

如何预防血液病的发生

引起血液病的因素很多,主要有:化学因素、物理因素、生物因素、遗传、免疫、感染等,都可以成为血液病的诱因或直接原因。

均衡饮食营养并采取正确的烹调方法,可以预防营养不良性贫血的发生。婴儿应提倡母乳喂养并及时添加辅食。孕妇应补充叶酸。在生长发育期或失血期应多食含铁丰富的食物,如红色肉类、动物肝脏、血制品、蛋黄、海带、木耳、绿色蔬菜等。

避免经常或长时间接触放射性物质、有害化学品,远离电磁场和高压电线。家庭装修应采用绿色建材,生活、工作、学习场所多通风。适当进行户外活动。

血液病是人的那部分出了问题?

血液病是人的造血系统疾病。造血系统包括血液、骨髓、脾、淋巴结以及分散在人体全身各处的淋巴和单核(吞噬)细胞组织。

当身体出现什么症状时应该去医院检查?

血液病系统疾病多半是难治性疾病,病状隐匿,即使患病,病人常不能自己察

知,多因其他疾病就医或健康体检时而被发现。因此提高对本病的认识,以便早期发现,早期治疗,以免给健康带来不必要的损失,显得尤为重要。以下十种状况,需高度警惕血液系统疾病。

1.身体日渐虚弱,感觉“今不如昔”,精神倦怠,四肢酸沉,少气无力,嗜卧懒动。

2.弱不禁风,经常感冒,或感冒经久不愈;常有低热,甚至高热。

3.头晕、头痛、头昏、眼花、耳鸣、心悸、气短,甚至晕厥。

4.面色苍白,萎黄,虚浮,唇舌淡无血色,结膜色淡;或见眼窝黯黑(俗称黑眼圈),或面色赤红紫黯而无光泽。

5.毛发枯槁不泽,脱发,指甲平塌凹陷,易折易裂;皮肤干燥皱缩,弹性较差;口腔糜烂,牙龈肿胀,舌面光剥无苔。

6.肌肤常见出血斑点或青紫斑块,轻微刺伤、划伤即出血不止,碰撞挤压,皮下即见大片青紫瘀斑。

7.经常鼻出血、牙龈出血,口腔及舌面紫黯血泡;

女子月经过多如崩如注,或不分周期淋漓不断。

8.胸骨、胫骨压痛,四肢关节疼痛或骨痛。

9.腹胀,肝、脾、淋巴结肿大。

10.血液及骨髓检查异常。

王丹

喜讯:日前,漯河市中医院血液病科,与国内最具权威的血液病诊疗机构——中国医学科学院天津血液病研究所天津血液病医院进行合作,为漯河周边地区的患者带来福音。患者在漯河市中医院血液病科就诊,由天津血液病研究所出具诊断和治疗方案,整个诊疗过程,均有天津血液病研究所专家全程指导。患者足不出户,即可享受到国内最具权威的血液病淋巴瘤方面的专家提供的最佳治疗方案,省去了患者到大医院看病难、看病贵、路途奔波的麻烦,并节约高额的诊疗费用。

中医中药

开栏的话

好雨知时节,当春乃发生。随风潜入夜,润物细无声。春天,乃万物萌芽生长的季节,有好雨滋润,万物才能茁壮成长。今天,我们开设“中医中药”健康园地,把华夏五千年优秀中医中药文化发扬光大,让中医中药更好服务于我们的生活。这一栏目如春日好雨,在这里读者朋友可以了解我市具有一定知名度,获“民间知名中医”称号的祖传中医好大夫是如何采用传统中药医病疗伤的。朋友们,您想和他聊什么话题,就请您多关注此栏目吧。



贾长明,出生于中医世家,2012年,被漯河市卫生局授予“民间知名中医”称号,行医40年

擅长:子宫腺肌症、子宫异位症、月经不调、顽固性痛经、子宫肌瘤、多发性子宫及卵巢囊肿、久婚不育、输卵管粘连、卵泡发育不良及孕后滑台等各种妇科疑难杂症。咨询电话:13839502229

健康知识

子宫腺肌症的早期症状

子宫腺肌病是妇科常见病,其原因目前尚不十分清楚。因为它多见于已婚已产的妇女,所以,一般认为和妊娠、刮宫、人工流产及分娩有密切关系。子宫腺肌症是导致女性不孕的。

许多子宫腺肌症患者常出现月经异常、房事疼痛、盆腔痛、低烧、白带增多和经期疼痛等症状,产生痛经的原因可能由于异位的内膜随卵巢改变出血而产生病灶外局部压力增高,周围平滑肌组织受到刺激而发生痉挛收缩而产生疼痛。它的初期症状:月经异常主要表现为:

月经量多、经期延长以及子宫有少量出血的症状,月经异常可能和女性的卵巢无排卵、黄体功能不足或者是同时合并有子宫腺肌病等有关。痛经和小腹痛:痛经是继发性的,即痛感一次比一次加重,常在月经开始时出现,且会持续到整个月经期。而小腹痛多数是位于下腹深部以及直肠区域。性交不适:子宫腺肌症的初期症状还会表现在性生活当中,出现深处性交痛,常在月经来潮前性交疼痛会比较明显。

贾长明

甲亢患者饮食注意事项

甲亢患者要做到饮食有节。忌食辛辣食物;忌食含碘多的食物如海带、紫菜等海产品;少喝浓茶、咖啡,不喝酒、不抽烟。

保证热能供给。甲亢患者与同龄人相比,其热能的供给要高一些。为了避免一次性摄入过多,可适当增加餐次,或在早餐和晚餐后的2小时左右吃一点水果和点心。通过增加热能供给,促

进机体糖脂代谢恢复正常,降低蛋白质分解。

合理补充蛋白质。甲亢患者要注意增加蛋白质食物摄入,但增加部分应以豆类、牛奶和鸡蛋为主,切忌大量食用肉类,特别是牛羊肉。因为肉类有刺激兴奋作用,可加重潮热、多汗等症状,故而每日食用肉类一般不要超过50克。

据健康网

简介



于涛,市中医院血液病科主任、副主任医师。现任市政协委员,中国中西医结合血液学会委员,省中医血液病专业委员会副主任委员,省中西医结合血液病专业委员会常委,省医学会血液病专业委员会委员,省抗癌协会血液肿瘤专业委员会委员,省免疫学会委员,市中西医结合学会主任等;曾在中国医学科学院天津血液病研究所、中国中医研究院西苑医院进修;从事成人和儿童血液病专业20余年;擅长再生障碍性贫血、白血病、血小板减少等各种血液病中西医结合治疗,临床经验丰富。

漯河市中医院血液病科
天津血液病研究所技术协作单位
健康热线:2166771



谢志胜口腔门诊部

怎样延长种植牙的使用寿命

按照现代种植学的观点,在正确维护的情况下,种植体可以长期行使功能(时间可能达数十年甚至终生),牙冠可能出现折裂、磨损等问题,需要更换。这是一个长期的过程,一般到时要再根据具体情况确定治疗方案。

1.定期检查复诊。种植牙各个结构之间是靠螺丝或黏结剂连接的。机械连接受到疲劳寿命和机械性能等的限制,易使种植牙的各个连接部分松动。可因黏结剂的松脱或老化而使修复体松动。需要患者及时到医院就诊,调整咬合,重新固定种植牙。

2.饮食习惯。避免咬硬物,由于种植体与骨直接接

触结合,没有天然牙的牙周膜所起的缓冲及力反馈的保护作用,过大的咬合力及不良的侧向力都会导致牙槽骨的吸收。因此,刚开始使用种植牙时需要从吃较软的食物开始,逐渐负重。在以后使用过程中也应避免咬硬物和韧性特别大的食物。如果在使用过程中发现有异常情况,如种植牙不慎受到外力撞伤,种植牙松动、牙龈发红、疼痛、刷牙出血等,都应该及时就诊。

3.口腔清洁和护理。可以利用软毛牙刷和微磨料的牙膏仔细清洁牙齿,刷不到的邻面和死角可以利用牙线、牙缝刷或牙签来清洁。此

外,还应定期到医院用器械对种植牙进行清洁,必要时也可以请专业医师对机械部分进行拆卸清洁,以防止滋生的细菌引发口腔疾病,影响到种植牙的寿命。谢志胜

招聘:前台一名,会平面设计;护士一名,口腔或护理专业。

谢志胜口腔门诊地址:金山路南段双汇大厦对面

咨询电话:0395-2687838

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