

春暖花开 小心过敏

过敏分为季节性过敏和常年性过敏。季节性过敏常在某一季节暴发,花粉则是常见的气传致敏原。易过敏人群应在春季减少外出,必须外出时应穿长袖衣服,戴上眼镜、口罩等;回到家要及时洗脸、冲洗鼻腔、沐浴等,以减少身上的花粉颗粒。

远离鲜花也可能花粉过敏
自然界的花粉传播主要分风媒和虫媒两种形式。油菜花、桃花、梨花的花粉靠蝴蝶或蜜蜂等昆虫传播。这类花朵的特点是颜色鲜艳,花粉颗粒较大但量少,不易四处飘散,通常不会引起过敏。柏树、杨树、柳树、桦树、梧桐树等树木的花较小,花粉含量高,质量较轻,会随风飞到很远的地方,所以它们是主要的过敏原。

花粉过敏有什么症状
花粉过敏性鼻炎可表现为鼻痒、打喷嚏、流涕、鼻塞、呼吸不畅等;花粉过敏性结膜炎可表现为眼睛发痒、眼睑肿胀,常伴有水样或脓性黏液分泌物;花粉过敏性哮喘多表现为阵发性咳嗽、呼吸困难,突发性哮喘发作并逐渐加重,缓解后与正常人无异;过敏性皮炎可表现为全身或局部出现红斑、丘疹、细小鳞屑,有瘙痒感或灼热感。

常用的抗过敏药有哪些
当无法避免皮肤暴露时,就需要抗过敏药的帮助。对于出现持久明显

鼻部不适的患者,糖皮质激素鼻喷雾剂一般有效,有条件的可优先考虑第二代制剂糖皮质激素鼻喷雾剂。其他治疗可遵医嘱服药,如白三烯调节剂和异丙托溴铵等。

- 如何缓解花粉过敏症状**
- 1.冰敷缓解。将纸巾用水打湿放冰箱冷藏一段时间后覆盖在患处,能缓解皮肤瘙痒症状。
 - 2.补充维生素。维生素C是强抗氧化剂,也是重要的肥大细胞稳定剂。肥大细胞容易引起眼部刺激、打喷嚏和流鼻涕等过敏症状。
 - 3.淡盐水洗鼻腔。淡盐水洗鼻腔有助于冲刷掉鼻腔中的过敏物,减少或缓解过敏症状。
 - 4.鼻腔内涂抹花粉阻隔剂。花粉阻隔剂能减少或阻断鼻腔与各种花粉过敏原接触,从而消除或减轻过敏症状。

彭日新



漯河市疾病预防控制中心

HPV阳性怎么办

随着宫颈筛查的普遍开展,很多女性了解到宫颈筛查与感染HPV有关。那么,HPV阳性就是患上了宫颈癌吗?其实,感染HPV是一件很正常的事,HPV阳性不等于宫颈癌。

大多数女性一生中都会感染HPV,大部分病毒会被人体自身的免疫系统清除。但是,HPV是一个大家族,目前有200多种不同的亚型,主要分为高危和低危两大类群。高危型HPV感染长期存在会使宫颈发生癌变或癌前病变风险明显升高,尤其是16型和18型。

如果HPV阳性,一般每年进行一次HPV和TCT检测即可。如果感染的是16型、18型等高危型HPV,就需要阴道镜检查进一步筛查。如果检查结果提示为“高级别鳞状上皮内病变”时,需要立即进行治疗。

有药物能使HPV阳性转阴吗?目前还没有针对HPV感染的特效药物。能够清除HPV的还是自身的免疫系统。只要坚持“减少感染途径,增强自身免疫力”这一原则,HPV阳性转阴是很有可能的。具体做法如下:1.

固定性伴侣,保持安全性生活。2.规律生活,不熬夜,调整情绪,戒烟酒,锻炼身体,饮食均衡——保持良好的生活习惯能增强我们的免疫力。3.定期进行妇科检查,积极治疗下生殖道感染,做好私处卫生。4.建议45岁以下年龄的女性积极接种HPV疫苗。

寇蓓蓓



专家链接
寇蓓蓓,硕士生,市三院副主任医师。她是河南省中西医结合学会妇科分会委员、市妇产科分会委员,曾进修于广州医科大学第三附属医院。她从事妇产科工作十余年,有丰富的妇产科临床经验,能熟练开展宫外孕、卵巢囊肿、子宫肌瘤、子宫内息肉等妇科常见病和多发病的微创手术,擅长妇科炎症、妊娠相关疾病的诊断与治疗。

(漯)医广【2023】第01-09-001号

漯河市第二人民医院
宫颈癌消除计划科普连载
(本栏目由中央引导地方科技发展专项资金支持)

如何治疗黄斑变性

黄斑变性是一种慢性眼病,同时是引起50岁及以上人群重度视力丧失的主要原因之一,也是全球成年人致盲的首要疾病之一。该病的出现源于视网膜中心位置的黄斑区细胞退化,由于早期症状并不明显,患者往往误以为随着年龄增加,视力自然会衰退,因此延误就医,最终导致失明。

当前的西医治疗方法主要有激光治疗、手术治疗、经瞳孔温热疗法、光动力疗法等。中医治疗则按照辨证论治原则,根据个体标本兼治、虚实兼治,以补肾益精、健脾益气、化痰散结、活血化瘀、滋阴降火为主要治疗方法,具有增强机体免疫力、清除自由基、改善微循环、纠正缺血缺氧、保护眼部视觉细胞、促进组织细胞活性恢复等作用,可以阻止病程发展,改善视力。结合眼部B超、血管造影(ICGA)和OCT等西医检查技术,可以清晰地观察到病变的范围和形态以及治疗后的效果,丰富了中医眼科的望诊内容,更加有利于治疗黄斑变性。

漯河中西医结合眼科医院提供



专家链接
梁振华,漯河中西医结合眼科医院院长,市第六、第七届人大代表,市知名中医专家,河南省健康促进会委员。他从事眼科临床工作30余年,是我省较早采用中西医结合诊治眼病疾病的专家之一,在治疗黄斑病变、眼底病变、视网膜病变、眼底出血等方面有独到之处。



漯河中西医结合眼科医院提供

天天3.15——携手共治 畅享健康
为营造文明、健康、诚信、和谐的医疗环境,维护患者权益,推动健康漯河更好发展,《漯河日报》卫生健康版开通“天天3·15”——携手共治 畅享健康”消费投诉热线。您在接受医疗服务或药品、保健品销售服务时如有意见或建议,可拨打热线电话反映。
记者连线:0395-3137858 15803959449

市骨科医院 举办宣传工作会暨通讯员培训

本报讯(记者 刘净涛 通讯员 卢闯)3月17日下午,市骨科医院(漯河医专二附院)在门诊楼会议室举办2023年度宣传工作会暨通讯员培训,特邀漯河日报社编委、编辑中心主任李玉冰授课。该院各科近百名通讯员参加培训。

培训会上,该院党委副书记梁丰年说:“近年来,市骨科医院牢牢把握正确舆论导向,紧紧围绕医院高质量发展这个中心主题,坚持宣传工作服务大局、服务临床一线、服务人民群众健康,采写出了一批有思想、有温度、有品质的好作品,并通过多种形式进行宣传报道,充分展现了我院良好社会形象。”他强调,新的一年,该院宣传工作将紧扣学习贯彻党的二十大精神这条主线,围绕中心抓宣传,坚持把宣传工作同党的建设、品牌建设、人文建设、学科建设等有机结合,为实现医院高质量发展提供坚强

思想保障和强大精神力量。随后,与会领导为优秀通讯员颁奖。

培训班上,李玉冰以《炼就慧眼好识玉,妙笔在握可生花——谈如何发现新闻写好新闻》为题,从理论到实践,对新闻思想、写作技巧、医疗卫生报道注意事项等进行了详细阐述,并引导通讯员把“从我的视角讲述医院的故事”作为职责,充分认识医院宣传工作的重要性,加强学习,夯实本领,做到勤学多练,不断提高新闻写作水平。培训内容既有理论深度又有宝贵经验,让大家受益匪浅。

该院通讯员纷纷表示,将进一步提高对医院宣传工作的认识,加强学习,善于发现和挖掘新闻线索,多写多练,争取发表更多更好的新闻稿件,为创建三甲医院、实现高质量发展作出积极贡献。

市骨科医院·健康常相伴

正确认识儿童骨折

儿童骨折时,很多人认为儿童只是成人的缩小版,套用成人骨科的观点来处理即可。其实,儿童是在不断生长发育的,其解剖结构、生理功能和生物力学性能都在不断变化,与成人的骨骼不同。正确认识与处理儿童骨折必须熟悉儿童身体特点,否则会出现很多不应当发生的医源性并发症,造成严重后果。

儿童与成人相比更容易骨折,但儿童骨膜厚,生物学行为活跃,骨折后往往一侧骨膜尚保持连续性,所以儿童开放骨折远比成年人少。儿童骨折后6个月~8个月内,因骨折刺激修复反应会出现过度生长。如有些儿童的肱骨干、股骨干骨折在复位时能达到功能复位(对位对线在可接受标准范围内)即可,不必要刻意追求解剖复位。

小儿骨折愈合后生长再塑形能力很强,患儿年龄越小、骨折越靠近干骺端且成角与关节运动轴一致,再塑形能力就越强。如果骨折后导致侧方成角、旋转畸形,那么靠生长再塑形就难以矫正。如:肱骨髁上骨折后肘内翻的患儿不能通过生长再塑形而获得矫正。所以,如果儿童四肢骨折、骨病、

四肢畸形等,家长应带其到专业的小儿骨科诊治。

牛俊克



专家链接
牛俊克,市骨科医院(漯河医专二附院)骨科(小儿骨科)主治医师,医学硕士研究生。他是省医学会小儿外科学会骨科学组委员、省残疾人康复协会肢体康复专业委员会小儿骨科工作委员会委员、省脊柱脊髓损伤学会小儿脊柱骨科分会委员、市中西医结合学会小儿骨科专业委员会常务委员兼秘书长。他从事骨科临床工作十余年,曾在天津医院小儿骨科及北京国康医院泰西河教授的矫形外科进修。他擅长肢体先天及后天畸形的精准矫治、脑瘫儿童的评估与治疗、儿童四肢骨折微创治疗、儿童骨肿瘤诊治。他先后被评为优秀医师、优秀青年医师等。

漯河市骨科医院 (漯河医专二附院)
地址:漯河市海河路西侧 急诊电话:0395-6164120 (院) 0395-6164095

偏头痛的治疗及预后

治疗偏头痛的目的是减轻或终止头痛发作、缓解伴随症状、预防头痛复发。治疗偏头痛有以下几种方式:

- 1.轻、中度疼痛:使用非甾体抗炎药(NSAIDs),如阿司匹林、萘普生、布洛芬、双氯芬酸等。阿片类药物如哌替啶对偏头痛急性发作也有效果,但因具有成瘾性,不推荐患者常规使用。对于麦角类制剂或曲普坦类应用禁忌的病例,如合并有心脏病、周围血管病或者妊娠期头痛,可给予哌替啶治疗,以终止偏头痛急性发作。
- 2.中、重度头痛:严重发作患者可直接选用偏头痛特异性治疗,以尽快改善症状。部分患有严重头痛但以以往对NSAIDs反应良好者,仍可服用

NSAIDs。麦角类制剂适用于发作持续时间长的患者。复方制剂如麦角安咖啡因因剂可治疗某些中、重度的偏头痛。

3.伴随症状治疗:恶心呕吐患者有必要合用止吐剂,如肌肉注射甲氧氯普胺10mg;严重呕吐者可给予小剂量氯丙嗪。若伴有烦躁症状可给予苯二氮类镇静剂,以使患者镇静入睡。

4.预防性治疗:预防性治疗的药物分为心血管药物、抗抑郁药物、抗癫痫药物、非甾体类抗炎药,均应从小剂量单药开始,缓慢增加至合适剂量,同时注意副作用。预防性治疗需要持续约6个月,之后可缓慢减量或停药。

鄆城区第二人民医院主治医师 潘莉萍

怎样检查泌尿结石

在临床上怀疑泌尿系有结石的患者,需要通过以下方法检查是否有泌尿系结石:

尿常规检查。看是否存在感染的情况,它的表现为可有血尿或是镜下血尿。

泌尿系超声。因为超声是无创性的,所以一般作为首选。典型的结石在B超下是强回声,在其后方常常伴有声影。但因为肠道气体的干扰,比较大的结石和输尿管中段的结石不容易被发现。

腹部X线平片。它可以发现含钙比较高的结石,通俗一点讲就是比较硬的结石。

泌尿系CT检查。在临床上,CT检查是常用的检查方法,可以发现5毫米以下的小结石。该项检查既可以看有没有结石,也可以判断结石的大小、部位、密度,还可以判断是否有肾积水以及肾积水的程度。

赵勇



专家链接
赵勇,主治医师,漯河柳江医院(柳江社区卫生服务中心)微创泌尿外科、介入超声微创诊疗康复中心主任、业务副院长。他先后在河南科技大学第一附属医院、省人民医院、郑州大学第二附属医院进修,曾荣获“优秀百名医师”称号。他擅长肾、输尿管、膀胱及尿道结石腔内微创碎石术及前列腺增生症、膀胱肿瘤等疾病的腔内微创手术治疗。

源汇区柳江社区卫生服务中心 (漯河柳江医院)
全科医疗科、内科、外科、妇产科、妇女保健科、儿科、眼科、耳鼻咽喉科、康复医学科、麻醉科、医学检验科、CT诊断专业、磁共振成像诊断专业、超声诊断专业、心电图诊断专业、中医科、中西医结合科。
地址:漯河市柳江路6号 泌尿外科电话:15703957120

诚信二院·健康万家

他汀类药物你吃对了吗

他汀类药物属于羟甲基戊二酰辅酶A还原酶抑制剂。它不仅能降低低密度脂蛋白这个“坏血脂”,升高高密度脂蛋白这个“好血脂”,还能抑制血管炎症反应,预防斑块的形成和加重,从而保护我们的血管。另外,血管内已形成的斑块有些不稳定,随时可能破裂形成血栓,导致心肌梗死和脑梗死。他汀类药物能够稳定斑块,预防斑块破裂形成血栓。所以,他汀类药物不仅是一种常用的降脂药,还常用于动脉粥样硬化性疾病如冠心病、脑梗死等缺血性心脑血管疾病的预防和治理。那么,他汀类药物你吃对了吗?

因为他汀类药物的种类不同,建议服用时间也不同。瑞舒伐他汀和阿托伐他汀建议每日固定时间服用,早上或晚上睡前服用均可,而匹伐他汀、辛伐他汀等建议每晚晚上服用。如果错过了服药时间,应在记起时补用。若已接近下一次服药时间则不需要补用,切勿一次使用双倍剂量。

他汀类药物有什么副作用?长期服用他汀类药物可能导致肝功能损害、肾功能损害、肌溶解,甚至有新发糖尿病的风险。因此,服用他汀类药物后应观察身体变化,定期复查肝功能、肌酶和血糖等。

服用他汀类药物时应注意什么?1.尽量不要同时服用西柚、柑橘等。因为这类水果中含有的呋喃香豆素会影响他汀类药物在人体肝脏的代谢,使药物在体内存留时间过长,增加药物的副作用。

2.服用他汀类药物前后不能饮

酒,否则会加重肝脏负担,增加肝功能损伤的风险。

另外,服用他汀类药物的同时,患者需要养成良好的生活习惯,控制饮食,保证睡眠质量,调整情绪,适度锻炼。

张芳



专家链接
张芳,市二院神经内科副主任,副主任医师。她是省康复医学会神经精神疾病康复分会常务委员、省医师协会神经内科分会委员、省康复医学会帕金森病与运动障碍分会委员、省神经免疫与感染分会委员、省中西医结合分会神经内科分会委员、市医学会神经内科分会委员、市医学会抗癫痫分会委员。她擅长脑血管病、癫痫、眩晕、头痛、睡眠障碍、帕金森病、认知障碍的诊治。她曾获市科技成果奖3项,发表国家级论文十余篇。

漯河市第二人民医院
漯河市交通路201号 (漯)医广【2022】第11-04-028号

相约六院·健康相伴

什么是射频消融

近日,一名32岁男性患者因心悸半年到市六院(市中心血管病医院)就诊。医生询问得知:该患者半年前无明显诱因出现心悸,近日加重,伴烦躁、胸闷等症状。随后,患者动态心电图提示频发室性期前收缩。因药物治疗效果欠佳,经与患者及家属沟通后,该院心内科团队为其行导管射频消融术。术后,患者症状缓解,目前已康复出院。

什么是射频消融?市六院心血管内科三病区主任张伟解释,射频消融技术主要依靠具有消融和切割功能的射频治疗仪,治疗原理主要为热效应。当射频电流经过人体组织时,因电磁场的快速变化使组织内带极性的水分子高速运动,产生热量,致使细胞内外水分蒸发、干燥、凝固脱落致坏死,从而达到治疗的目的。“在实际应用中,医生经过穿刺患者颈内静脉或锁骨下静脉和双侧股静脉,以明确诊断和所需消融的病灶所在部位后,选用特制的消融导管在病灶部位短时间内发射射频电流,通过高温使局部心肌组织干燥、坏死。坏死的心肌组织不再起到传导电信号的作用,心律失常从而得到治疗。”张伟说。

张伟介绍,目前射频消融技术适用范围包括预激综合征和房室结双径路引起的阵发性室上性心动过速、房扑和房颤、室性心动过速及房性心动过速。

市六院提供

速、房扑和房颤、室性心动过速及房性心动过速。

市六院提供



专家链接
张伟,市六院(市中心血管病医院)心血管内科三病区主任,副主任医师。他是中华医学会冠心病分会专业委员会、省心衰学会专业委员会、市康复学会专业委员会。他师承张彦周教授、毛幼林教授,取得冠脉介入资质,可独立完成心内科冠脉造影、急诊及择期冠脉支架植入、临时及永久起搏器植入、射频消融术、肾动脉造影及支架植入等心内科手术。他获市科技成果一等奖一项、二等奖一项。

漯河市第六人民医院
漯河市心血管病医院
地址:漯河市八一路东段83号
急诊科:0395-5962087
联系电话:0395-5966695

重视青少年心理问题

青春期是人从幼稚走向成熟的重要时期。这一时期,家长最关心的是青少年心理问题。那么,青少年可能会出现哪些心理问题?

心理障碍。青少年心理疾病中最常见的是抑郁症。严重抑郁症可能导致青少年自杀。

产生性烦恼和性困惑。性烦恼的产生是由于青少年性意识觉醒后的生理需求与社会行为规范的矛盾所致。性困惑是青少年对自身体发育、性成熟的生理变化产生好奇及探索心理。社会伦理道德的约束和对性教育的神秘化,常会导致青少年出现心理冲突。

学习压力。学习负担过重,会给学生带来沉重的心理压力。

人际交往的压力。随着年龄增长,青少年独立意识逐渐增强,与社会的接触也越来越广泛,进行社会交往、发展亲密的伙伴关系是青少年的一种精神需求。为避免在人际交往中产生压力,青少年要学会接纳自己,不过分苛求自己,在实践中增强信心、找寻技巧。

希望广大青少年的父母和老师正确看待青少年心理问题,并采取科学、有效的方法应对,为孩子的身心健康护航。



专家链接
常耀军,市精神病医院主治医师,副院长,门诊部主任。他是国家二级心理咨询师、河南省中西医结合精神专业委员会、省医师协会精神科医师分会委员,从事精神科临床治疗二十多年,对精神科常见疾病能进行正确的诊疗,临床经验丰富,多次到河南省精神病院进修,擅长青少年心理疾病的治疗,对头疼、失眠、焦虑、抑郁等各种精神疾病的治疗有独到见解。

漯河市精神病医院
地址:市交通路北段(原金里),离12路公交站
医院地址:井冈山路北段与八一路交叉口东角,离15路公交站
(漯)医广【2022】第09-28-019号