

过度治疗鼻炎适得其反

小王两个月前因鼻炎在某医院做了鼻甲部分切除术,术后双鼻非常通畅,头痛头晕的症状却有增无减,先后到多家医院求治都疗效不佳。近日,小王在母亲陪同下到市六院耳鼻喉科找到沈春华主任求诊。

沈春华经过详细询问病史,得知15岁的小王是一名初三学生,繁重的学习任务加上反复的感冒使其患上了慢性鼻炎,继而出现鼻甲肥大,鼻塞、头痛、流涕、张口呼吸、咽干、失嗅、记忆力减退等症状。为了减少对学习的不良影响,尽快恢复正常,他就到离家较近的医院治疗并做了鼻甲部分切除术。

在给小王做了检查后,沈春华发现其鼻甲比正常人小了一半儿,鼻甲黏膜大部分被切除,下鼻道异常通畅,剩下的鼻甲黏膜对鼻腔的保护作用也大大减弱了,外界冷空气等不良刺激直接作用于鼻腔神经,故而出现头痛、头晕,这在医学上叫“通气过度”,严重时可出现臭鼻症。若再想恢

复正常鼻甲,需行鼻外侧壁内移术或鼻甲充填增大术,而鼻黏膜功能不可能完全复原。

沈春华解释,随着环境污染程度以及学习生活压力的加大,鼻炎、鼻窦炎患者越来越多,经常有很多像小王这样过度治疗的患者来医院就诊。他们有的用激光、微波,有的用中药腐蚀,还有用手术剪刀简单地把鼻甲切除一部分,去除范围包括黏膜、黏膜下组织及腺体。这些结构对进入鼻腔的气流具有过滤、清洁、加温、加湿、溶菌、免疫等保护作用,正是因为过度治疗,这些结构被去除的同时,正常的鼻黏膜功能也随之丧失。

沈春华提醒患者,得了鼻炎要及时到正规医院就医,依靠先进技术和设备进行科学治疗。据了解,市六院开展不损伤鼻黏膜及其功能的先进微创治疗方法,吸引不少市民前来就诊。除了积极治疗,保持日常卫生以及正常生活习惯将有助于症状的恢复。

本报记者 刘彩霞

本期解答专家



沈春华,市第六人民医院耳鼻喉科主任、副主任医师。对耳、鼻、咽喉各种疾病的诊疗以及鼻内窥镜下各种手术多次进修学习,在复发性鼻息肉治疗上有独到之处。



中医 中药

服中药时间有讲究

服用中药的时间需根据病情、药物功效和其他一些具体情况来决定。古人在几千年的实践中积累了很多宝贵的有关服药时间的经验,如食前服、食后服、临卧服、间歇服等。

饭前。病在胸腹以下,胃、肝、肾等脏器疾病,宜饭前服药,这样有利于药物的消化吸收。东晋时期著名医药学家葛洪说:“未食内虚,令毒势易行。”饭前服药易使药力得到发挥。

饭后。病在胸膈以上者,如眩晕、头痛、目疾、咽痛等宜饭后服药,能使药性上行。消食药和对胃肠道有刺激的药物也宜饭后服用。

清晨空腹。治疗四肢血脉病的药物、有滋补作用的汤药尤其

是滋补肾阳的药物、润肠通便药、驱虫药宜晨起空腹服用。早晨人体的阳气随自然界阳气而生发,在阳气的推荡下,可使药力速行至病所,发挥作用。

午前。上午宜服用益气升阳药、发汗解表透邪药。中医史上“金元四大家”之一李东垣认为:“午前为阳之分,当发汗;午后阴之分,不当发汗。”还强调益气升阳药在午前服用。益气升阳药之所以于午前服用,乃“使人阳气易达故也”。

午后。下午或入夜宜服用泻下药(如大承气汤)。李东垣曰:“泻下药乃当日巳午之后,为阴之分时下之。”(巳时即上午9时~11时,午时即上午11时~下午1时),其他医家亦认定泻下药不宜在午前服用。

睡前。镇静安神药、涩精止遗药、缓下药等宜睡前服用,有利于次日清晨吸收。

顿服。顿服一般适宜于病情比较急的患者,也就是煎好后立即服下,称为顿服,取急病急治之意。《千金方》载:“凡作汤药不可避晨夜时日吉凶,觉病须臾,即宜便治,不等早晚,则易愈矣。”目前,一般的高热性疾病、传染性疾病、小儿急症等宜采用顿服法。

需要注意的是,很多患者脾胃偏差,大部分的药都不适宜空腹服用,而在上、下午服用最好。一般药物一天服2次,饭后1小时以上或半空腹状态服用较好,晚上9时以后不要服药,以免影响药物吸收及夜间睡眠。

晚综

大多数高血压患者不适合进补

人参、鹿茸……药店里最抢眼的海报和陈列品,大多都与补药有关。上了年纪的朋友相聚谈起养生,谈的也往往是“吃什么能补身”,可是,真的人人都适合进补吗?专家说,大多数高血压患者不适合服用补益类的中药。

专家说,大多数高血压患者的证型是阴虚火旺、肝肾阴虚、肝阳上亢,吃人参、党参、黄芪等补益气血的中药材,不但对病情无益,反而火上浇油,可能诱发血压上升甚至心脑血管意外。

中医里有补气作用的食物、药材,多数都有升压的效果。而实际上,高血压患者本身很少属于气虚、阳虚型。对于本身就存在肥胖和高血压的患者来说,用“补”法还不如用“泻”法。

一般来说,天麻、女贞子等滋养肝肾的中药材,比较适合高血压患者调养身体。高血压患者在春季可以服用天麻炖鱼头汤、土茯苓炖甲鱼汤等,注意不要太咸。专家建议,最好咨询中医师,根据个人的体质和病情来选择调理身体的中药材。

专家提醒,高血压患者要注意预防流感,感染流感后,血压升高、心率加快,心脏负荷增加,有可能加重基础病,而且,病毒感染还可能合并细菌感染,靠老人自身免疫力很难抵抗。感冒后服用中药,要注意区分感冒症状是寒象还是热象。如果是畏寒怕冷、流清鼻涕等寒象表现,可以服用一些温性的中草药,而不适合服用维C银翘片等清热解毒类感冒药。

据《广州日报》

老爸老妈俱乐部

中老年相亲会开始报名啦

□本报记者 刘彩霞

经历了几十年的风风雨雨,体验了人生路上的苦乐年华,你也许虽然不再年轻,可依然拥有一颗年轻的心,对生命的热忱,对爱情的一份渴望,经历沧桑并用自己独有的方式诠释着爱的真谛。

6月底,漯河日报社老爸老妈俱乐部首届相亲会即将举行,期待各位对爱情充满向往的中老年人踊跃报名参加。活动当天,漯河日报社的“红娘”将现场为您牵线,帮您找到满意的另一半。各位想要报名参与的老人们,请抓紧时间练好你的才艺,在现场展歌喉、秀舞姿、挥毫泼墨,都能给自己加分,赢得他人青睐。我们相信“你若盛开,蝴蝶自来;你若精彩,天自安排”。

报名方式:凡年龄在45周岁以上(含45周岁)的单身中老年人可以参加此次活动,报名截止日期为6月15日。

报名方式:

一、现场报名:到新闻大厦一楼西老爸老妈俱乐部,现场报名者需持本人身份证、户口本、丧偶证明、离婚证三证其中一个,现场填写报名表。

二、微信公众号报名:关注漯河日报社健康事业部公众号,按报名表发送个人信息,等待公众号回复,收到“报名成功”字样回复视为报名成功。咨询电话:15039571679(手机号即微信号)。微信扫描二维码关注“老爸老妈俱乐部”微信公众号,还可查看往期精彩活动花絮。



图片新闻



5月10日下午,在漯河医专大礼堂,众多优秀往届毕业生从全国各地赶来,用自己的亲身经历激励在座的学弟学妹。该校领导为优秀毕业生颁发了2019漯河医专最美“中国护士”奖杯和杰出校友荣誉证书,在校生成则为毕业生赠送了精心准备的礼物。

卫永强 摄



5月11日,源汇区卫健委和漯河柳江医院共同开展护理知识竞赛活动。

本报记者 刘彩霞 摄