

警惕肝病的早期症状

一般地说,出现下列几方面情形尤其是有好几种症状同时出现,经过营养或休养后,症状依然没有消除,便可怀疑是患有肝脏病的可能,要及时进行检查。

1.食欲 这是大多数肝炎患者都有症状,尤其是黄疸型肝炎患者身上表现得更严重。肝脏是人体内最大的“化工厂”,它参与着人体内的一切代谢过程。其中分泌胆汁是重要功能之一,胆汁中的胆盐对脂肪的吸收消化起着重要作用。患者在患有肝炎以后,因肝炎病毒诱发肝细胞大量破坏,分泌胆汁的功能减低,从而影响脂肪的消化,所以会出现厌油食,患肝炎时胃肠道充血、水肿,蠕动减弱,胃肠功能紊乱等症状,进而影响患者食物消化与吸收,所以会导致患者食欲减退、恶心厌油腻急性病毒性肝炎产生食欲减退等症状。

2.发热 持续性微热,或并发恶寒,并排除其他感染。急性黄疸型肝炎早期常有发热,多在37.5~38.5摄氏度,高热者少见,一般持续3~5天,而无黄疸型肝炎者发热远远低于黄疸型肝炎者。许多病人发热还伴有周身不适、食欲减退,误认为得了感冒。为数不少的黄疸型肝炎病人,往往在医院门诊按感冒治疗,3~5天后待黄疸出现才被确诊,这是缺乏对肝

炎发热症状认识的缘故。发热的原因,可能是肝细胞坏死、肝功能障碍、解毒排泄功能减低或病毒血症所引起。

3.尿色 尿黄如茶。黄疸型肝炎病正常情况下,人体的红细胞寿命是120天,被破坏的红细胞会放出血红蛋白,经过一系列的分解代谢,变成黄色物质叫胆红素。由于肝炎病毒导致肝细胞破坏,影响胆红素的代谢,使胆红素进入血液增多,经尿液排出体外较平时增加,故尿色加深。尿的颜色越黄,说明肝细胞破坏越重,病情好转尿色逐渐恢复正常。

4.疲劳 这是肝炎病人发病的早期表现之一。病人往往说不清楚何时起病,其表现也不相同,轻者不爱活动,重者卧床不起,连洗脸、吃饭都不爱做。尽管经充分休息,疲劳感仍不能消除,严重者好像四肢与身体分离似的。出现这些症状的主要原因是由于肝炎患者的食欲不振,消化吸收障碍,导致人体能量不足;其次是由于病毒导致肝细胞破坏,从而使其肝脏制造和储存糖原减少。另外缺乏维生素、电解质紊乱及肝细胞破坏引起血中胆碱酯酶减少,影响神经、肌肉正常功能,从而出现说不出的全身乏力。

5.肝区疼痛 肝炎病人常常诉说肝

区痛,涉及右上腹或右背部,疼痛程度不一,有的肝炎患者胀痛、钝痛或针刺样痛,活动时加剧,且时间不一。有时左侧卧位时疼痛减轻。出现这种症状的主要其原因是由于肝炎病毒引起肝脏肿大,使肝被膜张力增大。

6.巩膜发黄 如果一个人的眼球都黄了,周围发现的人十有八九的会联想到他得了肝炎,即便是自己没有不适,家人和朋友也会力劝他去医院,真可谓“黄黄”不可终日,这是有一定道理的。白眼球和皮肤变黄这种现象就叫黄疸。黄疸是肝炎中最易被发现的表现。形成黄疸时皮肤和黏膜就呈现黄色,最明显的是眼白变黄,有时在灯光下不明显,而在户外阳光下易于辨认。为确诊需化验血和尿中胆红素含量是否升高。在此,解释一下胆红素:人的血液中红细胞的寿命大约是120天,当它死亡后会破裂释放出间接胆红素随血液运送到肝脏被肝细胞吸收,在肝细胞内加工成直接胆红素,后排至肝细胞外、作为胆汁主要成分进入十二指肠,最终随粪便排除。粪便之所以呈黄棕色就是因为含有这种胆汁的缘故。如果肝脏损伤有病、胆道阻塞,胆红素将无法顺利排泄而逆流入血,抽血验肝功可发现血中的胆红素升高,沉着在皮肤黏膜上表现为面黄眼黄。

据新华网



谢志胜口腔门诊部

人工种植牙术后有哪些注意事项

随着现代生活水平的提高,人工种植牙技术被越来越多的牙病患者所接受。缺牙、戴传统假牙有困难、对假牙的美观、功能有特殊要求等牙病患者均适应做人种植牙。那么,术后注意事项有哪些呢?

1.术后24小时内不要刷牙及用清水漱口,过频漱口可以导致漱口渗血,餐后可用漱口液漱口,防止口内食物残渣残留,术后两小时即可适量进食饮水,食物不要过热。

2.术后常规使用抗生素。对于简单的种植手术(种植体数量少,手术时间短,患者身体恢复良好),术后给予口服抗生素,复杂的种植牙手术需要静脉应用抗生素,以预防感染。

3.由于患者体质及手术过程不同,可能会有不同

程度的手术反应,有些患者反应较轻或无反应不适反应,有些则会出现局部水肿及瘀斑,一般持续3天~5天左右。

4.术后患者一般仅有轻微的隐痛或不适,不需服用止痛药,如果患者敏感或感觉局部较疼痛,术后当天可以加用止痛药,如果正常情况下,手术24小时后,患者不再会有持续的疼痛感觉。

5.常规术后7天~10天拆线,及时拆线可以预防局部感染。

谢志胜口腔门诊咨询电话:0395-2687838

谢志胜



简介

赵付清,市中医院副主任中医师,毕业于河南中医学院,从事中医内科20多年;师承全国著名中医衡通学派创始人李静先生,经研脉诊、舌诊;擅用衡通法系列方剂治疗各种肝病、感冒久治不愈,急慢性支气管炎、支气管哮喘、肺气肿、肺心病等疑难杂症。

漯河市中医院

保健固本

地址:漯河市交通路649号 电话:2139611

牙病专家

谢志胜

河南省人工种植牙学组成员

(漯河市后谢牙防所)

地址:金山路南段双汇大厦对面

天冷护心应注意吃 洗 行 住

预防其实很简单

1.戒烟。吸烟可使动脉壁收缩,促进动脉粥样硬化,预防心脏病,最重要的就是戒烟。如果你抽烟,那么请尽快戒烟。如果你的朋友或家人抽烟,也请劝他们戒烟。

2.检查血压。每一年或两年查一次血压,如果你确诊患有高血压,那么请通过医师处方来进行合理用药,控制血压。通过合理用药,可以大幅降低卒中的发生几率,保护好你的生命安全。

3.根据医嘱,二级预防,合理用药避免疾病发作。如果已经患有心脏病或卒中,必须根据医嘱服用药物进行二级预防,从而减少心脏病或卒中再次发作的几率。

天冷护心四注意

医生建议,心脏不好的人天冷应从“吃、洗、行、住”四个方面入手来呵护心脏。

吃 天气寒冷,人们一般喝水少,这容易使血液浓缩,加重心脏负担,所以冠心病患者一定要多喝温开水。特别是在睡觉之前,再喝一点水,血

液就不会那么黏稠了,还易于入眠。

饮食以增加热能为主,多进食易消化吸收和富含营养的清谈食物,如蔬菜、水果、鱼和瘦肉等。还要适当吃些薯类,不仅能补充维生素,还有清内热、去瘟毒作用。

洗 洗澡时间不宜过长,最好控制在20分钟以内。建议餐后一小时再洗澡,洗澡水别太烫,以35摄氏度~40摄氏度的温水为宜。

另外,每天晚上临睡前用热水泡泡双脚,会使血液流动加速,也给心脏减轻了负担。

行 天气不太冷的时候,可以根据自己的身体状况,适当参加一些力所能及的体育活动,如散步、慢跑、打太极拳等,以增强心脏功能。

建议锻炼时间选择在太阳出来后9时到10时之间,避开凌晨到早晨心脏病发病率最高的时间段。

住 居室温度最好保持在摄氏15度左右,这对冠心病患者尤其重要。如合并有呼吸道疾病,则应避免门窗全开,以防冷空气刺激,诱发心绞痛和心梗。当需要呼吸清新空气时,可把门窗推开一条缝,让少许新鲜空气进入,但又不会让室内温度一下子降得过低。

据新华网

头皮健康的一个重要标准,就是没有头屑。据悉,世界卫生组织将“头发有光泽、无头皮屑”列为人体健康的标准之一。

如果头皮经常发痒,一挠出现好多头屑,发丝间、肩膀上散落着片片白屑,这就是头皮向你预警,它可能生病了。挥之不去的头屑、头痒问题,到底是怎么回事儿呢?

反复头屑头痒是“真菌惹的祸”

自然脱屑人人都有,是头皮正常生理代谢的产物,一般以小于0.02毫米的细小颗粒脱落,人眼几乎看不到,也不会影响人们的日常生活,称之为生理性头屑。而反复的、大块头皮屑则可能是由真菌引起的病理性头屑。真菌(马拉色菌)在头皮上的大量繁殖引起头皮角质层过度增生,致使角质层细胞以白色或灰色鳞屑的形式异常脱落。

头屑出现时还常常伴有瘙痒、发炎等症状,让头皮

变得异常脆弱和敏感。倘若没能采取有效方法来治疗,头屑头痒将会反复上演,不断“纠缠”。

头屑头痒的影响因素

1. 精神压力大 经常熬夜、加班,工作、学习压力大,精神高度紧张等都是内分泌失调的诱发因素,此时皮脂分泌过多就会产生头屑头痒的问题。

2. 不良生活习惯 喜食辛辣、刺激、油腻食物,再加上吸烟、饮酒等不良生活习惯会间接造成头皮免疫力的降低,让真菌有机可乘,轻而易举地“占领”头皮。

3. 使用不良美发用品 美发时使用的劣质品中含有的有害物质会刺激头皮,带来一些不良反应,头屑头痒就是其中之一。

4. 季节交替 气温变化,头皮也跟着敏感起来,头皮屑易出现在季节交替之际。以春夏季节交替为例:气温升高,人体流汗增多,头皮油脂分泌会异常增多。

据新华网