡,久治不愈,最近被一个朋友提供的偏方治好了。

高先生今年61岁,小腿一直患有静脉曲张,后来患处发生了溃疡,不能摸不能碰,否则就疼痛难忍,就连晚上睡觉盖被子都不能触及患处,只能把腿伸到被子外面。

小腿慢性溃疡让他苦不堪言,他先后到了多家医院就诊,医生都表

示没有什么特效的办法,多亏了这个小偏方,他才摆脱了痛苦。

这个偏方的主要原料是鸡蛋黄,没有副作用,如果有人正在受慢性溃疡困扰,可以试一试。

具体方法:准备5个煮熟的鸡蛋,只用蛋黄。将蛋黄搅碎,放入铁锅用小火煎,煎至糊状改用大火,并用锅铲挤压出油,将油放入无菌容器内备用。用时先将创面清理干净,把消毒纱布浸上蛋黄油,敷于创面,外面用塑料纸包扎,每2天换1次,一个星期后即可见效。

(记者 崔宏远)

**正骨医院 骨质疏松科**  
电话:63546798 63546910  
地址:启明南路82号