

健康工作室主办
本版编辑:任晓雯
联系电话:13949382859
Email:ny_xsw@01ny.cn

本版南阳市口腔医院协办
牙掉了再种一颗
我市最先成熟的种植牙技术
种植修复科电话:13838708111

南阳医专一附院准分子
激光治疗中心设备升级换代
每眼2000元 双眼3000元
热线:63328377 63328170



编辑手记

近段时间,由于天冷,煤气中毒的苗头开始出现。虽然燃气、液化气非常普及,但还有一部分居民在用煤火做饭,有些人做饭虽然不用煤炉,但取暖却用的是煤炉。用煤炉最大的危险就是煤气外溢。特别是在夜间,进入沉睡后,煤气进入体内会不知不觉地对人伤害。煤气中毒的事件每年屡有发生,因此,使用煤炉的人,一定千万不能大意,睡觉前一定要检查煤炉是否封好,窗户是否打开通风,通风管道是否通畅等。当出现煤气中毒现象时,发现的人第一时间是打开窗户通风。对昏迷不醒的严重中毒者,应在通知急救中心后就地进行抢救,及时进行人工心肺复苏,等待医生到来。

办公室瑜伽

高温瑜伽舞蹈式减脂瘦身



站立准备,右手抓住右脚脚踝或脚趾,吸气,左手臂向上伸展头顶上方。呼气,手臂向前伸展,右腿顺势向后向上伸展。三到五次呼吸之后换另外一侧练习。此式可增加你的平衡感,使体态优雅轻盈。在特定的35℃至42℃的专业高温环境里练习,能快速减脂瘦身,提高心肺功能,促进身体健康,强健腹部及大腿。能收紧上臂、腰部及臀部肌肉,改善背部和全身大部分肌肉的柔韧性及力量。

本栏目由非梵瑜伽协办
动作示范非梵瑜伽主教练王辉
地址:七一路与文化路交叉口向北100米棋院二楼 电话:61656333

看疑难病要懂得换思路

编者按:解放军总医院老年心血管病研究所主任医师吴海云写这篇稿子的目的,是要告诉患者,看“疑难病”要懂得换思路。比如,看中医前最好先看西医,明确诊断,以免耽误治疗。比如,文中提到的他的老邻居得的“遗传性球形细胞增多症”,可能吃一辈子中药,倾家荡产也治不好,但明确诊断后,通过简单的手术治疗,病情很快就缓解了。有些病通过西医诊断,确诊后再看中医,也就能少走弯路。

小时候,我家屋后邻居有三个儿子。老大是个木匠,健壮暴躁;老二性情温和,寡言少语;老三顽皮淘气。六、七年前,我回家探亲,三兄弟都来看望。老大光着膀子,拖一双满是血渍的解放鞋。他的木匠手艺早没了用场,已经改行杀猪,每天煮一锅猪下水或骨头,喝半斤自酿的烧酒,更是肚大腰圆了。老三也发了胖。他最早在村里开了几家杂货店。老二套了件油腻的旧毛衣,坐在一边木讷的不说话。

原来,老二生病近两年了,眼睛、皮肤发黄,腹部越来越大,在县里诊断为“慢性肝炎、肝硬化”,到省城医院去找了个有名的老教授,切脉观舌,辨为“肝胆湿热”之证,开了付几十味药的处方。一年多来,他每隔十天半月,便拎些土特产找老教授复诊,带回一麻袋的中药。家里的一点积蓄,早已花光,一儿一女都已辍学去福建打工,寄回的钱却远不够买药。亏得老三借钱给老二,不算利息,让他能定期去找老教授。

我接过老二的一叠皱巴巴的病历资料,除了几张乙肝病毒和肝功能检查的化验单,大多是写得满满的中药处方。我让他躺在竹床上,触摸腹部,脾脏已肿大到盆腔,腹壁上却不见扩张的静脉,也没有腹水的体特。再细问起,老二虽然病了两年,精神却不错,还能大碗吃饭,只是因遵从医嘱,强忍着不吃老常送到家里的猪下水,也不敢沾其他荤腥。



我很纳闷,边敷衍着说话,边紧张思考。不经意间,我看见老大腹部有条手术疤痕。问起来,说是四、五年前,卖肉时和人争执,推搡了几下,其便感到腹部疼痛,心慌出汗,急忙送到医院,诊断是脾破裂出血,切出来的脾有近1000克。这样一来,我心里有了底,遂联系了省城一家医院的同事,给老二也做了脾切除术。老二很快出院,又成了个强劳动力,承包了几亩田,还清了老三的债,娶儿媳、嫁女儿,安稳度日。

老二的病,现代医学称为“遗传性球形红细胞增多症”,如果他一开

始就去西,会少走许多冤枉路,还能省下医疗费。通过现代医学检查,并不难诊断和治疗。正常人的红细胞是扁圆形的,可变形,能很容易地通过比他还小的微细血管。

得了这种病以后,很多红细胞变成了圆球状,无法变形,通不过脾脏的微细血管,滞留下来,破裂溶解,逐渐引起脾脏肿大、贫血和黄疸。这是一种遗传性疾病,一家人病情轻重可相差很大,有的可因病早夭,有的一辈子没什么影响。对于病情较重的患者,脾脏切除是一种简单有效的治疗办法。(吴海云)

前列腺增生治疗金标准——TURP

市第一人民医院泌尿外科主任 何长海

前列腺增生症,也叫前列腺肥大,是中老年男性排尿障碍性疾病,其发病率随着年龄增长而增高。有资料显示,在老年男性中,60岁~70岁的发病率为42%,70岁以上为67%。

前列腺增生症的轻重程度是以排尿困难的严重程度为标准来划分的,评价前列腺增生进展的危险因素主要是年龄,年龄越大,危险性越高,需要手术的机率也越大。

经尿道前列腺电切术(TURP)是评价各种前列腺增生治疗效果的“金标准”,与传统手术方法相比,手术操作相对简单,术中出血较少,恢复较快。南阳市第一人民医院

泌尿外科开展经尿道前列腺电切术治疗前列腺增生已有10年,成功为1000余例患者解除了病痛,取得了满意的治疗效果,积累了丰富的临床经验。擅长泌尿系肿瘤、结石、前列腺等疾病的诊断、治疗,尤其在前列腺增生症微创治疗方面有较高造诣。
联系电话:63310127 13838708138

相关链接:何长海,南阳市第一人民医院泌尿外科主任,副主任医师,中华医学会南阳市泌尿外科专业委员会副主任委员,省微创泌尿外科专业委员会委员。长期从事泌尿外科诊疗工作,具有丰富的临床实践经验。擅长泌尿系肿瘤、结石、前列腺等疾病的诊断、治疗,尤其在前列腺增生症微创治疗方面有较高造诣。
联系电话:63310127 13838708138

独特疗法治咽炎

市张仲景国医医院(市中医院) 中医喉科 胡防言

咽炎、扁桃腺炎、梅核气、食管炎为喉科常见病,症见咽喉有异物、干痛、痒、咳,甚而胸膈灼热、噎感、音哑、烦郁等。

治咽喉炎、梅核气,利用中国专利器械,依据中医经络循行在咽喉的循行路线,在咽喉内部进行穴位点刺或电刺激,每次3-5秒,配合中药标本兼治,无痛苦不住院三周愈。

同法治疗扁桃腺炎,既可祛除病灶不复发,又可保留其正常组织

和免疫功能,广泛适用于成人和儿童,简单易行。烙法治喉痛、喉息肉,系统疗法治疗返流性胃炎食管炎,专利器械提前查出喉癌,电渗治疗咽喉神经麻痺等中医特色鲜明,部分病人可全免费体检。

相关链接:胡防言,祖传喉科六代,中国著名喉科专家张赞臣弟子,已获得三项中国专利,三项科研成果,撰写两部专著,兼任南阳市咽喉食管道病研究所所长,为我市唯一的中医喉科专业人才。电话:13525138299

话说冬病冬治三九灸贴

南阳市张仲景医院针灸科主任 田艳亚

“冬病冬治”是那些好发于冬季或冬季容易发作的疾病,如反复感冒、咳嗽、哮喘、气管炎、肺气肿、肺心病、慢性咽炎、过敏性鼻炎、冻疮、肩周炎、寒性筋骨痛等。那么如何在冬季做到未病先防,已病早治,病甚防变呢?用三九灸贴。

三九灸贴是依据中医“天人相应”理论,顺应四时气候特点的一种“内病外治”疗法。冬至后天气寒冷,人体阳气内敛,气血运行缓慢,此时采用具有辛散温通的中药进行穴位贴

敷治疗,可疏经散寒,温肺逐痰,健脾补肾,调节脏腑功能,提高机体的免疫力,以达到治疗和预防疾病的目的。

2011年冬病冬治(三九贴)的具体时间:一九第一天12月22日、二九第一天12月31日、三九第一天1月9日。每九一次,连贴三次,一般经过三个冬天的治疗,能有很好的效果。建议:如果你是阳虚体质,不管是“冬病夏治”还是“冬病冬治”年年贴效果最好。

南阳市张仲景医院针灸科协办
联系电话:13937761288 15036295573

儿科专家呼吁,医生和家长需严格按照患儿的年龄、体重来计算药品用量,以防用药过量产生危害——

小儿退热不可大剂量用药

寒冬季节室内外变化大,儿童极易患感冒发热。对此,对大部分患儿来说,如果必须使用解热镇痛类药物时,医生和家长需严格按照患儿的年龄、体重来计算药品用量,不可超剂量或者大剂量使用,以防用药过量产生危害,科学用药才是根本。

今年以来,尼美舒利不良反应事件曾引起一些患者的恐慌。5月,国家食药监局下文,禁止医生给12岁以下儿童使用尼美舒利。

国际药理学联合会发展中国家临床药理学分会委员曾繁典教授说,“是药三分毒”,任何药物均有两重性,若不能合理用药,发生不良反应则是在所难免。这类解热镇痛药非禁用,但要按药品说明书合理使用,才

能保证用药安全、有效,规避药害事件的发生,这启示我们应该更加注重对大众用药的指导。

首都医科大学儿科研究所陈慧中教授说,由于儿童特殊的生理特征,成人体内获得的资料不能简单地应用于儿童,且招募合适的儿童进行临床试验也存在实际的操作困难和伦理上的困惑。因此,儿童用药资料匮乏,有些药品说明书甚至标明“儿童剂量请向医师或药师咨询”。

合理用药是全球的难题,在我国任务更加艰巨。专家表示,“不良反应报告和监测是早期获取药品安全信号的唯一途径,是上市后药品临床安全性评价的重要基础,任何药品都应进行上市后的系统再研究,做

养生有道

降压试试白果枸杞

白果和枸杞一起服用能够起到降压的作用。具体方法是:每天用12枚白果和15克枸杞子,加水用火煮20分钟,临睡前服下。白果能解除脑血管痉挛,并有调脂、降压的作用。高血压属中医眩暈范畴,多由肝阳阴盛,虚阳亢所致,所以可用枸杞补肾养肝降虚阳,肝得补,虚阳就下降了,所以眩暈就能够得到缓解。
摘自《中国中医药报》

润燥通便三仙酒

冬季适合进补,自制三仙酒能润燥通便。具体方法:将桑葚60克、锁阳30克捣碎,倒入干净器皿中,加入1000毫升白酒浸泡,密封7日后开封,过滤去渣,最后将60克蜂蜜倒入药酒中,拌匀,装入瓶中,即可饮用。

每次10-20毫升,每日二次,将酒温热空腹服用。桑葚补肝肾,滋阴液;锁阳补肾、润燥;蜂蜜润燥,清热。这款酒有补肾养肝,益精血,润燥之功效,尤其适合肠燥便秘者。
摘自《老年日报》

温馨提示:

1.“三九灸贴”也有一些禁忌症,肺炎及各种感染性疾病的急性发热超过38℃者,对贴敷极度敏感者,特殊过敏体质,癩疾体质者,孕妇都不宜贴敷。2.冬病冬治方法很多,如果你有时间,每天到医院做温针灸、箱灸及埋线、穴位注射等方法一样效果好。3.通过试验和临床研究表明三九灸贴,可以祛除寒邪,扶助正气,增强病人抵抗寒邪的能力,调节和增强免疫功能,维护肝、脾、肾正常生理功能,提高人体对气候变化的适应能力。

低温等离子射频术治疗“腰突”可靠吗?

读者:我是一名腰椎间盘突出症患者,在治疗中我了解到该病治疗方法多种多样,我也尝试了部分治疗方法,感觉不是很理想。看到上期南阳日报健康版介绍的智能数字化低温等离子射频消融术治疗腰椎间盘突出症新方法,很高兴。但是,这种方法可靠吗?

南阳市骨科医院脊柱外科主任蔡明:可靠。智能数字化低温等离子射频消融术是目前国际上治疗腰椎间盘突出症的最新最先进的介入治疗方法。

等离子技术来源于美国军方的高能军用等离子技术,原先主要用于有关核能与宇宙带电粒子研究。现由美国杰西公司发明并用于临床治疗的新技术—数字化等离子体低温消融术,是最新的第四代物理治疗技术。

物质的等离子态是继固态、液态、气态之后的物质第四态,以特定超高频电能激发介质(NaCl)产

生等离子体,在较低温度下将蛋白质等生物大分子直接裂解成O₂、CO₂、N₂等气体,从而以“微创”的方式完成对组织消融、切割、打孔、皱缩和止血等多种功能。该技术使用的治疗针头只有10微米至1毫米左右,有的比头发丝还要细,所以又称“头发丝技术”。由于其临床表现突出,在美国本土及欧洲等发达国家都已全面代替了开刀、激光、微波等传统治疗,医学界专家一致认为数字化等离子治疗技术,代表了当今的最高水平。并广泛应用于脊柱外科、耳鼻喉科、妇产科等。至于你适合使用那种技术,需要经医生查看后决定。

一般情况下腰椎间盘突出症首先应该进行系统的保守治疗,无效后应该考虑根据不同表现选择介入、微创或手术治疗。

医患沙龙

新法治疗腰椎间盘突出症

中建七局四公司医院椎间盘科 主任医师 张传礼 赵东方

腰椎间盘突出症的治疗有了新方法。医学专家和生物物理学专家通过长期的临床研究和总结,研制成一种既安全有效,又能从根本上治疗的方法,这就是“计算机智能腰椎间盘复位系统”。医生只要将患者的临床特征、影像CT资料输入治疗系统,复位机将自动快速对发生病理变化的椎间盘进行复位治疗,解除对神经根的压迫,不开刀,不手术,5分钟治疗,即可

使突出的椎间盘瞬间复位,从而达到从根本上治疗的目的,患者只需休息两个小时就可以回家。

相关链接:赵东方,国内著名专家,中医骨伤主任医师,曾先后担任郑州风湿病医院业务院长、河南公安医院骨科主任。赵主任曾专家在中建七局四公司医院长期坐诊,专业治疗腰椎间盘突出症、颈椎病等颈肩腰腿痛疑难病症,运用现代技术,结合传统医学,标本兼治,疗程短,疗效可靠,安全无痛苦,已为万例患者解除了痛苦。
专家热线:63555566 13782007739

股骨头坏死治疗新方法 无柄髋关节置换术

南阳医专三附院 王镜山

人工髋关节置换术,是通过手术将病损的髋关节部分或全部由人工制造的关节假体所替代,以达到无痛、能活动、基本满足工作和生活的需要,提高生活质量的目的。股骨头坏死、骨性关节炎、强直性脊柱炎、类风湿性关节炎和骨肿瘤等所导致的髋关节破坏,出现关节疼痛、活动障碍,严重影响日常生活和工作,非手术治疗无效时,就需要进行人工关节置换。

无柄髋关节置换是目前国际最先进的治疗股骨头坏死等疾病的新疗法。相对于传统的有柄髋关节置换术来说,无柄髋关节置换不用移除股骨头和股骨髓,不用挖空股骨头,保留了大量的骨质,该手术对患者身体的损伤降低到最小的程度。因此,近年来无柄髋关节置换术以其对骨质破坏小、并发症少、人工关节使用寿命长、治疗费用低、可进行二次置换、适应20岁-90岁人群的优势迅速取代了有柄髋关节置换术。

南阳医专第三附属医院在南阳首家引进该项技术,填补了我市技术空白,并与市慈善总会联合开展“健行之梦”股骨头坏死百万爱心救助活动,针对全市各县区低收入患者群体进行医疗救助。凡符合条件并在南阳医专三附院接受无柄人工髋关节置换术的患者,在医保、农合、各种保险报销的基础上,每置换术将由市慈善总会直接捐助现金10000元。

相关链接:王镜山,副主任医师,从事临床骨科诊疗26年,曾于北京积水潭医院进修创伤骨科和小儿骨科,先后获科技进步二等奖5项、三等奖9项;撰写医学论文20余篇,省级以上专业学术期刊发表10余篇。擅长脊柱及四肢的复杂性骨与关节损伤,人工髋、膝关节置换,颈椎病、腰椎间盘突出症,椎管狭窄等病症的治疗。现任中华医学会河南省骨科分会委员,中国医师协会河南省骨科分会委员,南阳市医学会医疗事故鉴定委员会委员,南阳市科技局科技成果转化委员会委员。
联系电话:62238723 62238786 13937781968

三镜联合微创手术治疗胆结石

南阳市第一人民医院普外一科主任 王建华

胆道结石往往病情复杂,单靠一种或两种内镜有时很难达到微创治疗的目的,因此需要三镜联合。三镜联合起来治疗胆道系统结石能够取长补短,将微创技术的优势发挥到极致。

腹腔镜技术和十二指肠镜技术治疗胆管结石分两个阶段,即对怀疑或确定胆总管结石的病人在腹腔镜胆囊切除术前先行十二指肠镜逆行胆管造影(ERCP),行十二指肠镜下取石并鼻胆管引流术,待病情稳定后,后期再实施腹腔镜胆囊切除术。腹腔镜和十二指肠镜联合应用于胆管结石合并胆总管结石或十二指肠乳头炎、十二指肠乳头狭窄及其导致的胆源性胰腺炎、梗阻性胆管炎患者。

三镜联合时,术前列用十二指肠镜完成内镜下乳头切开取石、鼻胆管引流术,腹腔镜下行腹腔镜胆囊切除术、胆总管切开,胆道镜完成胆道探查取石。三镜联合应用完成手术,充分发挥各镜的优势,既提高诊断准确率,尽可能取尽胆管结石降低残石率,亦提高了胆石病治疗的操作难度,提高了微创治疗的成功率。我院普外科三镜联合治疗胆管结石、胆管结石、胆管占位、乳头狭窄等肝胆疾病,临床取得了很好的治疗效果。

相关链接:王建华,主任医师,市普外学会委员会副主任委员、河南省普外学会疝与腹壁疝小组成员。长期从事普外科常见病、多发病的临床研究工作,对肝、胆、胰、胃、肠等疑难疾病的规范化手术治疗有独到之处。电话:63310122 13937758332

疝气的微创治疗

南阳市第二人民医院肝胆微创外科 张德晓 王桂锋

腹腔镜疝气微创治疗,传统的疗法是开刀手术,创伤大,痛苦大,恢复慢,术后遗留疤痕较大、复发率高。随着现代科技的发展,医学的进步,手术逐渐走向微创化、科学化,以更小的创伤达到最佳的治疗效果,更加符合人们生理、心理需求。

腹腔镜微创治疗小儿疝气,只用注射器针头在腹壁扎一小孔,不游离精索,不留痕迹,无痛苦,成人疝气在腹壁打3个小孔,将能部分吸收的超微补片通过腹腔镜从腹腔内把缺损补上,由于穿刺孔远离病变部位,不破原已薄弱的腹壁,而且是从里面修补,抗压力更强,腹壁

更强健,并且一次把容易发生疝气的部位全部补上,预防其它疝发生,避免再次手术,恢复快,痛苦小,不留疤痕。

相关链接:张德晓,主任医师,肝胆微创外科主任,南阳市普外科副主任委员,擅长肝胆、胰脾、甲状腺、胃肠等疑难疾病的规范化手术治疗。
电话:13949376828 61609122
王桂锋,副主任医师,肝胆微创外科副主任,腔镜外科首席专家,擅长各类外科、妇科疾病微创手术,已成功开展各类腹腔镜微创手术6000余例,河南省第一个成功开展腹腔镜胆囊切除术和一孔腹腔镜微创子宫切除术,南阳市独家开展无痕迹微创小儿疝气手术,技术省内领先。
电话:13938981172 61609122