

# 写字楼里,感冒出现小高潮

## 记者调查为您列出冬季高发病排行榜

寒冷的天气导致感冒又出现了一个小高潮,记者昨天在南京多家医院采访时发现,这两天各家医院接诊的感冒病人都比前段时间明显增多。专家在接诊中发现,这些感冒患者中,不少病人是在写字楼里工作的。记者在调查中发现,除了感冒外,冬季高发病排行榜中,心血管疾病、脑血管疾病、呼吸系统疾病、消化系统疾病、皮肤类疾病的病人都比较多。

### 不少感冒患者在写字楼工作

江苏省中医院呼吸科主任医师史锁芳说,最近持续降温,感冒患者比前段时间明显增多,发病比较急。以前的感冒患者起初大多出现流鼻涕、头疼等症状,但这次不少病人感冒后很快出现了咳嗽、头昏甚至支气管炎的病症。

专家在接诊中还发现了一个现象,这些感冒患者中,有不少是在写字楼里工作的,对于这种感冒专家形象地称为“冬季写字楼病”,这主要是因为写字楼里通风不畅、大量使用空调,导致感冒病菌容易传播。一名年轻女患者说,她所在的办公室有一半的人感冒了,她认为是同事传染给她的。专家说,写字楼里的窗户少,最近天气寒冷,一天到晚开着空调,空气不流通,感冒病毒就容易传播。

### 不开窗,感冒病毒跑不出去

南京市疾控中心主任助理陆小军昨天介绍,从目前对南京市流感监测点监测到的数据来看,流感的情况没有出现明显的异常。但从往年的流感监测情况来看,当前正是流感的高发期,因此市民还是要提高防范流感的警惕性。

从目前情况来看,医院接诊的感冒患者所患的主要是

普通感冒,多是受凉引起的。当前市民之所以会感觉到感冒病人比较多,一是因为冬季本来就是呼吸道疾病多发期,二是最近连续降温,体质较弱者、慢性病患者如果不注意保暖,就会被感冒“击倒”。

写字楼里的工作人员之所以容易患上感冒,一方面是办公室窗户个个都紧紧关着,同时开着空调,病原性细菌或病毒不能及时排出室外,本来空气流通就不好,要是感冒患者打个喷嚏,更是无处可逃。另外,如果长时期处于办公室这种有多种不良因素蓄积的封闭环境中,而且开着空调室温相对比较恒定,过于“舒服”,人体的应激能力和自身免疫功能就可能下降或失衡。

### 写字楼里要常开窗通风

对于感冒的“上班族”来说,最好先自我隔离。可以吃一点药,休息一天半天的再去上班,以免传染给其他人。如果不允许在家休息,那么为了他人健康,在办公室里最好戴上口罩。对于没有患病的人,最好的办法就是加强锻炼。另外,开窗通风可以降低室内的微生物浓度,从而减少感冒传播的可能性,比如每天早上第一个到办公室的人,可以先开窗20分钟;中午休息的时候,再开窗一段时间。

## 冬季高发病排行榜

记者近日走访了江苏省中医院、鼓楼医院等大医院,初步调查发现,冬季高发病排行榜中,依次为:心血管疾病、脑血管疾病、呼吸系统疾病、消化系统疾病、皮肤类疾病。

### 心血管疾病

江苏省中医院相关专家介绍,从近期门诊统计数据来看,心血管疾病患者占到了20%左右,排在首位。

代表病种:心肌梗塞  
高危人群:老年人、高血压、高血脂、糖尿病、肥胖、缺乏运动及有心血管疾病家族史的人群

预防策略:注意保暖,避免血管过度收缩;多喝水,降低血液黏稠;不要吃生冷食物;减少晨练的次数;保持情绪稳定。

### 脑血管疾病

冬季脑血管疾病患者所占比例在15%左右,排在第二位。

代表病种:中风、脑卒中  
高危人群:老年人、高血压、高血脂以及有脑血管疾病家族史的人群

预防策略:注意保暖;有病史的人注意按时吃药;

饮食清淡;保持情绪稳定。

### 呼吸系统疾病

在医院门诊中比脑血管疾病患者所占比例略少,暂居第三位。

代表病种:感冒、老慢支、哮喘  
高危人群:亚健康人群、老人、孩子

预防策略:做好个人防护,适当加强营养,多喝水,进行体育锻炼;使用空调时,保持环境通风顺畅。饮食上,可以用黄芪、防风炖排骨汤,或者使用山药、荆芥炖乌骨鸡汤,都有预防感冒的功效。

### 消化系统疾病

在医院患者中比例暂居第四位。

代表病种:胃溃疡  
高危人群:慢性消化系统疾病者、工作学习压力大者、饮食不正常者  
预防策略:保持正常的饮食习惯,不要暴饮暴食;注意劳逸结合,不要过于劳累,精神上也不能过于紧张。

### 皮肤类疾病

从医院中患者比例来看,暂居第五位。

代表病种:皮肤瘙痒  
高危人群:皮肤较为干燥者

预防策略:冬季洗澡不能太勤,洗澡不要用碱性的沐浴露,并且在洗澡之后一定要使用护肤霜;多吃新鲜的蔬菜,补充体内各种维生素。

快报记者 张星

## 40岁的人 90岁的血管

### 一年轻老总年关忙应酬突发心梗

本报讯(通讯员 冯瑶 记者 安莹)疲于奔命忙于应酬的年末,害苦了不少人,也有人因此差点赔上性命。日前一年仅42岁的企业总经理就在应酬中突发心肌梗塞,幸亏送到江苏省中医院抢救及时,否则性命难保。这是该院近两日抢救的第5例突发心梗的患者。

这位老总身体很棒,由于平时应酬多,活动少,年纪轻轻就身材走样,肥胖,高血脂、高血糖,抽烟也很凶。将近春节,忙于到处应酬,有时甚至是一场赶一场,没有休息。前几天的一个晚上又与朋友喝酒,晚上9点多钟,酒过三巡的他突然在包间里出现胸闷、头晕,紧接着出现呼吸困难、大汗,朋友们急忙架着他上车

送往江苏省中医院急救中心,心电图提示:广泛前壁心肌梗塞。此时,情况非常危急。

很快,医院心内科王振兴副主任医师赶到,立即为患者紧急做血管造影,结果发现病人情况比预想的要糟糕得多,心脏上三根血管出现严重病变,最大的血管已全部闭塞;另外两根血管又严重狭窄,年纪轻轻的他心脏上的血管比90岁老人的血管情况还差,如果不进行介入手术,病人危在旦夕;对这样一个年轻的“老”,王振兴带领手术组医生决定采取分阶段介入治疗。目前,该患者情况稳定,这次突发心梗给他敲响了健康的警钟,如果他还像以前一样透支健康,必然会对身体造成更大危害。

## 鼓楼医院

### 平均每天一个“试管婴儿”

据专家估计,江苏可能不孕夫妇超过100万人,已成为继心脑血管和肿瘤之后第三大疾病。但在南京鼓楼医院,却有一支团队被称“送子观音”。昨天,医院专家告诉记者,过去5年,他们共进行了“试管婴儿”4000余周期,已分娩了1639个健康的宝宝。专家透露,不仅如此,医院还大胆开拓玻璃化冷冻等新技术,江苏第一个“玻璃冷冻婴儿”就是诞生在鼓楼医院。

### 平均每天有一个“试管婴儿”

据鼓楼医院的统计,今年医院的生殖医学中心临床妊娠率已经接近70%,累计临床妊娠率为74.8%,也就是说取一次卵,怀孕的几率可以达到74.8%,而自然怀孕,一个月大约只有25%。根据鼓楼医院统计,从2002-2007年,共分娩了1639个健康的宝宝,近几年,差不多每天几乎都有一个“试管宝宝”诞生在鼓楼医院。

前年,医院还成功开拓玻璃化冷冻等新技术,这个孩子2006年10月出生的。据专家介绍,玻璃化冷冻技术是一项

用来辅助不孕不育夫妇生殖的试管婴儿技术,它改变了过去“脱水平衡、降温零下二十摄氏度再结冰”的程序化冷冻方式,使在胚胎冷冻过程中无冰晶形成,胚胎与高浓度冷冻液接触后六分钟就被冷冻成“玻璃样的小人”,将这样的胚胎再植入人体,从而受孕。

### 不孕症最常见的原因 为输卵管

专家告诉记者,据统计,不孕症患者约占育龄夫妇的15%,江苏约有3500万的育龄夫妇,不孕夫妇估计超过100万。不孕症最常见的原因,大约35%为输卵管和盆腔的病理问题,35%是男性问题,排卵功能障碍占了15%,不明原因的不孕症占10%,罕见的问题则为5%。专家告诉记者,尽管现在试管婴儿成功率已经比较高,但是43岁以上的患者,妊娠率非常低,流产率和畸形率非常高,因此,对于43岁以上的患者,不建议进行“试管婴儿”。

通讯员 刘宁春  
快报记者 刘峻

**新协和整形美容**  
http://www.xinxiehe.com  
韩式医学整形美容临床基地

**迎新年 韩式整形特惠风暴**

活动期间  
以下整形美容项目  
全面优惠200-500元,  
消费满5000元  
送复合彩光嫩肤一次,  
还有更多大礼等你拿  
活动时间:即日起至元月31日

**韩式无痕双眼皮 一针无痕**  
术前即可看到术后效果,术后不红不肿,不变形,效果逼真自然,宛如天生,随做随走,当天即可上学、上班。

**韩式隐形隆鼻 一针无痕**  
配合脸型从鼻梁、鼻梁鼻头、鼻孔到鼻尖等进行整体“精雕细琢”,使隆鼻后挺拔、俊俏、和谐、圆润、逼真。十分钟让你拥有韩式美鼻。

**复合彩光嫩肤、脱毛 再现青春光彩**  
通过光子系统+射频系统表皮冷却系统,从根本上祛除各种色素和斑,美白嫩肤。同时可一举祛除腋毛、手背、腿毛、眉毛等不雅体毛,不再复生。

**韩式聚能震波吸脂 性感美人**  
直接针对面、颈、背、腰、腹、臀、腿等各个部位进行形体雕塑。安全高效,手术时间短、无痛苦,不反弹,术后皮肤不松弛,有弹性。

经典项目:韩式双眼皮、韩式隆鼻、面部改形、吸脂减肥、韩式隆胸、祛除眼袋、除皱、妇科整形、祛胎记、红血丝、各种斑、痣、疣、文身、疤痕、脱毛、复合彩光嫩肤等

025-84514666 84502266 地址:南京市新街口程阁老巷20号四楼

**整形特价优惠 一样的技术,不一样的价格!**  
(正广大美美容,更实惠更贴心)

项目	原价	优惠价
仿真隆鼻	800元	680元(国产假体)
不开刀双眼皮	3800元	2000元(韩国假体)
不开刀双眼皮	800元	500元(仿真)
眼袋矫正术	1200元	800元(非手术、电解除去脂肪)
	1600元	1100元(手术)
彩光美白祛斑	2500元/次	2000元/5次
仿真植发	800元	480元/专业无痕、无痛、自然
微创仿真隆胸	8000元	4600元(含假体、麻醉费、手术费)
	22000元	12800元(进口假体、麻醉费、手术费)
	23800元	15800元(美国假体、麻醉费、手术费)
吸脂减肥	1600元/部位	980元/部位(瑞士共振超声吸脂)
激光脱毛	1000元	500元/双刺

同时开展:瘦脸、全面部除皱、酒窝再造、韩式隐形提眉术、祛痣、电脑洗眉、洗纹身、妇科整形、修改不理想的美容手术

http://www.ananmr.com QQ:178072518  
美丽热线:025-84209537 南京新街口淮海路38号六楼(中央商场对面)节假日不休

**中国医学科学院皮肤病研究所 激光治疗美容中心**

**OPT激光除皱·紧致肌肤**

★专业祛皱领域的首选,让你看起来更年轻

非手术有效祛除面部皱纹,收紧眼袋,使松弛粗糙的肌肤变得细腻、弹性,轻松抹去岁月痕迹!

精品项目:各种胎记、雀斑、红血丝、黑毛、妊娠纹、肤质粗糙、毛孔粗大、疤痕、黑痣、太田痣、鲜红斑痣、咖啡斑、色素痣、消除各种文身、眼纹、泪纹等

美丽热线:025-85412124 85478000 www.goodskin.cn  
地址:南京蒋王庙12号 乘车路线:2路、10路、11路、45路、68路、69路、70路、118路、136路