健康维权 电话：13939525087 邮箱：Z20021002@163.com

六院在线

感冒后当心患上鼻窦炎

一般的讲，上呼吸道感染后5天～7天开始好转并逐渐痊愈。5天～7天后，如果症状没有好转，反而出现了发烧，大量脓鼻涕时，要警惕是否继发了急性细菌性鼻窦炎，要及时到医院就诊。

一般人每年有几次上呼吸道感染，多数都可以自然痊愈，而其中的少数患者会并发急性鼻窦炎。多数的急性鼻窦炎经适当的治疗都可以痊愈，仍有一部分会转变成慢性鼻窦炎。如果鼻塞，较多黏性或黏脓性鼻涕，痰多等症状超过3个月，则有可能已经转为慢性鼻窦炎。

鼻窦炎症状较轻的，要少去人口密集的公共场所，减少空气污浊对呼吸道的刺激和交叉感染。症状较重的，使用敏感抗生素3周～6周，鼻内应用糖皮质激素类药物或应用鼻腔黏膜减充血剂，帮助鼻腔鼻窦分泌物排出，促进鼻腔鼻窦的通畅引流。此外，鼻腔冲洗、鼻负压置换治疗、上颌窦穿刺冲洗及应用促进鼻腔分泌物排出的药物都有一定作用。

如果经过治疗，症状无明显好转，常需要重新做细菌培养选用敏感抗生素、进行免疫学方面的检测、过敏方面的检测以及鼻窦CT扫描检查，如果发现有解剖方面的异常或中鼻道阻塞性病变组织。应考虑进行鼻内窥镜下鼻窦手术。鼻内窥镜下手术，手术范围小、安全性高、复发率低，能有效的解决鼻塞、脓涕、头痛等问题。

包卫军

■简 介

漯河市第六人民医院耳鼻咽喉科是以专门诊治各种耳鼻喉疾病的专业科室，拥有鼻内窥镜影像工作站、纤维喉镜、微波治疗仪、电离子臭氧机、支撑显微喉镜等专业设备，能清晰地显示病变部位图像，使各种检查有证据、各种治疗更精确。

诊疗范围：能够治疗各种耳鼻喉疾病、睡眠打鼾、鼻源性头痛、顽固性咳嗽、口歪眼斜。微创治疗中耳炎、鼻甲肥大，不开刀治疗声带小结，一次性根治鼻息肉。擅长鼻内窥镜下微创手术。

科室电话：5966287

百姓看得起病的城市二级医院
漯河市第六人民医院
相约六院 健康常伴
地址：漯河市八一路东段83号
急诊科：5962087 病人服务中心：5966002

口腔不清洁 容易诱发脑出血

一项最新研究发现，导致蛀牙的一种变形链球菌与脑出血有关，这种细菌的某种菌株会阻碍人体的止血功能。研究小组认为，这一发现有可能帮助找到预防脑出血的新方法。

变形链球菌是口腔天然菌群中占比例最大的链球菌属中的一种，也是龋病的主要致病菌。

某机构的研究人员征得100名脑出血患者的同意后，采集了他们的唾液，培养了唾液中含有的变形链球菌。结果发现，如果患者唾液中的变形链球菌是含有新生隐球菌丝分裂素基因的菌株，与没有这种基因的菌株相比，前者脑出血的发病风险是后者的4倍。通过磁共振成像图能够观察到，唾液中含有这种特定变形链球菌越多的患者，微小的脑出血部位也越多。

研究小组认为，变形链球菌会从口腔中的血管随着血液流动到达脑部血管。在这里与血管壁的胶原蛋白结合后，引起炎症，从而妨碍止血作用，并使血管变脆，最终引起脑出血。

研究小组指出，脑出血是脑卒中的一种，摄取盐分过多等不良生活习惯被认为是危险因素，不过此次研究显示，日常的口腔清理和牙科治疗对于预防脑出血也非常重要。如果能够减少病原性很高的细菌，就有可能预防脑出血。

据新华网

健胃消食药乱吃也会伤身体

春节假期，亲朋好友聚会容易吃得油腻，不少人在胃部不适的时候喜欢吃健胃消食片、大山楂丸等健胃消食药。专家指出，消食药副作用小，大量盲目服用或同时服用其他药物产生相互作用也会伤身体。

据了解，由于健胃消食药酸甜的味道，很多孩子也喜欢把它当成零食，容易过量食用。

中国药学会专家表示，山楂丸和健胃消食片是常用来消化食积的良方，这类药物副作用较小，按时按量服用不会有什么危害。如果没有分清消化不良的具体病因，就大量盲目地服用消食药，可能导致胃部烧心、反酸等症状。特别是消化不良的儿童如果吃太多，易生内热。而山楂又含较多单宁酸，与胃酸作用后易形成不溶于水的沉淀，引起胃结石。

据介绍，当山楂丸或健胃消食片与磺胺类药物合用时，可使尿液酸化，使磺胺乙酰溶解度降低，在肾小管中析出结晶，引起结晶尿、血尿，严重可致肾功能衰竭。与阿司匹林、吲哚美辛等酸性药物合用，可增加这些药物在肾脏中的重吸收，导致肾脏毒性。

此外，由于山楂对子宫有一定的收缩作用，孕妇应谨慎服用此类药物。

据新华网

如何判断得了腱鞘炎

最近，一位女士在网上咨询："大夫，今年我家孩子出生后，妈妈一直帮我照顾小孩。最近一段时间，我妈妈手腕稍微一动就疼得受不了，孩子也抱不了，手腕大拇指根部好像还有一个包鼓出来，一碰就疼，想问问这是什么病？"

这种病叫手腕部腱鞘炎，医学名称是"桡骨茎突狭窄性腱鞘炎"。在腕部的桡侧，也就是大拇指的一侧，可摸到一个骨性隆起，称为桡骨茎突。在桡骨茎突部位有两根肌腱通过（拇短伸肌腱与拇长展肌腱），这两根肌腱都走向拇指，参与拇指的活动。在手腕部这两根肌腱的外周，存在套管样的结构包裹肌腱，如同宝剑的鞘一样，称为腱鞘。当手腕部经常处于重复性或持续用力的状况，会令肌腱与腱鞘间产生过度的摩擦与劳损，导致局部发生无菌性炎症，腱周充血肿胀，腱鞘内压力增加，腱鞘反应性增厚。出现这种情况后，任何需要手腕部这两根肌腱滑动或用力的动作，都会引起手腕桡侧剧烈的疼痛。

照顾婴儿导致的手腕部腱鞘炎非常普遍。母亲需要经常怀抱婴儿、哺乳、挤奶，时间久了都容易诱发此病。国外医生常把这一疾病通俗地称为"妈妈手"。而国内通常是老人帮助自己的子女照顾婴儿，可以称为"奶奶手"或"姥姥手"。

激素变化也是该病的常见诱因。女性常发生在怀孕、生产和哺乳期前后。激素的变化可导致腱鞘内水肿，压力增高，此时更容易因为劳损而发展为腱鞘炎。

其他需要手腕和拇指长时间重复使用或用力的活动，也容易诱发手腕部腱鞘炎，比如绣十字绣、织毛衣等。家务繁重的主妇或经常需要掂勺掂锅的厨师，也容易得这种疾病。

手腕部腱鞘炎的典型表现是：手腕用力或向小手指那边偏斜时出现手腕桡侧（拇指一侧）疼痛，比如做提热水瓶倒水的动作时出现明显疼痛，有时会出现剧烈疼痛，无法完成想做的动作。手腕大拇指根部会出现肿胀和发热，可摸到一个鼓包，压着会有疼痛。

如何判断是否得了这种手腕部腱鞘炎呢？可采用一种最常用的检查方法来验证：就是将大拇指握在手心中，向下（小指侧）偏手腕，手腕在大拇指根部的一侧会出现明显疼痛，则一般可诊断为腱鞘炎。

得了手腕部腱鞘炎，早期或病情不严重的，可以通过腕部热敷、局部涂抹解热镇痛药膏等，缓解疼痛症状，减轻炎症，最重要的是手腕要得到充分休息。佩戴一个腕部的护具是很有用的，有利于减少腕部的不良用力，也有利于炎症消退。

手腕部腱鞘炎急性期内最好少做或不做家务，不抱孩子，尽可能少用疼的一侧手腕用力。如果实在需要抱孩子，也需要注意调整抱的方法，就是用另一侧不疼的手腕抱，疼痛一侧改为用肘部用力，让手腕和手指都空出来，保持放松状态，不能使劲。

多数人通过保守治疗就能逐渐好转，如果疼痛症状持续很长时间，影响手腕用力和正常工作，就需要进行手术治疗。

据新华网

定期检查 谨防消化道疾病

随着生活节奏不断加快，很多生活在大都市里的现代人饮食和生活不规律，容易出现胃肠不适，久而久之还可能出现胃癌等消化道肿瘤。有医学专家呼吁人们重视消化道肿瘤的早期诊断及治疗，建议45岁以上及有高危因素的人群定期进行消化道内窥镜检查。

据悉，消化道肿瘤占据全球肿瘤发病率第二位，每年新发90万例，死亡17万例，多为50岁以上者，但低龄化趋势明显，40岁以下人群的发病率在上升。以胃癌为例，研究发现它与食物中的亚硝酸盐及硝酸盐等致癌物质、个人的基因及免疫功能、幽门螺旋杆菌感染、吸烟、喝酒等因素有关。事实上，消化道肿瘤如果能在早期发现并治疗的话，治愈率可达90%以上。

医生指出，中晚期（进展期）胃癌的5年生存率仅20%~30%，因此医生建议有家族消化道癌症史人群、45岁以上的中老年人、三餐不规律的上班族、发现癌前病变者、治疗过胃溃疡者，都应该定期接受内窥镜检查。如果发现病灶，还可以经内窥镜切除病变。

消化道内窥镜诊断在发达国家已经广泛普及，很多发达国家的群众在40岁以后都会至少做一次胃镜检查。医学专家称，中国的食管癌死亡人数约占世界食管癌死亡人数的46.6%，胃癌数也占全球的42%，每年接受消化道内窥镜检查者仅1%~2%，胃癌的早期诊断率小于15%。以胃镜为例，在我国尚未被列入常规体检项目，很多民众对其不甚了解，甚至担心做胃镜等会疼痛而抵触。医生解释，现在胃镜经过技术改进，检查已经不难受，还有全麻胃镜检查，完全没有痛苦。

为了预防胃癌等消化道肿瘤，医生建议：

不吸烟、不嗜酒。

避免吃油腻、高糖、腌制食物。

增加摄入富含叶酸、维生素B6、维生素C、β-胡萝卜素的食品，如水果。

增加摄入富含镁、铁、硒等微量元素丰富的食物。

经常进行体育锻炼和体力活动，控制体重。

有调查显示，广州地区的人们吃饭快且急，甚至经常顾不上吃饭，晚上却喜欢吃夜宵。不少人得了胃病，却以为只是小毛病，能拖就拖，或者随便乱吃药，就这样拖成了慢性胃炎、胃溃疡甚至癌症。医生称，经常吃夜宵或者晚饭吃得太晚，饭后直接休息会增加胃部的负担，建议注意休息和饮食规律，给肠胃留出足够的消化时间。

据新华网