



身体里的蝴蝶结 癌变了怎么办?

甲状腺癌发病率上升,但早期治愈率很高,且不需要术后放化疗

在人的脖子下端,有一个形状酷似蝴蝶的器官叫甲状腺。它是人体最大的内分泌腺体,管理着生长、发育、代谢等多种重要功能。但是近年来甲状腺癌高发,已成为增长速度较快的恶性肿瘤。江苏省第二中医院普外科主任徐晋介绍,甲状腺癌高发,除了与辐射、不良生活习惯、家族史有关外,还可能与检出率增加有关。与其他癌种不同的是,甲状腺癌早期规范治疗的话治愈率很高,术后不需要放化疗。

通讯员 朱振富 现代快报记者 金宁

甲状腺增大像两个拳头 延迟就医增加手术难度

甲状腺疾病女性的患病率显著高于男性,江苏省第二中医院普外科主任徐晋对记者说,甲状腺腺瘤、结节性甲状腺肿、甲状腺腺瘤囊性变是常见的甲状腺疾病,但近年来甲状腺癌发病率升高了,很多人甲状腺癌一发现就是中晚期,已经出现淋巴结转移,或者远处器官转移。如果长的胖些的人脖子本身就粗,肉眼更不容易捕捉到这个部位的肿大,更何况70%以上的甲状腺癌无疼痛发热症状,因此容易延误其早期发现。

专家介绍,甲状腺腺瘤癌变率约10%,结节性甲状腺肿瘤变率约4%—7%。乳头状、滤泡状癌约占甲状腺癌的80%,其余的约占20%,男性大于40岁,女性大于50岁为高危人群。甲状腺炎中还有种急性化脓性甲状腺炎,但较少见,主要表现为局部肿痛、高热等。甲状腺癌分五个类型,其中乳头状、滤泡状甲状腺癌

恶性程度比较低,早期规范手术,治愈率相当高,且术后不需要放化疗,手术中会根据肿块位置做淋巴结清扫。“正常甲状腺40克左右,我们成功地为一个甲状腺长到400克的病人开过刀”,徐晋主任谈起临床一起印象深刻的病例,该患者自知患病拖了几年才来就医,手术前已不能平卧,他是因为患甲亢以后引起甲状腺增大,最后居然长到两个拳头一般大。“甲状腺在气管两侧,它像蝴蝶一样,变大后就向胸骨生长,而气管、血管、食管、神经都在颈部,在血管神经如此丰富的颈部动手术,无疑增加了医生手术的难度。”

部分良性病变需定期监测 若不治疗有癌变的可能性

对于结节性甲状腺肿,部分人没有达到一定要手术的程度,可以靠药物治疗。还有部分良性病变,不治疗则有可能转变成甲状腺癌,在良性病变尚未达到手术标准的情况下,建议平常复查治疗,监测甲状腺

有没有增大病变,一个肿块短时间内迅速增大,提示有癌变可能。甲状腺癌如何确诊?徐晋主任告诉记者,超声检查时,弹性B超可以对甲状腺肿块进行分级,达到的级别越高,癌变可能性越大,有经验的医生操作,其诊断准确率很高。对于不太明确的甲状腺肿块,还可以通过细针穿刺取病理来进一步确诊,或者做CT检查来确诊。

专家提醒读者,甲状腺癌的高危人群包括:放射性职业暴露的人、有甲状腺癌家族史的人、接受过放射性治疗的人、甲状腺结节患者等。对于上述人群,应该注意定期进行甲状腺超声检查,中青年女性也应定期检查甲状腺。患者平时要注意自我观察,一旦出现声音嘶哑、呼吸困难、吞咽困难、颈部淋巴结肿大等迹象,要立即就医。除此之外,还要学会“看”,照镜子时,仔细观察脖子是否变粗;然后是“摸”,将手指反扣在甲状腺部位,用拇指仔细触摸,如果摸到上下活动的肿块,就应及时到医院就诊。

装了烤瓷牙,为何她的牙龈变黑了

一年前,王女士因意外受伤,门牙破损。在当地医院就诊时,她在医生的建议下做了两颗烤瓷牙。不料,一年之后,这两颗烤瓷牙都出现了问题,牙龈处有明显的黑线。本是为了美观而做的烤瓷牙,如今却严重影响了形象,王女士无奈之下赶到南京市口腔医院求助。

经过检查,医生发现,王女士做的是镍铬烤瓷牙。南京市口腔医院口腔修复科副主任医师孟翔峰介绍,王女士牙龈发黑主要有以下原因:1.冠修复体颈部瓷层厚度不足,

往往不能完全遮住金属基底颜色,基底氧化物是这类修复体的内在缺陷,由于内层的金属不能透光,所以,外界的光线不能像天然牙一样传到牙根部,牙龈就变暗、变黑。此种变黑一般烤瓷牙刚戴上就可以看见,采用有金属的烤瓷牙自身缺陷往往难以克服此现象;2.基底金属氧化物析出,渗透到牙龈组织中,导致牙龈变黑;3.由于烤瓷牙制作不够精良和准确,烤瓷牙颈部与牙齿不密贴,刺激牙龈,导致牙龈发炎,发炎的牙龈发红、发暗,看起来发

黑。因此要严格按照制备要求,规范操作、严格操作往往可以避免上述问题,但不能解决金属烤瓷牙的根本缺陷,可以使用其他的冠修复体形式,如全瓷冠就能解决这个问题。对全瓷牙而言,由于全瓷往往可以透部分光线,也没有金属离子析出,所以只要操作严谨、仔细、使用全瓷树脂粘接材料,一般不会出现牙龈变黑的现象。这也是现在全瓷修复越来越受到广大患者欢迎的重要原因之一。

周炳荣 史张丹

夏季蛇蜂爱出没 蛇咬蜂蜇了怎么办

江苏省中西医结合医院普外科主任医师 李明宏

夏季气候炎热潮湿,蛇虫鼠蚁易乱窜。进入7月以来,因为被蛇咬被马蜂蜇来医院就诊的患者明显增多,江苏省中西医结合医院急诊科昨天一天收治4名被马蜂蜇的患者。

蛇咬伤口绑扎和清洗是关键

被毒蛇咬伤后,不要惊慌失措、奔跑走动,以防止毒液快速全身扩散。伤者应立即坐下或卧下,呼唤别人来帮助,迅速用鞋带、裤带之类的绳子绑扎伤口的近心端,绑扎后每隔15分钟左右松解一次,每一次放松1—2分钟,以免影响血液循环造成组织坏死。

立即用自来水、河水、肥皂水等冲洗伤口及周围皮肤,以洗掉伤口外表毒液,冲洗挤压排毒须持续

20—30分钟。急救吸血时最好用塑料袋或气球覆在伤口上再吸,也可在伤口上覆盖4—5层纱布,这样比较安全些。应避免直接用嘴巴吮吸伤口排毒,因为如果口腔内有伤口则有中毒的危险。

户外防蛇攻略

穿越丛林时,戴顶帽子、扣紧衣领显得尤为重要,尽量避免在草丛里行走或休息。登山或穿越时,尽量避免抓着树枝借力,因为有的蛇会伪装成树枝的形状。

看到蛇时,不必惊慌,也不要靠得太近,更切忌凶巴巴地想去灭了它。蛇只有在感到受到威胁时才会主动攻击人,因此看到蛇时远远地避开才是上策。不幸被蛇追赶时,逃

跑路线尽量保持“S”形,切不可走下坡,否则会被撵上。

被蜂蜇了怎么办?

当被蜂蜇伤后,局部皮肤会出现疼痛和瘙痒,还会伴有红肿热等过敏刺激和局部炎症反应。如果蜂的毒针刺到皮肤里,一定要取出来。用冰块敷在蜇伤处,可以减轻疼痛和肿胀。可以用中药马齿苋、夏枯草、野菊花中的任何一种,捣烂敷患处。然后至医院就诊。特别要提醒,不要用东西堵塞伤口,以免发生破伤风,造成人为的死亡。

如果被蜂群严重蜇伤,或者对蜂毒严重过敏,一定要分秒必争,尽快将患者送往医院抢救,否则严重者可能有生命危险。 罗鑫



中医推拿保健治疗儿童近视

近视是大家日常生活中司空见惯的眼病,但让人担忧的是,儿童近视的发生率逐年上升。用眼时间过长、用眼姿势不对、沉迷于电子产品……很多孩子慢慢变成了“小眼镜”。虽说戴眼镜能起到一定的矫正作用,但一旦戴上就很难摘下来了。如果不将孩子的近视度数控制住,任其度数增加,还会导致角膜曲率增长,不仅延误近视干预的最佳时期,而且一旦发展成为高度近视,给日常生活带来诸多不便,还会诱发多种眼底病变。

暑假来临,家长们切勿错过为孩子矫治近视的最佳时间。

传统中医对于儿童近视的防治,在我国古代的医书上早有记载,在《庄子·外物》中就有按摩两眼角方法的记载。

南中医丰盛健康城的南京中医药大学中医专家团队,专为5—12岁患有近视、假性近视的儿童制定了一套近视综合防治法。根据患儿的具体情况,问诊、辨证,将小儿推拿与耳穴埋籽、中医功法及中草药眼罩相结合,为孩子们量身定制个性化的治疗方案。

通过推拿手法作用于攒竹、承泣、瞳子髎、睛明等眼部穴位,通调眼周经络气血,配合手法作用于风池、肩井、肝俞、肾俞等穴位,补益肝肾阴血,疏肝明目,振奋阳气,使肝血上注于目,养目濡筋。推拿不仅可以改善眼球周围局部供血,缓解睫状肌痉挛,还可调整脏腑阴阳平衡,整体调节,标本兼治。对于年龄超过10岁以上的孩

子,还可结合针灸治疗,以达到更好的疗效。

耳穴压豆将王不留行籽准确地粘帖于相关耳穴处,给予适度的揉、按、捏、压,使其产生麻、胀、痛等刺激感应,以辅助治疗儿童近视。

编创适合儿童练习的“明目养生功法”,融合五禽戏、八段锦、易筋经、六字诀等传统功法,配合穴位按摩,促进眼周气血运行、疏肝明目,缓解视疲劳,振奋阳气。孩子在家长督促下,每天练习1—2次。

结合儿童日常保健需求,专家团队精心研发中草药眼罩,精选多种清肝明目、补肾益气的中草药。每天睡觉前佩戴半个小时,对于轻度近视儿童有一定的缓解作用。

健康城中医小儿推拿康复中心由南京中医药大学第二临床医学院针灸推拿教研室的教授、专家及研究生团队主导,是南京市第一家具备医疗资质的传统中医小儿推拿康复中心。中医小儿推拿康复中心设有专家问诊室、推拿治疗室、行为调理室及童趣活动室,针对小儿常见疾病、生长发育、行为异常等方面问题,由专家一对一问诊辨证后进行推拿治疗及行为调理。传统中医非药物治疗,安全、简单、有效。

加入小儿推拿QQ交流群132072224,与专家面对面交流。地址:南京市汉中门282号(南京中医药大学汉中门校区)。拨打咨询电话58999226,免费加入“明目养生功法”训练班,学习儿童养生功法。



扫二维码,添加“南中医丰盛健康城”服务号 获得更多健康服务与养生资讯。

宝宝该吃多少盐

南京儿童医院临床营养科 刘长伟

根据《中国居民膳食指南(2007)》及国外指南,婴儿1岁以内建议吃原味食物。其实,对于6—12月婴儿来说,每天需要350毫克(mg)的钠。奶类及其他辅食中含有人体所需要的钠,一般情况下,正常进食的宝宝完全能够摄入足够的钠来满足生理需要。

如果说1岁以内不给孩子吃盐,很多家长还能接受,3岁前不给孩子吃盐,很多人会觉得实在太“残忍”。而且,孩子在3岁前不吃盐在日常生活中的几乎是不可能

的,因为很多家庭的孩子在1岁以后就已经和大人一起吃饭了,无非在菜的种类上会兼顾一下孩子。不过如果有可能的话,还是建议1—3岁的幼儿尽量少食盐甚至不吃盐,让宝宝养成清淡饮食的好习惯。

4—6岁的孩子每天大约需要900mg的钠(相当于2.3g食盐),除了食物本身含有的钠,必须通过食盐获取的那部分钠也不多,1—2克食盐足矣。6岁以上的儿童每天的食盐量最好控制在3—5克。

白云山复方丹参片 爱心公益基金启动

去年,白云山和黄中药成立白云山复方丹参片爱心公益基金,面向全国招募“让爱回家”志愿者服务队,呼吁全社会共同关爱老人,传递社会正能量。2015年,白云山复方丹参片爱心公益基金将通过与全国各地知名连锁药店的合作,共同推进公益的发展。7月29日,走进锁金村街道锁二社区的活动,仅是白云山在南京市开展“红色中国梦,党建基层行”系列爱心活动的开始。

在基层党建经验交流后,白云山和黄中药的党员代表们,联合先声再康江苏药业有限公司的爱心志愿者慰问社区党委的老党员并

捐赠血压计、血糖仪等健康礼包,还捐赠了一批中老年心脑血管常用药白云山复方丹参片以及牙膏、洗衣液等小礼品。

白云山复方丹参片是预防心血管疾病的一线药物,也是全国第一品牌和服用人群最多的品牌,进入国家基本药物目录。白云山复方丹参片在原材料方面拥有河南方城丹参片GAP基地和云南文山万亩三七GAP基地,从源头上保证产品质量。近年来,白云山和黄中药不断加大科研投入,该产品先后获得了防治老年痴呆症专利、指纹图谱技术控制质量专利、有效成分科学配比等多项专利。