

考试压力大 孩子生病多

“ 上周,南京各中小学纷纷进行学期期中考试,同时天气变化不定,早晚温差大,因压力大、怕考不好而出现身体不适者增多。

腹泻,发生在考试前一天

12岁的龙龙今年上小学六年级,就读于某重点小学,平时成绩在班里中等偏上,但有点偏科,英语不行。这次考试老师通知要进行区统考,并且考试成绩对升中学很有利,龙龙感到压力很大,饭量明显减少,晚上要复习到11:00,考试前一天,龙龙上吐下泻伴发热,医生诊断为急性腹泻。南京市第一医院儿科主任于莹

介绍,秋季本身就是腹泻的高发季节,长时间过度紧张的人患感冒、腹泻的几率更大。秋季腹泻在消化道症状出现前,20%~30%的患儿先有上呼吸道症状,继而有严重水样腹泻和呕吐。在不影响孩子营养的情况下,应给消化道以休息。一般可禁食8-12小时,禁食时应补充适量的淡盐水;而后在医生指导下逐渐恢复饮食。平时忌食生冷食品,食品餐具要保持新鲜、清洁;应加强户外活动,提高对自然环境

的适应能力,注意孩子体格锻炼,增强体质,特别在考试期间,要注意劳逸结合,提高机体抵抗力,避免感染各种疾病。

秋愁,学生莫名心慌、失眠

一名高三的女学生,成绩非常优异,家长和老师对她的评价也很高,但是,最近她总是莫名地感到恐惧、心慌,上课时注意力也不能集中,吃不好睡不着,感觉压力非常大,十分痛苦。江苏省人

民医院神经内科主任陈伟贤介绍,天气转凉,日照时间减少,往往会诱发这类“抑郁伴焦虑”的“秋愁”,他们多半是由于压力过大,导致精神障碍的表现。

专家提醒,一旦情绪低落、闷闷不乐或者是躁狂的症状,首先要学会调节自我,放松心情;家人应该多给他们一些关爱,关注他们,多多交流;对于病情严重的患者,还应该及时到医院就诊,进行药物治疗和心理疏导,以免发生意外。

健康看点

不良饮食 生出罕见巨大胃石

□快报讯(通讯员 肇宏 吴青 实习生 蒋振凤 记者 张星)日前,江苏省中西医结合医院消化内镜中心接诊了一名特殊的病人:不良饮食竟然导致其体内出现罕见的巨大胃石。

这名病人是女性,42岁,因“上腹部疼痛伴恶心呕吐5天”前来就诊,江苏省中西医结合医院消化内镜中心的医生在为她做胃镜检查时发现,她的胃窦幽门部有一个巨大的胃石梗阻,胃石有7×4cm大小。

田耀洲介绍,胃石是

植物食品、毛发等异物在胃内既不被消化又不能通过幽门,而在胃内聚集成团的块。比较常见的胃石为柿石、山楂石和枣石。这些食物内含丰富的鞣酸、果胶和胶质,在胃内遇到胃酸后发生凝结,与纤维素胶合后形成硬块。专家提醒市民,如果空腹或酒后吃柿子、山楂、枣子等水果,特别是未成熟或未去皮的柿子,更易形成胃石。

胃石可引起胃溃疡、上消化道出血、胃穿孔,大的胃石排入腹腔后可引起肠梗阻等并发症。

太忙太闲都容易患上颈椎病

□快报讯(通讯员 程守勤 实习生 蒋振凤 记者 张星)长时间低头伏案工作太忙了会得颈椎病,闲得无事可做也会患上颈椎病,中大医院中医外科副主任屈留新昨天介绍,近期颈椎病人呈现增多趋势,有的患者是工作忙出来的,不少病人竟是“闲”出来的。

据介绍,中大医院最近增多的颈椎病患者约占科室就诊人数的五分之一,患者主要是青壮年,主要症状为头痛、头昏、下肢无力,部分病人伴有恶心、呕吐,走路发飘如同踩在棉花上,经检

查发现大多为脊髓型颈椎病,男女患者均有,患者主要为两种类型,一种是工作压力大、长时间低头工作的大忙人;另一类为闲得无事可做却将时间用在长久看电视或玩电脑游戏或搓麻将上,往往一坐就是四五个小时,加之最近南京气温下降,受寒冷刺激而频频诱发颈椎病。

屈留新提醒,不管工作有多忙、闲得有多无聊,都不能使颈部长时间保持紧张状态,人体维持同一种姿势的生理时间一般只有一刻钟左右,时间越长肌肉就越疲劳。

不足22周早产儿存活率低

英国生物道德委员会在最新公布的报告中呼吁医护人员不要医救孕周不足22周的早产儿,因为他们存活率很低,即便能存活,以后也会出现严重残疾。这份报告指出,目前没有证据显示孕周不足22周出生的早产儿能健康生存;他们的存活率也只有1%;孕满23周的

早产儿存活率为27%。专家建议,只有孕周25周以上的早产儿,医生才应该进行紧急医疗救治;23至24周的早产儿,应该由家长决定是否救治;22至23周的早产儿,医生应该自动放弃,除非医生向家长说明婴儿以后会出现长期的残疾后遗症而家长仍坚持医救。新华

【点击健康关键词】

转季时节多防季节病

降温诱发支气管炎:中大医院中医内科胡曼菁主任医师介绍,上周该科接诊的急性咽喉炎、支气管炎的病人明显增多,占到了就诊人数的四成以上。专家分析,由于最近急剧降温,加上过度疲劳,导致机体抵抗力下降。有相当一部分患者穿衣不得当,一些爱美人士还穿着衬衣、裙子。生活无规律、工作压力大,身体过分透支以及情绪波动等都是诱发因素。空气污染也是导致急性咽喉炎、支气管炎高发的重要因素。

天气干冷皮肤病增多:鼓楼医院皮肤科主任宋伟

说,最近因皮肤瘙痒来就诊的患者增多,这是由于气候干燥,油脂分泌减少,加上经常用肥皂洗澡,而引发的季节性皮炎,患者大多表现为双下肢前侧皮肤出现红丘疹、脱皮屑、裂口、瘙痒等症状,有的在腰部、大腿也会出现。就诊的一些患者为图一时之快,用开水烫脚,用热毛巾捂患处,或是用刺激性的清洗剂多次擦洗,这样只会加剧表皮屏障功能的进一步减弱,导致恶性循环,使患处加重。专家提醒,当前要多饮水,多吃瓜果蔬菜;皮肤局部出现脱皮、瘙痒,要用润肤类的肥皂清洗,也可在患处涂抹润肤油;平时多吃富含维生素A的食品,干性皮肤的女性可以适当进行补水护理。



【本周健康提醒】

吃火锅谨防防病从口入

随着天气变冷,吃火锅的市民越来越多,火锅虽然好吃,但要当心病从口入。南京市第一医院肠道门诊主任颜宁介绍,近来因为吃了不洁火锅引起的腹泻患者有所增多,这些人在吃火锅时为了鲜嫩,不等肉菜熟就下肚,结果引起腹泻等肠道疾病。因此,在吃火锅时,一定要注意肉类的清洁卫生,特别是涮猪肉片、牛肉片时,一定要涮熟再吃。吃火锅的时间不宜太长,因为在吃火锅的同时,胃液、胆汁、胰液等消化液不停地分泌,腺体得不到正常的休息,时间久了将会导致胃肠功能紊乱而发生腹痛、腹泻,严重的可患慢性胃炎、胰腺炎等。

因吃火锅心急,一味追求味道鲜美引起的口腔黏膜患者也有所增加,南京市



第一医院口腔科主任夏金星提醒,吃火锅时,应先将煮好的食物夹出稍冷一下再吃,或用麻油做调味蘸水,既去火又降温。另外,火锅里的海鲜、蘑菇、牛羊肉等,嘌呤含量特别高,痛风的病人最好不要吃。通讯员 徐骏 子青 杜恩 玉艳 宁春 倪娜 快报记者 张星

美放疗“领军企业”正式加盟绿谷

据羊城晚报报道日前,国际著名的放疗设备运营商——美国拓能公司将上海拓能医疗器械有限公司51%的股权出让给绿谷集团。双方由此拉开战略合作的序幕,并

通过绿谷专家服务中心这一平台,为患者提供全面、系统、个性化的服务。

绿谷集团是我国著名的中医药企业,旗下自主创新产品双灵固本散是中国食品药

品监督管理局批准的灵芝现代中药,并已进入美国FDA临床实验,现广泛应用于中国、美国、新加坡等20多个国家。国际最新指纹图谱质控技术已解析出双灵固本散作用于CASPASE酶、拓扑异构酶、P53基因、P38信号通道、RAS基因等的22个

功能团。绿谷旗下另一化疗药沙尔威辛为国家一类新药,已进入二期临床。

通过此次合作,绿谷将拥有包括适形调强放疗、氩氦刀、植物化疗药及现代中药等多项国际先进的治疗手段,为患者提供全面、系统、个性化治疗方案。

中科院技术转换市场的经验成为典范

中国科学院作为中国最高的研究机构,一直在技术转换的过程中不断的探索和创新。如何将科学院的科技成果转化为直接生产力服务于广大民众?通过不断的研讨,1995年,成立了“中国科学院产品网络管理委员会”。其职能就是推动和促进中科院科技

产品的开发、生产及销售工作。

经过10年的发展,中国科学院产品网络管理委员会从最初的5个成员企业发展到210家成员企业,直接将中科院涉及电子、生物、化学、材料等领域的千余项科技推向市场,成员企业年销售总额节节攀升。在此期间,涌现出一

大批优秀的企业和著名品牌,其中包括国内著名健康产业企业——南京中科集团,其“中科院”商标也成为国内健康产业最具价值的著名品牌。

为了充分发挥和加强科学院的优势,推动科技转化市场的力度,中国科学院产品网络管理委员会每年都会

进行“优秀科技成果”的评比。2006年在200多家企业的数千种产品中评比出了3个优秀产品。南京本土企业——南京中科集团研制生产的中科银灵通脱颖而出,凭借其“中药综合保健”的先进理念、高科技含量以及4年的市场验证一举获得“2006年中国科学院重点推荐产品”的光荣称号。

护理熟手紧缺 南京计划扩容

□快报讯(实习生 蒋振凤 记者 张星)在近日召开的南京市护理工作大会上,南京市卫生局有关负责人介绍,多数医院临床一线的护士与实际开放床位的比例并未达标。据介绍,目前,虽然全市护士从总量上来说,已经达到了15000多人,但

对照完成护理工作所需要的人员标准,多数医院临床一线的护士与实际开放床位的比例并未达标。

南京计划到2008年,全市二级医院的编制护士要达到护士的配备标准(实际开放床位数与临床护士数之比达到1:0.4),到2010年全市二级医院的护士要达到配备标准(实际开放床位数与临床护士数之比达到1:0.4)。目前,大医院的实际开放床位数与临床护士数之比只有1:0.36左右。



现代快报便民网

- 十分钟内回复
- 约定时间上门
- 现场回访反馈
- 凭回执单保修

24小时服务电话

96060

特别推荐

家庭装修
环境检测
搬家、开锁

空调快修

(移机、充气、维修、清洗)

50元修大彩电

水电急修

订房订机票

(3300家酒店,最低2-7折价)

- #### 家电维修
- 彩电:21英寸以下(含21英寸)50元,25-29英寸国产60元,进口90元,34英寸140元,背投260元(特殊配件除外)
 - 冰箱、冰柜:30元起
 - 空调:维修:60元起;移机:50元起;充气:80元起;清洗:30元起
 - 中央商用空调:价格面议。
 - VCD、DVD:20-50元
 - 音响:55元起
 - 洗衣机:20元起

- #### 办公设备
- 电脑维修:软硬件30元起
 - 笔记本电脑维修:70元起
 - 显示器维修:55元起
 - 传真机维修:60元起
 - 激光打印机维修:85元
 - 复印机维修、一体机维修;硒鼓加粉
- #### 家政服务
- 房屋清洁:1.2元/平米

- #### 特色服务
- 订房订机票
 - 简易装修、家庭装修
 - 室内环境检测
 - 旧家电回收(彩电、空调、电脑等)
 - 开、换、修锁20元起
 - 搬家、货运120元起
- (所报价格均不含材料费,详细价目表可向服务人员查看)
- 为保障您的权益,需要便民服务请务必拨打快报准24小时热线96060预约登记,服务完成后请致电96060反馈。

新推特色服务

丁渤验房

金陵灭鼠王

灭鼠灭蟑

婚庆、庆典

育婴护理

(月子护理)

法律服务

现场回访 服务升级

8.8

折优惠卡

(材料费和特殊服务除外)