

权威专家为您答疑解惑

如果您有健康疑问,请发送科室代码+内容,移动用户发送短信到1065830096060,电信用户发送短信到10659396060,联通用户发送短信到1065596060

科室代码 13 风湿免疫科

强直性脊柱炎“偏爱”小伙子



出场专家:王红
南京鼓楼医院风湿免疫科王红副主任医师

病例:今年20岁的大二男生小杨两三年前开始就经常诉说腰背痛,小杨长得人高马大,一开始父母也不以为然,以为小杨是所谓的青春期生长痛。后来小杨说的次数多了,考虑到儿子也不是那种喜欢撒谎的人,父母就带小杨去医院检查,根据他的病史,通过拍片以及HLA-B27等检查,竟然被确诊为强直性脊柱炎。

南京鼓楼医院风湿免疫科王红副主任医师介绍,强直性脊柱炎属于风湿病范畴,是血清阴性脊柱关节病中的一种。它是以骶髂关节和脊柱附着点炎症为主要症状的疾病,主要累及脊柱、中轴骨骼和四肢大关节。病变严重者造成弯腰、行走活动受限,并可有不同程度的眼、肺、肌肉、骨骼的

病变,及自身免疫功能的紊乱。

强直性脊柱炎常见于16~30岁青年人,男性多见,40岁以后首次发病者少见,该病的病因目前尚未完全阐明,大多认为与遗传、感染、免疫环境因素等有关。病人HLA-B27阳性率高达90%~96%,HLA-B27阳性者发病率约为10%~20%。本病起病隐袭,进展缓慢,全身症状较轻。早期常有下背痛和晨起僵硬,活动后减轻,开始时疼痛为间歇性,数月数年后发展为持续性,以后炎性疼痛消失,脊柱由下而上部分或全部强直,出现驼背畸形。女性病人周围关节受侵犯较常见,进展较缓慢,脊柱畸形较轻。

由于强直性脊柱炎是较为常见的疾病,病程缠绵,且易造成残疾,故应争取早期诊断,早期治

疗。对16~25岁青年,尤其是青年男性,如出现下述症状:1)腰痛、腰僵3个月以上,经休息不能缓解。2)反复发作的跟骨结节肿痛或足跟痛。3)反复发作的虹膜炎。4)双侧臀部及髋关节疼痛,无明显外伤史及劳损史。5)反复发作的膝关节或踝关节肿痛,关节积液等,则应特别警惕有无强直性脊柱炎可能,及时到风湿免疫科就诊,进行相关检查。强直性脊柱炎治疗的目的在于控制炎症,减轻或缓解症状,维持正常姿势和最佳功能位置,防止畸形。要达到上述目的,关键在于早期诊断早期治疗,采取综合措施进行治疗,包括教育病人和家属、体疗、理疗、药物和外科治疗等。

通讯员 柳辉艳
快报记者 金宁

全科互动

快报全科专家团队继续为你的健康保驾护航。这里吸引了南京地区二十家三级医院百位专家的加盟,如果你有健康疑问,欢迎通过下面渠道与我们联系,权威专家将为你答疑解惑。提问时请注意,尽可能把病情描述得详细些,不要笼统地讲肚子痛或头痛,年龄、性别也都是很重要的信息,如果你以前也曾就医,不妨告诉工作人员当时的检查及诊断结果。

1.热线电话:96060。

2.请发送科室代码+内容 移动用户发送短信到 1065830096060 电信用户发送短信到 10659396060 联通用户发送短信到 1065596060

小毛小病,发条短信

上腭囊肿复发怎么办

130xxxx5339问:我是在2007年底做的口腔上腭囊肿摘除手术,但是现在复查又有部分囊肿,想问是否还有可能吸收,我应该怎么办?

答:上腭囊肿主要有根尖囊肿、角化囊肿等类型,首先要弄清楚你患的是哪种性质的囊肿。其次,你做的上腭囊肿摘除手术至今已近半年,因此我们怀疑你可能有骨腔未长好的现象,但也有可能是囊肿复发,具体情况建议你到医院确诊,来医院时需要你带上术前和术后的X光片和出院记录。建议你去看江苏省口腔医院颌面外科主任吴煜农的专家门诊,时间:周一全天。

便秘与肛裂术有关吗

135xxxx6005问:我上次在医院做的肛裂手术。现在发现解大便解不出来。请专家给点建议。

答:大便解不出来与肛裂手术没有直接关系,规范的肛裂手术后应该大便更加通畅,建议你去专科医院检查肛门是否有出口排便障碍,让专科医生评估一下你的肛门松紧度,以及排便障碍与什么原因有关。然后再针对生活习惯进行调整,自己多吃点蔬菜、水果、多饮水。建议你去南京市中医院肛肠中心主任中医师樊志敏的专家门诊,时间:周五上午。

痰中带血丝是什么先兆

159xxxx4227问:最近吐痰常见痰中带血丝,没有其他不适症状,请问会是什么病的先兆吗?

答:痰内带血丝要引起高度重视。普通的牙龈发炎、结核和肿瘤都会有痰内带血丝症状。由于现在的疾病越来越复杂,譬如某个痰内带血丝的病人有可能是结核,但他本人没有结核病的发热等典型症状,因此往往由于忽视而耽误了病情。建议这位读者去医院拍胸片和查血常规。建议你去看东南大学附属中大医院呼吸科主任医师林勇的专家门诊。时间:周一上午。快报记者 金宁

省中西推出 暑期小儿内分泌义诊

江苏省中西医结合医院针对儿童内分泌疾病的特殊需求,特推出暑期关爱内分泌疾病儿童义诊与咨询活动,为儿童矮小症、甲状腺疾病、糖尿病、肥胖、性早熟等内分泌疾病儿童义诊(每日限20位),预约电话15312019160,找张妮娅主任。吴青

省中肾病大讲堂讲座预告

全国中医肾病医疗中心、江苏省中医院肾内科是全国中医科普先进单位。今春以来,该中心举办了肾病大讲堂,每月一次,在每月初的周末上午固定举行科普讲座。由中心资深医护专家就广大病人关心的慢性肾脏病诊疗的常见问题进行深入浅出的讲解。11月7日(周日)上午9:00-11:00有两场讲座,分别由朱晓雷副主任医师主讲:《肾脏病人的妊娠以及用药》;周迎晨副主任医师主讲:《慢性肾衰的保守治疗》。地点:江苏省中医院大礼堂(医院食堂四楼),欢迎参加。冯瑶

科室代码 2 妇科

更年期子宫内膜增厚如何治疗

出场专家:夏亲华 江苏省中西医结合医院妇产科主任



病例:朱女士51岁,去年5月开始月经紊乱,经期长,量多,一拖很多天都不干净。在当地医院就诊,B超检查发现子宫内膜增厚。一直在服用“达英35”,效果不错。但一旦停药,两三天后老毛病就会复发,反复拖了一年多。

子宫内膜增厚有正常生理期增厚与病理性增厚两种。在月经周期的不同时期,子宫内膜的厚

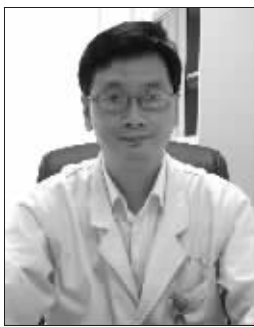
度是有所变化的,一般在排卵期子宫内膜最厚。生理性的子宫内膜增厚可参考患者自身的月经周期作出鉴别。病理性子宫内膜增厚一般是指子宫内膜增生,大部分子宫内膜增生症病人发生于更年期或青春期,主要症状为月经不规则,经期延长和月经量过多,其原因多与雌激素分泌过多而孕酮缺乏有关。像这位读者,她的内膜增厚就可能与更年期有关。

达英35能改善症状,但不能从根本上解决问题。建议做诊刮,以排除其他疾病的可能。诊刮是以诊断为目的的一种刮宫手术,它只是用刮匙轻轻刮取子宫内膜等宫腔内容物,并对刮出物做病理检验,以明确病变性质。通过诊刮可排除或确诊子宫腔内及宫颈管内癌肿,有利于妇科癌的早诊断、早治疗。

快报记者 李鑫芳

科室代码 18 肾科

夏季如何防止慢性肾炎发展为尿毒症



出场专家:南京市第一医院 肾病中心主任医师、硕士生导师楼季庄

慢性肾炎是一个隐匿性极强的疾病,很多患者的肾脏已经发生了巨大损伤,临床上才有症状表现,并且症状表现也是很缓慢的,往往容易跟其他疾病相混淆。如身体乏力被误认为劳累、脸色不好被认为贫血,到终末期肾衰竭引起消化不良被误诊为胃炎等。因为发生肾炎时,这些症状一般不会一起冒出来,有时可能同时出现,但是有的明显的,不明显,不明显的症状又容易被忽略。

夏天尤其是三伏天,气温升高,血管扩张,人体各个组织器官的血供相对较好,因此其机能、自我修复能力也处于一年中好的水平。此时,慢性肾病患者常自我感觉“良好”,各种肾病的外在症状

也表现得相对较轻。所以,有些患者也常在夏天产生“轻敌”的想法,他们不急于在夏天进行治疗,甚至认为自己的病情稳定了,更加放松了继续治疗的念头。实际上,患者如能利用夏天这一有利时机,规范治疗,就能收到事半功倍的效果。

如何有效防止慢性肾病的进展?首先,要积极治疗慢性肾炎。目前在慢性肾炎的治疗中,应强调两方面。一是定期体检,如检查尿液、血常规、血压、肾功能、肾B超等。检查尿液是发现慢性肾小球肾炎最简单、最可靠的方法。二是合理用药,药物不宜过多,很多药物具有一定的肾毒性,使用不当适得其反。其次,合理饮食。夏

季瓜果蔬菜品种多,但慢性肾炎患者不可多食,以免增加肾脏负担。酷暑高温,一些肾病患者,喜以冰淇淋或冰镇饮料解渴。偶尔为之尚可,若一味贪凉则对病情无益。若因贪凉发生急性肠炎则会使病情反复或加重。也不可吃酸腐、霉烂或过夜不洁的食物,以免发生胃肠疾病,影响康复。所以,肾病患者应以温软易消化、清淡有营养的食谱为主,适当吃些藕粉、莲子粥、荷叶粥、赤小豆粥等。最后要有健康的心态,避免过度劳累,保持规律生活,多参加适量活动,注意个人卫生及环境卫生的清洁,养成良好的生活卫生习惯,强化自我保健意识。

快报记者 李鑫芳

科室代码 15 心理科

对着漏斗深呼吸可减压



出场专家:袁勇贵 东南大学附属中大医院心理精神科主任、博士

病例:30多岁的王女士最近常感到胸闷、心慌。以为自己心脏有问题,于是来医院心血管内科就诊,检查发现患者的心脏是好的。心脏科医生建议她到心理门诊咨询。患者近日来到中大医院心理精神科诊室,患者一入内,还没有跟医生聊几句,就突然脸色苍白,手捂住胸口,呼吸急促。专家急忙将门窗打开,并将一张纸卷成漏斗形状,让王女士对着纸筒进行深呼吸,很快王女士脸色恢复了正常。

袁勇贵主任说,最近一段时间天气闷热潮湿,胸闷、心慌的病人明显增多,这些患者经过心脏科检查都是正常,但经常会反复

出现心悸、心慌、胸闷等心脏病的症状。加上晚上闷热,休息睡眠不好,所以会出现烦躁、焦虑、不安的情绪。有的也会表现出躯体化症状,如胸闷、心慌、恶气、气喘、呼吸困难等。如果工作压力或者家庭烦恼大的时候,往往会加重情绪的恶化,甚至会发生焦虑、抑郁。

专家建议闷热天气做好精神保健。首先避免在密闭、空气污浊的地方久呆。空调时间不宜过长,两个小时后就应该进行一次通风。其次要正视压力,尽量排解紧张、焦虑的情绪,可以通过与家人或朋友倾诉或者写日记的方法,释放心情。一旦有排解不了的压力,并且出现失眠、食欲不佳、情

绪疲软,最好找专业人士咨询,通过心理暗示与支持疗法科学疏导。一旦出现呼吸急促、胸闷心悸的症状时,可以将纸张卷成漏斗形状或者拿个纸杯,对其大口呼吸。这是因为情绪激动、呼吸频率过快、体内二氧化碳浓度过低导致呼吸性碱中毒,对着漏斗做深呼吸,则可以增加二氧化碳,提高酸含量,缓解症状。最后要注意规律生活,合理安排作息时间,不要熬夜,保证充足的睡眠。饮食上尽量清淡,不要吃肥甘油腻的食品。少喝碳酸类饮料,尽量多喝白开水。不要剧烈锻炼,可以选择游泳、散步、慢骑自行车等舒缓的运动方式。

通讯员 杜恩 快报记者 金宁