

### 婴儿咳嗽 谨防百日咳

近一时期,南京市第二医院感染病科陆续收治了9例百日咳患儿,年龄2-8个月,病情皆较重。在诊治过程中医师发现了一个共同点,就是患儿的家长均有不同程度的咳嗽。

一个两个月大的女婴,半月前出现咳嗽,先为单声咳,后为连声咳,家属未予重视。近一周来阵发性痉咳伴鸡鸣样回声,昼轻夜重,在当地医院以支气管炎入院治疗,效果差。于6月11日转南京市第二医院救治。还有一个3个月大的男婴,近5天来咳嗽,初为单声咳,第3天即转为痉咳,伴憋气,面紫。6月11日入院时有咳嗽,憋气明显,呼吸促,心率快。该院医护人员已对所有入院百日咳患儿进行精心救治。

该院姚文虎主任医师介绍说:百日咳的流行病学主要是大人传给小孩,大人如有咳嗽,应注意戴口罩,回避年幼的儿童。小儿如出现痉咳、鸡鸣样回声,昼轻夜重等,因警惕百日咳的可能,要及时到正规医院治疗。

通讯员 嵇旭东 张立 快报记者 金宁

### ■讲座回放

# 五驾马车 有效防治糖尿病

近日,现代快报健康教育大课堂推出《糖尿病的夏季运动与饮食》讲座,主讲专家东南大学附属中大医院内分泌科主任孙子林以通俗易懂的语言,给广大读者进行讲授,现场听众受益匪浅。据了解,本次活动由强生血糖仪特别协办。讲座现场,医生还特别为读者提供了免费空腹血糖检查。

### 患者对自己缺乏约束

孙子林主任对读者说,随着糖尿病患病时间的延长,身体内的代谢紊乱如得不到很好的控制,可导致眼、肾、神经、血管和心脏等组织、器官的慢性并发症,以致最终发生失明、下肢坏疽、尿毒症、脑中风或心肌梗死,甚至危及生命。糖尿病是一种常见病,随着生活水平的提高,糖尿病的发病率逐年增加。发达国家糖尿病的患病率已高达5%-10%,我国的患病率已达3%。当病人出现多尿、多饮、多食、疲乏、体重减轻以及视力模糊等情况时,应该怀疑是否患上糖尿病所致。

专家向听课者介绍,多年来糖尿病防治最经典的策略就

是“五驾马车”,即饮食治疗、运动、合理用药、自我监测及糖尿病教育,而赶车人就是糖尿病患者本人,但是“五驾马车”的要求对于糖尿病患者来说,比较多地停留在理论上,大多数患者对自己缺乏严格的约束。

在相当庞大的患病人群中,仅有不到1/3的病人治疗比较规范,绝大多数的糖尿病患者没有得到很好的控制,糖尿病患者普遍不重视自身病情控制,对糖尿病的认知度很低,对糖尿病的危害认识不足,难以做到合理的治疗、监测、饮食和运动,手中缺少自我管理的实用技能和措施,以致糖尿病人血糖、血压、血脂等指标达标率过低,各种意外事件频频发生。

### 糖尿病自我管理很关键

针对现场读者关心的哪些是糖尿病高危人群的问题,专家解释说,年龄大于45岁,体重超常的人,有糖尿病家族史者,有餐后低血糖者(心慌、出汗),有高血压或心脑血管病者,年龄超过30岁的妊娠妇女,有妊娠糖尿病史者;有多囊

卵巢综合征的妇女等,这几类人群都要警惕糖尿病。此外,一些常年不参加体力活动的长期坐班者,使用一些特殊药物者,如糖皮质激素、利尿剂等都要注意检查自己的血糖情况,防患于未然。

糖尿病患者应养成哪些良好的生活习惯?专家建议患者首先要保持良好的心情,不悲观、不急躁。坚持科学的运动方式,譬如,如果你并不是一个热衷于运动的人,可以从每周5天10分钟的运动量开始,逐步增加直至30分钟。哪怕只是每天几分钟,也是运动防治糖尿病的良好开始。与此同时,患者还要坚持规律平稳的饮食,忌暴饮暴食,彻底戒烟,每天检查自己的双脚,不去公共场所修脚,不要长时间静坐,按时服药、定期检查。快报记者 金宁

预告:6月29日(本周日)上午8:30,《糖尿病病人自我血糖监测的重要性》在南京科学会堂举办,主讲人为东南大学附属中大医院内分泌科副主任医师金晖,讲座现场免费监测血糖。

### ■医线报道

## LASIK手术 要考虑机构和设备

据南京宁益眼科中心历年来的数据统计发现,每年寒暑假都是准分子激光近视手术的旺季。眼科中心专家提醒众多有手术愿望的近视患者,手术时一定要充分考虑手术机构和手术设备等诸多因素后再选择。

由于技术的成熟,设备的更新,手术“去镜”渐成时尚。南京宁益眼科中心的专家分析说,近视眼的群体占到了总人数的30%,南京的准分子机构也在几年内激增,目前大大小小的机构已经有数十家。记者在一次小范围的调查中发现,接受手术的人群多在25-35岁,专家分析,这个群体更多面临升学、就业的压力。

据宁益眼科中心鲍连云副主任医师介绍,目前快捷、方便的治疗近视的方法通常是准分子激光LASIK治疗。近视有真假之分,根据医学原理和临床实践,任何治疗仪和其他非手术方法只能对预防和治疗假性近视有一定帮助,而解决真性近视目前通常使用准分子激光LASIK治疗。准分子激光手术并非人人适用,接受手术者必须符合多项条件,如年满18岁以上,近视度数稳定一到两年,没有发生眼底病变等。手术年龄必须年满18岁,因为此时发育基本

稳定;而一至两年内近视度数稳定则是相对而言,近视度数不可能绝对不变,即使是成年人也可能出现近视度数加深。一般来说,每年近视度数变化在50度左右,都属于稳定,可以进行手术治疗。“该手术要求眼部没有活动性眼病,如果患者出现角膜炎或是结膜炎,必须治好后方可进行手术,否则术后会出现并发症。”

很多近视患者通过这种办法摆脱了眼镜困扰,在患者决定要做准分子激光手术后,需要提前到医院进行详细的术前检查,以确定是否适合施行该手术,术前三天滴常规的眼药水,手术当天眼部切勿化妆,以免造成术后感染,配戴隐形眼镜者需要提前两周摘镜准备。专家提醒市民,LASIK手术使患者解除了近视,摘除了眼镜、提高了生活质量。术后可以正常看书、看电视、用电脑等。但仍要注意正确用眼,保护视力,如连续近距离用眼一小时左右需休息或远眺片刻,以缓解眼睛疲劳。养成良好的用眼卫生习惯,做到三要三不要,即姿势要端正,距离要一尺,用眼要间隔休息,不要光线太强或太弱,不要躺卧看书,不要晃动看书,避免过度用眼,更不能过久看电视、上网或玩各种类型的游戏机。快报记者 金宁

## 稳豪倍易,让他重拾生活信心

两年前,小力被查出患上了糖尿病。不到40岁,正是为家庭和事业奋斗的年龄,却要胰岛素、降糖药打交道!看到身边很多患者乐观地生活,小力也平静了下来。医生让他每周去医院查几次血糖,但工作忙,时间无法保证,不能根据血糖数据来调整饮食、药物,对控制病情不利。看到强生血糖仪的免费试用活动,赶紧报了名。

稳豪倍易有四种颜色。小力选了一款红色的带回家。试用了一周,七天21次精准的测试结果给医生看后,让他吃了一颗定心丸,控制得不错。

稳豪倍易方便快捷。不用上医院,带着它,在家,在单位,都可以轻松完成。我习惯在每次用餐前半小时测血糖,然后根据监测的数据来安排饮食和运动。

稳豪倍易型血糖仪测试时采血量少,反应快,5秒就能显示结果。早餐前、午餐前、晚餐前各测试一次,极为方便。及时掌握了自己的血糖变化,配合医生进行调整,坚持一天三测也并不难。更重要的是,它让小力的工作和生活质量大大提高,让他重拾生活信心。强生特邀专家点评:南京医科大学第二附属医院内

### 内分泌科主任 缪琦

控制血糖,需要多方面的努力。这位患者虽然已开始健康心态的生活,但由于客观条件受限而无法经常去医院做血糖测试。而稳豪倍易采用了已在医院临床使用五年多的强生经典稳豪技术,精准性久经考验,让他可以放心坚持在家进行血糖监测。衷心祝愿他能够保持这样的心态和监测频次,驾驭好自己的生活。

强生血糖仪免费试用电话:800-820-1800

患者试用心得投稿邮箱:jju@edapr.com 沪医械广审(文)2008050114号

## 口臭不难治 关键是选药

口臭是病的症状、口臭、口干、口苦、胃灼烧心 有害健康不可忽视。

口臭不仅影响您的工作和社交,还是体内病症的信号,口臭是病的症状!顽固而严重的口臭,其病因是体内胃肝胆湿热雍积,引起胃失和降,肠燥便秘,胃肠功能失调,导致浊气上逆,口干,口苦呼出气味恶臭。治病求因,对症施药,才能治愈疾病。但治疗时要注意一些苦寒药材会使胃肠功能失调,甚至苦寒伤胃,口臭卷土重来。

贵州万顺堂生产的苗药养阴口香合剂(国药准字Z20025095)具有滋阴生津,清胃泻火,行气消积的作用,

选用云贵高原药材金钗石斛鲜品入药。现代化的加工技术精制而成,使天然药物的有效成份充分保留。既能够治疗体内湿毒热邪,又能够滋阴养胃。养阴口香合剂效果良好,有好信誉。成为治疗顽固性口臭、口干、口苦胃热烧心的老少皆宜的良药。中老年人常用还能够起到滋阴的作用。两盒一疗程,一般2-3疗程即可。黔药广审文:2007060099 经销地址:南京:先声百信 国盛 三九 筑康 健军 金陵 江宁 区 颐年堂 上元各连锁 同仁 益丰 芝林 泰康 下关 东吴 宝丰 太平 康鑫 各大药房 无锡:汇华强盛 健康参 药 海王各连锁 荣康药店(四

院对面) 江阴:大众药房连锁 宜兴:三九药店 苏州:礼安 海王星 星辰 甬上各连锁 中诚 粤海 吴江:海王(永康路) 常熟:家福(方塔街) 常州:武进 人寿天 海王各连锁 网 址 :http://www.gzwt.org

咨询热线:8008970028 南京:13915945596 无锡:13225101671 苏州:13295180915 常州:13771978253 招聘江苏省经理、地区经理、OTC代表。联系电话:13809479490

## 铲除鸡眼、老茧 用茧清

老茧是脚部皮肤角质层堆积,而鸡眼是角质层长期摩擦增厚呈圆锥型,扎入皮肤疼痛难忍,常规方法很难断根。

茧清采用国际领先生物膜技术生产,先药物泡脚,后抹成膜剂,快速杀菌,渗透软化脱落茧组织,无腐蚀、无痛苦,1至2周后鸡眼老茧会自动起层脱落(两盒/周期)。

电话:025-85697658 可送货:新街口第一药店、鼓楼志信堂、光华门大药房、中央门国盛、中华路351号仁人药房、下关区国泰、迈皋桥华电路好邻居(苏州路分店)、江宁颐年堂、大厂经久、六合嘉伦光彩、苏州:丛草堂、吴江:中心、大明 张家港:丰

盛堂 太仓:御寿堂 昆山:三秘堂 常熟:人民南通:钟楼 盐城:金龙、亚邦 泰兴:仁源生南门 靖江:康泰 姜堰:杏林 无锡:康怡 江阴:康龄堂 宜兴:康怡 常州:新丰 溧阳:天府、恒康 扬州:恒发、荷花池 镇江:人民 丹阳:老寿星 徐州:戏马台恒生

凭高考准考证  
做准分子激光治疗近视  
可获200元优惠

NYEC  
南京宁益眼科中心  
(原鼓楼医院眼科)

地址:鼓楼医院五楼门诊 就诊预约电话:025-83224736 83304616-50565

## 皮肤癣不再顽固 清除过敏病

——特邀国际过敏病康复协会会长桂主任亲诊

顽固性皮肤病是一种顽固性皮肤病,主要表现为红色斑疹、丘疹或斑块,皮肤层层脱屑和瘙痒,严重时连成一片,上面覆盖着多重的银白色鳞屑,去掉鳞屑可见红色半透明薄膜,如破损可见点状出血。

位于上海路4号的南京市鼓楼专家门诊部(一楼)皮肤病专家桂主任从事顽固性皮肤病三十多年临床研究发现,银屑患者的表皮细胞的分化机制已经紊乱,导致老化的表皮细胞还没有脱落,新的表皮细胞有冒出来,于是分化不完全的表皮细胞迅速堆积,形成银白色的鳞屑。本院银屑病研究中心率先采用基因免疫疗法,恢复治疗牛皮癣取得重大突破,经国内外多家权威医院临床验证,是目前治疗顽固性皮肤病的理想疗法,5天修复破损基因细胞,调节自身免疫功能,清除体内毒素,彻底治疗牛皮癣。

特邀中国银屑病研究院桂主任亲诊  
电话:025-84707298 节假日不休  
郑重承诺:无效免费治疗,一般1个疗程即可康复。  
地址:南京市上海路4号(省水利大厦对面)火车站、汽车站乘13路或市内乘3、13、43、48、83路到五台山下

过敏病(荨麻疹、湿疹、皮炎、皮肤瘙痒症、结节性痒疹、紫癜、顽固性皮肤病等各种过敏性皮肤病及过敏性鼻炎、过敏性哮喘)为何容易反复发作。目前传统过敏病治疗抗过敏及外用(外喷药)等不科学治疗,用时效果明显,一旦停药症状再次出现。

位于上海路4号南京市鼓楼专家门诊部(一楼)过敏病研究中心过敏病专家桂主任通过学术交流充分吸收了美国、英国、日本等国家先进治疗过敏病经验。经过三十多年过敏病临床研究,通过数万例过敏病成功临床实践,独创“中医脱敏疗法,基因免疫疗法”调节自身免疫功能,阻断过敏介质释放,纠正过敏体质。1-3天症状消失,达到彻底治疗的目的,成功的解决过敏病“治疗不彻底”和“容易发作”两大医学难题,填补国内这一医学空白,进入过敏病医学领域新时代,该疗法达到世界医学领先水平,无效免费治疗。电话:025-84707298

会诊时间至2008年7月8日 免费赠送超强脱敏药物2支,药品优惠10%无假日医院 注:本疗法在中国只限本院使用,谨防假冒。  
地址:南京市上海路4号鼓楼专家门诊部一楼(省水利大厦对面)火车站、汽车站乘13路或市内乘18、29、43、48、83路到五台山下