

■医线快报

孕妇贪凉,天热也频频感冒

苏小姐怀孕7个多月了,在高温里却鼻涕眼泪齐流。“这几天像苏小姐这样患感冒的孕妇还真不少”,南京市妇幼保健院产科王欣主任说,很多孕妇患感冒主要是因为贪凉,特别是因为进出空调房不注意引起的。

王主任介绍,在高温的环境中,如果不注意防护,人体体温调节中枢失调,散热功能降低,体温升高,这个时候如果突然进入有空调的室内,温度骤降10—20摄氏度,人体很难适应。在高温环境中,毛细血管扩张,利于降温,而进入低温环境,毛细血管突然收缩,使机体平衡紊乱,导致热感冒发生。孕妇夏季感冒大部分是因为身体着凉,血液受到冷却而反射性引起鼻子和喉

咙一过性缺血,使抵抗力减弱,感冒病毒乘虚而入。夏季感冒还会有口渴发热等内热现象,所以才称为“热伤风”。

王主任提醒,天热孕妇在孕期更应注意劳逸结合,不要过度疲劳,因为身体劳累,免疫力就会下降,促使潜伏在咽喉、口腔的病毒入侵。王主任同时说,孕妇夏季热伤风是可以预防的,一方面加强锻炼,注意饮食调节,保证足够的睡眠时间,不要在通风口长时间吹凉风;晚间使用空调时注意保温,最好穿一件薄的棉长袖上衣,一般温度保持在27摄氏度左右即可;同时饮食方面要多摄入维生素C、水果与蔬菜。

通讯员 孔晓明
快报记者 金宁

夏季最好不要光脚穿鞋

记者昨日在南京市第一医院皮肤科采访时了解到,不少市民因贪凉光脚穿着凉鞋,引发丘疹、起水泡等接触性皮炎。

据该院皮肤科吴振全副主任医师介绍,炎热夏季,人的双脚本就容易出汗,不穿袜子直接穿鞋,会使脚上的皮肤直接浸泡在汗液里。如果穿的是透气性不太好的皮凉鞋、塑料凉鞋,更容易引发脚部真菌感染以及其他脚部疾病。此外,许多凉鞋、拖鞋是用化学物质制

成的,大多是用聚氯乙烯树脂加工而成,同时加入了增塑剂,有的泡沫塑料鞋还要加入发泡剂。这些化学物质对人们的皮肤都有一定的刺激性,有的人接触到这些物质就会产生过敏反应,出现皮肤发红、丘疹、糜烂或起水泡等症状。

专家提醒,夏天最好不要光脚穿凉鞋,天热的时候,可以选择薄一点的棉质袜子便于吸汗,必要时加垫棉质鞋垫。

通讯员 徐骏 快报记者 金宁

糖尿病也会导致手脚麻木

贺老师早就患上了颈椎病,前一段时间,贺老师出现双手麻木、双脚麻木的现象,他以为颈椎病又犯了,于是来到鼓楼医院镇痛科门诊治疗颈椎病。医生发现,贺老师的手脚麻木不能单纯用颈椎病来解释,一查血糖和尿糖,发现引起贺老师手脚麻木的“元凶”是糖尿病。

鼓楼医院镇痛科陆丽娟副主任医师说,糖尿病患者多会出现末梢血管和神经的病变,这种末梢血管和神经病变在血糖控制较好的情况

下也会不断进展,有些严重病人可能出现末梢肢体的缺血坏死而需要截肢治疗。

专家提醒,手脚麻木并不一定都是由颈椎间盘突出或腰椎间盘突出引起,患者要特别注意手足部的保健,防止外伤。改善循环除了使用药物以外,进行颈腰部交感神经的注射或毁损治疗,也会有很好的效果,它也能增加末梢肢体的供血,促进侧枝循环再生,很大程度上减少末梢肢体坏死的发生。

徐家燕

关注男性健康系列报道之七

中年男性应重视健康体检

“关注男性健康,就是关心家庭的幸福和稳定”,最近,《健康》周刊刊登了男性健康系列报道,读者纷纷发送短信向专家提问。中央门外的许先生说,以前身体哪里不舒服,自己总是不当回事,认为挨一挨就会过去,现在他明白了男科疾病很普遍,经常看男科医生也是男性保健的一种方式。南京建国男科医院的专家提醒市民,男性,尤其是中年男性不能忽视自身健康。

白求恩基金会在江苏站活动现场——南京建国男科医院统计显示:到目前为止,本次活动共接诊各类男科疾病患者3000余人次。其中各类前列腺疾病患者占有就诊人数的35%;泌尿生殖感染患者占23%;性功能障碍患者等20%。这三大男科疾病患者占总人数的78%。此外,包皮包茎患者占16%;男性功能重建及阴茎延长占6%。这些数据反映出目前男性疾病的发病特点,也显示男性健康状况不容乐观,男科疾病已成为危害男性健康的绊脚石。

中年男人由于工作、生活压力最大,加上尚未步入老年,表面上体质还算稳定,所以潜伏着的隐性危机最大,最需要重视体



资料图片

检。中年男人工作繁重,时间较少,往往无法详细完成各种体检。那么,他们的体检重点应该在哪里呢?南京建国男科医院丁学刚主任重点向男性推荐了以下几个项目:

血压测量: 血压可以经常测量。一般来说,如无心脏病,在50岁以前应1-2年测量一次,超过50岁应当每年检查。如有家族高血压史,或心脏病、糖尿病及体重过重,测量的频率应高些,甚至要持续一段时间动态观测血压情况,具体由医生来定。

血脂检查: 血脂检查尤其检测胆固醇水平,这可以

帮助你评估患冠心病的概率。从20岁开始,应该每年做一次检查。如果胆固醇水平比正常高,或有冠心病家族史,则应向医生咨询是否需要更频繁地检查。

直肠、结肠检查: 检查主要从45-50岁开始,如果结果是正常的,则以后每3-5年检查一次。如果有息肉、结肠癌、溃疡性结肠炎的家族史,检查的次数应更多。如果出现大便习惯改变,或大便性状改变如血便等,应立即请肛肠科医生诊断。

前列腺检查: 前列腺是男性身体重要的一部分,前列腺炎或前列腺增生都是常见病,却也是容易反复的病症。普通的数字型直肠检查(DRE),可直接检查前列腺的异常增生或肿瘤。前列腺特别抗原检查(PSA)可测量一系列隐藏在血液中的蛋白质。建议从35-40岁开始,每年都进行前列腺的有关检查。

睾丸检查: 医生建议每月自我检查睾丸是否有异常的变化,但这不能代替医生的专业检验。目前认为,睾丸癌愈早确诊愈容易治愈。15-35岁的男性,应至少每2-3年进行一次睾丸检查。

快报记者 金宁

强强联手抗肿瘤将有新进展

近日,中国科学院与中国药科大学签订合作协议,共同进行灵芝孢子油抗肿瘤合作研究。中国药科大学是教育部直属的国家“211工程”建设高校,是我国第一所独立设置的高等药学院校。

南京中科集团(简称南

京中科)是由中科院及其科研人员控股的高新技术企业,主营现代中药和中药保健品的研制、生产与销售,拥有独立的研发中心,已先后成功推出了中科灵芝破壁孢子、中科灵芝孢子油、爱特(AT)等30多个产品,拥有10多项发

明专利,在自主知识产权方面走在同行前列。

双方多年来友好合作,在人才培养、新药开发、GMP规范实施等方面均建立了密切联系。近年来就灵芝孢子等现代中药的深入研究和抗肿瘤作用机制、药效学、质量标准、

指纹图谱等的研究已取得阶段性成果,为进一步落实国家“十一五”规划中关于企业自主创新与中科院产科研相结合的方针,双方达成战略合作协议,这将更好地推动中药现代化的进程。

(刘佳)

昔日白衣天使今朝抗肿瘤明星

彭美兰,一个曾在抗美援朝凯旋的旗帜上添了最绚烂一笔的白衣天使,在2003年查出患乳腺癌,她坦然走上抗肿瘤战场,凭着坚定信念与不屈服命运的勇气顽强与病魔斗争。“在我心灵的深处,开着一朵玫瑰,我用生命的泉水,把她灌溉栽培”,79岁的彭美兰在接受记者采访过程中深情地唱了起来。

“我的生活充满阳光”

彭美兰有个和睦幸福的家庭,夫妇恩爱相伴,儿女和媳妇、女婿个个孝顺懂事,家庭的温暖是她抗病魔的坚强后盾。每当彭美兰提起家人总是一脸幸福,彭美兰告诉记者,今年国庆是与老伴结婚53周年纪念日。“自从我患了肿瘤,老伴、儿女和媳妇、女婿个个轮流来医院照顾我,是他们关怀与鼓励使我的生活充满了希望。”

2003年8月,彭美兰无意中发现自己左边乳房有硬块,并隐隐作痛。曾当过军医的她突然间有种不祥的预感。第二天,在女儿的陪同下,前往深圳市人民医院做钼靶检查,结果显示为乳腺恶性肿瘤二期。“这怎么可能呢?”彭美兰和家人再到红十字会医院复查,结果明确:必须及时手术!“恶性肿瘤”如惊雷使她震惊恐慌,但事实摆在眼前,彭美兰深知悲痛与

惶恐并不能解决问题,“与其自怨自艾倒不如尽早治疗”。朴实无华的言语,透露出彭美兰天性中的刚毅与坚强。

调整好心态,家人迅速和广州医院第二附属医院取得联系。2003年8月28日,在亲人的安慰与鼓励下,彭美兰做了左乳切除手术。由于发现早治疗及时,手术很顺利,肿瘤细胞并未出现转移现象。随后,面对一次次化疗,这个坚强的老人,忍受着常人难以忍受的痛苦,从没喊过一声痛,始终是那样乐观坚强。看着家人和朋友流泪,彭美兰甚至还反过来宽慰他们。

“我有信心活到一百岁”

出院后,曾为军医的彭美兰,深知康复期治疗的重要性。在主任医师、专家们的指导下,她明白靠单打独斗的办法是行不通的,手术、化疗本身有局限性,不可能彻底把肿瘤细胞消灭。专家指出必须采用综合治疗,中西医结合,科学的治疗方法才能有效杀死潜藏的肿瘤细胞,防止复发转移。经好朋友介绍,她参加了肿瘤防治健康教育基地举办的活动,通过参加各种活动,咨询肿瘤专家,彭美兰对自己的病情有了清楚认识,同时,她了解到中国科学院研制的中科灵芝孢子油对肿瘤的治疗有很好的

辅助作用,便抱着试试看的心态服用了中科灵芝孢子油。彭美兰说,刚开始服用时,感觉精神状态变化较大,变得更有精神了,吃饭也香了,睡觉也好了。经过半年多时间的服用,身体抵抗力明显增强,连感冒现象也少了,感觉人也精神多了,体重增加了6斤多,现在身体感觉越来越好了。

“女性一定要注意定期的检查,尤其是过了三四十岁以后更要留意自己的身体状况”。彭美兰在介绍自己的康复经验时说“合理膳食,适当运动,心理平衡,我有信心活到一百岁”。现在,彭美兰除了服用中科灵芝孢子油,她几乎天天都和老伴去东湖公园锻炼身体。做广播体操、养生气功、打太极拳、散步、唱歌、读杂志及报纸成了彭美兰每日必做的事。彭美兰在采访过程中,还为记者高歌了几句,听其响亮的歌喉,怎么也看不出眼前这位79岁的老人还是乳腺肿瘤患者。

“让心中的玫瑰继续盛放”

热情健谈的彭美兰还结交了许多朋友,其中有医院的医生护士、肿瘤防治健康教育基地的健康顾问和肿瘤专家、还有很多有着相似经历的病友。善良的老人更是总结自身的康复经验,给了身边病友很多安慰、鼓励和帮助。他们常常一起参加深圳

市肿瘤防治健康教育基地举行的各种活动,相互交流鼓励,分享抗肿瘤经验。

在采访过程中,彭美兰还向记者展示了肿瘤防治健康教育基地的宣传画册,画册上很多张相片都有她唱歌跳舞的身影,热情的她还向记者一张张介绍。

回想艰辛的抗肿瘤历程,79岁高龄的彭美兰感慨万千,她再三跟记者强调,是亲友及社会的关爱使她快乐走到今天,还有她笑对病魔、泰然处之的态度让她坚强活下去!她也将和病友一起继续笑对明天,快乐生活!

肿瘤专家点评:

彭美兰老人是一个非常好的肿瘤康复案例。她对自己的健康状况有清楚的认识,在患病后能马上调整心态,积极配合治疗,重视院外康复治疗及日常的保健,采用科学有效的辅助治疗手段,选择服用中科灵芝孢子油。中科灵芝孢子油所含的灵芝三萜能在放、化疗过程中起到增效减毒、镇痛的作用,可以直接毒杀肿瘤细胞,抑制肿瘤细胞生长,提高免疫力。此外,彭美兰老人患病后依然保持乐观开朗的心态,多与人交流、沟通,融入到社会当中,感受来自家人、社会的关爱也是她康复的重要条件。

转自《深圳特区报》

灵芝组方可减轻放化疗副反应

放化疗是肿瘤临床治疗的基本手段,临床应用十分广泛。但由于缺乏选择性和针对性,杀灭肿瘤细胞的同时也会杀死人体正常细胞,会出现恶心呕吐、脱发、白细胞下降、肝功能受损等副反应。临床发现,在放化疗期间配合使用中科灵芝组方,毒副作用明显减轻。不少中晚期肿瘤患者放化疗时副反应严重,白细胞很低,治疗被停止,在服用组方后,白细胞恢复正常,顺利完成了放化疗。专家建议患者在放化疗期间可选用中科灵芝组方,可以先用孢子油组方,等症状得到控制后改用孢子粉组方。统计资料显示,80%的肿瘤患者在放化疗时服用中科灵芝组方。

中科灵芝抗肿瘤组方

孢子油+爱特(AT)组方
功能: 抑制肿瘤、抗基因突变、提高治愈率
适用人群: 体质虚弱不能手术无法治疗;放化疗毒副作用强烈;肿瘤发生转移、复发的晚期患者。
孢子粉+爱特(AT)组方
功能: 抗基因突变、抑制肿瘤、提高治愈率
适用人群: 早、中期患者;服用孢子油组方3-6个月症状得到控制的患者。

中科灵芝专卖
电话:83223131 地址:中央路131号