

反复头晕要查颈椎

运动量过大眼睛会报警

如果您喜欢使出浑身的力气去健身,那么我们应该提醒您,这样做会危害健康,特别是视力。巴西的眼科专家得出了这样的结论,他们认为健身者的视力取决于训练强度。

科学家进行了如下实验:在举杠铃前,科学家为所有受测者躺着测试了眼压,结果发现,运动时肌肉常常会酸痛,而这时眼压会发生很大波动。通过这个实验,科学家得出结论:如果您在运动时,出现眼睛疲劳的症状,就说明您的运动量过大,已经超出了身体的负荷。(张云献)

甩手锻炼可缓解便秘

北京中医药大学田桂华博士说:甩手确有保健作用,它的效果可以用四个“能”去总结,那就是,通过甩手可以让人能吃饭、能走路、能睡觉、能大便。能吃饭,代表肠胃功能很好;能走路,代表下半身的机能并没有减退;能睡觉,代表机体的神经功能处于平衡状态;能大便,代表机体正在排毒,免疫力是正常的。

随着年龄的增加,许多人不仅有便秘的情况,更多的老年人还有尿频的症状。甩手通过对前后二阴括约肌的约束作用,不仅可以治疗便秘,还能够很好地治疗尿频。(叶小北)

体重减轻能缓解偏头痛

研究发现,严重肥胖且有偏头痛者,在减重手术后6个月,发生头痛的天数减少。

研究人员以多名偏头痛且又有肥胖症的人为研究对象,记录头痛发作频率、疼痛程度。他们在做完减肥手术平均减约30公斤后的6个月,不论选择了哪种减重方式,头痛发作频率、疼痛程度均有所下降,手术前有半数病患表示偏头痛引起中度到严重的失眠,但是术后减少到只有12.5%。

(高磊)

□ 本报记者 田军

近日,有多年高血压病史的张大爷起床时,突然感到天旋地



转、头痛恶心,血压也一个劲升高,反复检查后被确诊为颈性眩晕,而这些症状都是因颈动脉供血不足所致。

对此,有关专家指出,颈性眩晕在眩晕患者中占较大比例,一旦出现眩晕症状最好及时就医检查,以避免出现缺血性脑卒中。据资料统计,约有80种疾病可以产生眩晕,其中与颈椎疾患密切相关的颈性眩晕在临床上较为常见。

据市第九人民医院的专家介绍,颈性眩晕是指因颈椎退变或颈神经受刺激后导致动脉供血不足而引起的头痛、眩晕、耳鸣、颈项僵硬、视觉障碍、恶心、呕吐等一系列症状的综合征。

在现在医学上,这又被称为“颈椎病椎动脉型”颈椎病交感神经型”椎-基底动脉供血不足”后循环缺血综合征”。以往认为,颈源性眩晕是由椎动脉本身病变导致的,近来的研究证实,椎动脉神经丛受刺激而引起动脉管壁的痉挛,从而导致出现一系列供血不足症状。造成颈性眩晕是因为颈椎骨质损害,比如颈部外伤、颈椎病、颈椎退行性改变、骨质增生、炎症、外伤等。

另外,颈部软组织病变也会造成颈性眩晕,比如颈肌损伤,风湿性颈肌炎、颈部关节囊肿胀、外伤,颈椎间盘突出症、韧带损害、神经根炎、神经根损害等。

医生提醒,一旦出现眩晕,最好及时到医院进行相关检查,明确病因后才好对症治疗。检查时可通过体征检查和一些影像学检查,找出病因。

永久脱毛 亮出美丽

不能穿时尚的短裙,更不能穿性感清凉的泳装,美丽被尴尬的体毛完全剥夺,为了祛除体毛,你尝试过哪些方法?剃刀刮,镊子拔,上百元的脱毛膏一支支买回家?可是,当短短几日体毛又重新冒出来时,你的耐心是不是被消磨殆尽了?要怎样才能彻底告别恼人的体毛?

市第三人民医院中医美容科引进以色列飞顿2号激光光子工作站,采用复合彩光技术脱毛,特定波长的彩光作用于毛囊,其热能被毛囊中的黑色素吸收,使毛囊凝固坏死,从而达到永久性脱毛的效果。汗腺、皮脂腺内不含黑色素,彩光对其无任何影响。此项技术是世界上第一项经美国FDA认证的安全有效祛除所有种类多余毛发的光子脱毛技术。治疗过程

不会伤害皮肤,对身体没有任何副作用。治疗后不会产生色素沉着,不会出现炎症,皮肤还会变得更加富有弹性,美丽动人。

相关链接:陈义,南阳市第三人民医院门诊部主任、中医美容科主任、副主任医师。2000年荣获河南省医药科技进步二等奖一项。曾在广东省中医院进修,师从国内一流皮肤科专家教授。擅长运用中医传统疗法,融合现代激光技术先进快捷的完美医学模式,治疗黄褐斑、雀斑、老年斑、咖啡斑、红血丝、色素痣、太田痣、血管瘤、痤疮等损容性皮肤病和郁积性皮炎、湿疹、荨麻疹、体癣、瘙痒症等老年性皮肤病。

地址:中州路311号(梅溪宾馆东隔墙) 联系电话:60182988

NYWB 名医论坛

为了给广大读者提供切实的服务,本版开设《名医论坛》栏目。我们将邀请我市一些知名医院的专家和我们一起探讨健康问题,然后选出具有代表性的问题予以刊登。

本期客座专家:
南阳市第三人民医院 陈义



编辑:田军
创意:翟倩
质检:杨凤

南阳晚报

房产搜搜搜

广告咨询电话:63136669

售房

北京路与麒麟路交叉口麒麟公馆有新房一套,三楼90平方米。电话:13937781116

滨河路沼气家属院4楼84平方米急售。联系电话:13937709207

南航蓝天游园东3楼3室2厅107平方米,市证,采光好,不还价37万。电话:15938867041

天山东路新闻发布中心东200米影苑安置小区高层10楼122平方米,急售3800元/平方米。电话:15565666919
魏营独院。电话:13137797997

售房

售车站南路中达明育新城B区6楼127平方米带储藏室。电话:18638997622

北京路运管所附近有一单元房出售,3室2厅2卫,精装修,39万。电话:18637756755

白河镇龙王庙居民点新盖六层楼一幢,水电齐全,出路好,欲出售。电话:18237791666

向阳荷花广场1号楼6楼小公寓35平方米有电梯,中央空调,商住两用,低价转让。电话:15539999786

人民北路市政协家属院120平方米,有房产证、暖气、水、电,急售。电话:1880377160

售房

中心医院附近有一单元房急售,85平方米,价格面议。电话:13937732794 王先生

武侯路二十二中分校附近九层带电梯期房,大小户型齐全,全市最低价。电话:63130279

理工学院内高层6月交房,19楼南户122平方米3室。电话:15139072238

独山大道汉景苑阳光准现房16楼3室2厅142平方米。电话:15036227300

车站南路中达明育新城现房高层97平方米,价优面议。电话:13838779088
李女士

售房

独山大道汉景苑106.8平方米19楼朝阳。电话:13613991799

滨河路向阳荷花广场公寓房36平方米急售。电话:1593777906

县医院附近桑园路某小区一楼3室2厅131平方米43万,市证。电话:13693852783

人民路北钢材市场高层现房,面积101.15平方米急售。电话:13323778966

裕华商城一楼B区商铺16.19平方米32万欲售。电话:13783778296

璟都国际一楼有花园,可停车,首付23万。电话:13598291081

售房

柴庄口与光武路万家园有住房一套,6楼150平方米急售。电话:18238142937

市政协家属院单元房五楼3室2厅120平方米,市证带暖气95万元。电话:13193664441

新华城市广场负一楼19.2平方米,2008年原价出售,7月即可收租。电话:13782199926

工业路南段3室1厅四楼91平方米朝向好,22中学区。电话:15203861308

高新路与明山路交会处金色嘉园6楼东南户96平方米。电话:18237710958

市人大家属院3楼120平方米3室2厅,有暖气,已装修,家具齐全,有储藏室,大市证,86万。电话:15203772168

售房

白河南五中北单位家属院二楼138平方米3室2厅2卫,大市证。电话:15993169955

天山路泰昌小区二楼133平方米3室2厅送车库,大市证。电话:13782099519

出售建业森林半岛90平方米单元房。电话:15518936107

张衡东路尚座花园十楼3室2厅,面积120平方米急售。电话:13137075740

22中门口红庙路单位家属楼12楼3室2厅正在建,首付一期25万。电话:13271359316

张衡路与独山大道交叉口高层新房3室2厅140平方米急售,可按揭,直接过户。联系电话:13937700057

售房

张衡东路康泰小区安置房3套80平方米、120平方米,可选楼层。联系电话:15236060535

南阳市文化路北端盛世龙源2号楼23层(共30层)3室2厅2卫单元房122.83平方米)急售。电话:13603776378

13683771578
白河边万家园14楼97平方米,20楼139平方米,有中央空调,免更名费。电话:13213728802

七一路怡博花园10楼面积176平方米4室2厅带大车库。联系电话:15893386024

敬告:使用本报分类信息请供需双方认真核实有关证明材料,签订有效法律合同。