

冬天的味儿,你闻到了吗



昨天,文昌巷一饭店的员工们正在将满满一架子咸货抬到门口,招揽生意、吸引顾客。冬天临近,不少老南京开始忙着腌制咸货啦。
快报记者 辛一 摄



昨天,南京加速降温。加衣服、戴帽子、披围巾,市民的着装随着天气变换而改变。
快报记者 辛一 摄

门诊故事

医生多问一句 查出一个遗传癌

快报讯(通讯员 吴倪娜 记者 刘峻)张先生得了甲状腺癌,顺利做完手术后,却引起了医生的注意,因为这种癌症具有遗传性。果然,在医生的建议下,张先生年仅14岁的儿子被查出也患了甲状腺癌。

年过四十的张先生平时工作繁忙,一日聚会喝酒时,朋友提醒张先生的脖子似乎比常人粗一些。张先生回家对着镜子仔细照,发现颈子上似乎有肿块,于是前往省人民医院普外科就诊。

普外科主任医师沈美萍一摸张先生的脖颈处,果然有异常,随后B超检查也证实了张先生的甲状腺有肿块。做完手术后,张先生正准备出院,一张病理报告却引起了沈美萍的重视。原来张先生所患的是甲状腺癌中的髓样癌,这种癌症往往带有家族遗传性,于是沈美萍询问张先生是否家族中也有人患此病。

张先生立刻表示,他的父亲在去世前也发现了颈部有肿块。听到这个消息,沈美萍建议张先生的家属最好都来查一查。亲属检查的结果令张先生感到大吃一惊,张先生的兄弟姐妹均没有查出甲状腺癌,但是张先生年仅14岁的儿子却查出有甲状腺癌。

手术中,沈美萍发现,张先生儿子的肿瘤呈多发状,不仅肿块的数量比张先生多,而且已经侵犯了周围的淋巴组织,病情比张先生的还严重。经过病理检查,证实了张先生的儿子所患的也是甲状腺髓样癌。

专家特别提醒,曾有甲状腺病史的家庭里如果有正处于青春发育期的孩子,父母一定多加留心。家长如果发现孩子脖围变粗,一定要定期带孩子前往医院检查甲状腺,早发现、及时治疗。



香樟树“吊盐水”
通讯员 杨有祥 摄

“穿棉衣”“吊盐水” 体质差的大树进补过冬

快报讯(通讯员 杨有祥 记者 钟晓敏)今年的冬天来得有点早!不仅一些怕冷的市民换上了冬装,就连路两旁的大树也穿起了棉袄,有的还吊上了盐水,开始备足营养过冬了。昨天,记者路过六合机场东路时,发现路两旁的香樟树全部缠上绿色的无纺布,从根部一直缠到树腰,裹得严严实实,好似穿上了棉衣。令人好奇的

是,有一些“体质较弱”的大树还像人一样吊起了盐水。

俗话说:人挪活,树挪死。一位老先生看着“吊水”的大树感叹起来,这些碗口粗的大树挪来挪去,没有病也会挪出病来啊!据了解,机场东路两旁的香樟是在刚刚入秋时经过远道“乔迁”而来,为了不影响它们的正常生长,园林施工方面在栽种时就通过预留

大土球,保证树干根系尽量不被破坏,通过适度修剪,尽量减少树干蒸腾,通过用无纺布缠绕树干,帮助大树主干保湿;对部分长势差的树通过对根部吊树苗专用营养液,给大树增加营养,帮助树木躯干将营养及时传输到枝叶顶端,维持供养平衡,促进其根系健康和越冬。



互动通道

新浪微博,关注“大家天气”
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
你也可以投稿到djsdq@hotmail.com

今晚我肯定会睡得很香

“箜篌1989”11月14日发微博:

南京这边下雨了,冲刷了多日以来浑浊的空气。我想今晚我肯定会睡得很香,就是拜托不要让我睡过了……

读者宋菊11月14日发来短信:

老天说晴就晴,说阴就阴。昨天阳光灿烂,今天阴云弥漫,不时还有凉风相伴,今晚肯定有雨了。

读者张平11月14日发来短信:

气温下降了,感到些许隐隐的寒意。但一想到有家人挚友的关心叮嘱,心中就荡漾着暖意。天虽冷,温情却长驻心间,多好啊!

暖宝宝能治肩周炎? 专家:只有保健用途

快报讯(记者 刘峻)近期,一种叫做“暖宝宝”的保暖用品热卖,有的商家声称这种商品还能治病,让很多消费者心向往之。

“小张,你买‘暖宝宝’了吗?如果没有,我们俩一起团吧?”在南京鼓楼一家公司上班的孙小姐准备和同事团购“暖宝宝”。孙小姐告诉记者,她的好多朋友最近都在用“暖宝宝”,不仅保暖,例假来的时候还能治疗痛经,听说效果还不错。

日前,记者来到中央门附近的几家市场,发现很多商家都在销售暖宝宝,而买的人也不少。市民秦阿姨说,她的儿媳周末要筹办酒席,穿的敬酒服是旗袍,为了防止儿媳穿得太少诱发感冒,她特意来市场给儿媳买一些“暖宝宝”,贴在肚子上和背上很暖和。

一位业内人士告诉记者,“暖宝宝”是最近几年才流行起来的,又叫发热贴、一贴热、暖宫贴、痛经暖贴等。暖宝宝的主要原料是铁粉、活性炭粉、盐和水。发热原理是铁粉自然氧化,放出热量。正常情况下铁粉氧化是比较缓慢的,热量无法积累,在活性炭粉、盐和水的作用下,铁粉和空气接触面积增大,所以产生了热量。

针对一些商家说的,贴上“暖宝宝”能快速消肿、止痛、活血化淤,能治疗关节炎、肩周炎、腰腿痛、风湿及类风湿等疾病的说法,很多专家不敢苟同。南京市中西医结合医院骨科主任孔晓海介绍说,“暖宝宝”能够改善血液循环,缓解局部疼痛,有保健作用,但这些作用是不能从根本上治愈关节炎、肩周炎等骨性疾病的。该院预防保健专家颜廷凤也指出,用“暖宝宝”也有很多注意事项,比如贴的部位正对着子宫,很可能导致子宫收缩,致使胎儿畸形、早产。糖尿病和血液循环障碍者,皮肤热敏度低者,在使用时也要注意。还有就是晚上睡觉时不宜使用,防止低温烫伤。

哮喘病人,冬天少穿羽绒服



天气越来越冷,许多人已经忙着开始进补。“不能盲目进补。”上周六,快报欢乐社区行邀请到南京四五四医院中医科主任张丽玲,走进锁金村街道锁金三村社区和居民们聊冬季养生和防治冬季易发的慢性病的方法。

“我们社区60岁以上老人达700多人,肿瘤病人有10多个,哮喘病人也不少……”社区主任套用网络流行词说,这场讲座太“给力”了!

哮喘病人,冬天慎穿羽绒服

张丽玲出生于医学世家,父亲张志钧还是国务院授予的第一批“全国名老中医”之一!自小受家族熏陶,她不仅对中医治疗肿瘤等疾病有深入研究,还擅长于呼吸系统、心血管系统、消化系统、老年病的中医诊治。

针对哮喘病在冬天寒冷季节容易反复发作,张丽玲给出了冬季哮喘的防范、中医治疗和饮食疗法、运动疗法、精神疗法等一套全方位建议。

“哮喘每一次发病都是在身体状况最低潮的时候,也就是说在免疫力低下的时候发病。”张丽玲介绍,要想不发病,就要

不感冒、不上火,有充足的睡眠。谈及具体防范办法,她建议患有哮喘的病人,冬天出门务必要戴口罩防止吸入灰尘,还要穿上高领毛衣、系上围巾,保护气管不受凉。

目前医学上已确认有许多食物可引起哮喘发作。一般鲜海鱼、虾、蟹、秋茄等均易引起过敏发喘,哮喘患者应避免食用。

另外,中医辨证属寒性哮喘者,不宜多食性偏凉的食物,如生梨、菠菜、毛笋等,而应进食性温食物如羊肉、姜、桂等;而热性哮喘则正好相反。

哮喘多在夜间发作,因此患者卧室既要保持一定温度和湿度,又要保持空气流通。刚用油漆喷涂的房间不能立即进

住,至少应开门窗流通一周,以防接触过敏。哮喘患者的衣被、床上用品也应少用丝棉及羽绒制品。

“哮喘涉及各个年龄段。”张丽玲提醒年轻父母,一旦发现婴幼儿脸上长“奶癣”,要提高警惕,往往这样的孩子更容易发哮喘。

进补之前先要分清阴阳

“为什么在冬季进补好呢?”有居民提出了这个问题。张丽玲说,从补的角度来说,冬天是最容易吸收的,自然界有“春生,夏长,秋收,冬藏”的规律。从冬至到立春前适当进补,不但能有效地提高机体的抗病能力,还可以把滋补品中的有效成分储存在体内,达到扶虚补弱、防病强身的目的,所以民间自古有“三九补一冬,来年无病痛”“今年冬令进补,明年三春打虎”这些说法。

“但是进补,不是盲目地乱补。”张丽玲说,因为中医的“补”对阴虚阳证是不同的,进补一定要分清阴阳。这阴阳怎么说呢?一般来说,内热多一些的人为阴虚阳盛,内热少一些的人为阴盛阳虚。阴虚阳盛之人,因体内阴少而阳多,故身体发热或

手脚发热或爱出汗。阴盛阳虚之人,因体内热少而凉多,故身体发凉或手脚发凉。一般来说,阴虚阳盛之人,易得热性病,易长疮、疖子、扁桃腺炎、鼻子或牙龈出血、牙痛、牙龈脓肿,牙齿松动、脱落,头晕、头昏、易感冒,得病时易发高烧,易发胖,易得高血脂、脂肪肝、高血压、脑血管、脑溢血和其他各种因身体发热而引起的热性疾病;阴盛阳虚之人,身体发凉,怕冷,易得低血压,脱发、消瘦、失眠、头昏、怕冷,男人易得前列腺炎、阳痿,女人不孕。还有阴阳两虚的人,就是症状夹杂在一块,比如口干舌燥,但是又手脚冰凉。

“正确的进补方法应在中医师指导下,确定自己的体质,然后对症进补。”张丽玲说,若不分阴阳,盲目进补,很可能对身体不但无益,反而有害。如阴虚身热之人,再进补人参、海参、鹿茸、冬虫夏草等温热性补品,热上加热,是很容易补出脑血栓、脑溢血甚至心脏病的,“像有些人肝火旺,怕热,再补阳,脾气更躁,更容易上火,这也是一个道理,这样会导致阳亢的发生,会破坏人体的阴阳平衡,这就是属于盲目进补。”
快报记者 沈晓伟 王凡 钟晓敏