

## 入秋莫忘预防 这些“秋季病”

□本报记者 魏应钦

立秋刚过,但盛夏的暑气还没有消退,时不时还有些燥热难耐。医生提醒,入秋后,昼夜温差开始逐渐加大,人们容易放松对寒凉的警惕,加上季节交替,人体的免疫力可能会下降,因此有多种疾病需要提防。

### 季节交替谨防风湿病

新华区人民医院风湿免疫科主治医师马永池说,夏秋交替,白天暑气逼人,夜间寒气却渐渐袭人。秋季干燥,易出现关节痛和干燥综合征。

值得注意的是,很多风湿病、关节病患者对于季节转换很敏感,尤其是阴天、下雨、寒冷等天气时,便会出现关节肿胀、疼痛加重的症状。还有一些患者夏天对着空调吹一点事儿都没有,立秋过后,吹空调和电风扇就有点受不了,很容易出现关节肿胀、疼痛的症状。因此,关节炎患者要尽量避免空调和电扇直接对着身体吹,也不可长时间待在空调房里,不要着凉,随时注意保暖。

秋季还易出现干燥综合征。干燥综合征并非眼干、口干那么简单,除口、眼干燥外,患者还会出现乏力、低热等症状。若不及时治疗,会带来许多并发症。有不少患者因为平时对眼干、口干不当回事,以为喝点水、点点眼药水就可以了,从而忽视了疾病的这些早期表现,直至有了其他症状去就医,才发现是干燥综合征在捣鬼。

### 入秋小心小儿腹泻

“立秋后,随着季节变化,昼夜温差大,要小心孩子秋季腹泻。”市中医院儿科门诊护士长岳亚军说。每年秋季都是小儿腹泻和呼吸道疾病的高发期。现在刚入秋,小儿腹泻的高峰虽然还没有到来,但近期呼吸系统疾病的患儿还是不少,他们门诊平均每天有400多人。

秋季腹泻与一般腹泻不同,大多是由轮状病毒引起,潜伏期一般为1至3天。其起病急,初期常伴有感冒症状,部分患儿还会发热和呕吐,大便呈水样或蛋花汤样,每天达

十多次,严重腹泻或治疗不及时,可很快出现脱水症状,后果严重。

### 要警惕心脑血管和呼吸系统疾病

“一般天气转冷时,心脑血管和呼吸系统疾病的患者会增多。”市二院急诊科医师黑宝成说,虽然现在心脑血管和呼吸系统疾病的患者还没有明显增加,但随着天气逐渐变凉,有高危因素的市民要引起重视。

秋季是夏冬的过渡季节,寒暖渐变,常常不易立即感觉到,且秋季的寒暖又常反复,使心血管疾病患者防不胜防。天气慢慢转凉,血管收缩,容易引起心脑血管供血不足,再加上秋季天气干燥,人体水分容易不足,导致血液黏稠度过高,进而使血液流通不畅,可能致使血管堵塞,从而诱发心脑血管疾病。

另外,秋季天气变化较为频繁,又多骤变,人们身体疲劳、受凉而致抵抗力降低时,容易患上呼吸系统疾病,特别是老人和小儿。

## 导读

### 秋季养生 重在养肺

[B6]

### 全城征集缺牙患者 市民口福“种”出来 平顶山美年口腔公益 援助活动全面开启

[B4]

### 市中医院周围血管科: 两项糖尿病足 活动近日启动

[B8]

### 鹰城七夕相亲会将在 常绿·林溪美地举行

[B7]

### “赢在中原” 理财大赛选手展示

[B8]



鹰城微健康



平顶山金融圈

