

夏秋之交 谨防这些“气象病”

□本报记者 魏应钦

近日,40多岁的市民王女士因为关节疼痛前往医院就诊,医生告诉她,这是患了“气象病”。

什么是“气象病”?新华区人民医院风湿免疫科主治医生马永池说,气象病就是换季病。人们常说的春温、夏湿、秋燥、冬寒等都属于“气象病”。在夏转秋、温差渐大的这段时节,“气象病”的危害较为严重,包括口角炎、口腔溃疡、关节痛等。夏秋之交,大家要注意预防“气象病”,尤其是老人和孩子。

关节病患者“秋冻”要适度

“天气转凉,温度、湿度变化大,容易引发关节疼痛,应注意保暖。”马永池说,夏秋之交,有时酷热难当,有时凉气袭人,极易发生外寒内湿的关节痛症。俗话说:春捂秋冻,不生杂病。所谓“秋冻”,一方面是说秋季天气凉爽,有助于锻炼耐寒能力,在温度逐渐降低的环境中,经过一定的锻炼,能促进身体的新陈代谢,提高对低温的适应力,从而为即将到来的寒冷天气做好准备;另一方面,中医认为,秋季天气干燥,宜养阴,如果穿得太多,易伤阴生燥,对身体不利。但对关节病患者来说,“秋冻”要适

度,因为温度过低易引起关节部位的疼痛,尤其是有受凉受寒病史的患者更应注意。

在临床上,常见的关节炎有类风湿关节炎、骨关节炎、强直性脊柱炎、痛风性关节炎等,疼痛和肿胀是关节炎的常见表现。关节疼痛及炎症可引起关节周围组织水肿,导致关节活动受限。慢性关节炎患者由于长期关节活动受限,可能导致永久性关节功能丧失。关节炎患者平时尽量做好关节的保护事宜,注意保暖,如果出现问题,要马上就医。

气候变化易诱发口腔疾病

马永池说,近来,口腔溃疡和口角炎患者明显增多。大多数人都有过口腔溃疡的经历,虽然看起来不是什么大病,但患者往往因口腔溃疡、进食困难而心烦不已。口腔溃疡属于中医所说的“口疮”“口糜”范畴,该病的发生与心脾胃肾等脏腑功能失调关系最为密切。引起口腔溃疡的原因很多,主要与熬夜、免疫力低下、精神压力大等因素有关。天气发生明显变化时,溃疡病患者的症状会加重。另外,秋季天气干燥,冷干的气候常使口唇、口角周围皮

肤黏膜干裂,周围的病菌乘虚而入造成感染,引起口角炎。

需要特别注意的是,口腔溃疡如果久治不愈,要警惕是白塞病。它是一种以溃疡为主要表现的自身免疫性疾病,但它却不是一般的口腔溃疡,口腔溃疡只是白塞病最重要的一种症状。除口腔溃疡以外,白塞病还会出现在身体的其他部位,主要是眼部。约80%的患者有眼疾,比如葡萄膜炎,这时就会出现视力下降的情况。其次是皮肤。最常见的是结节性红斑,多在四肢发生,尤其以下肢多见。面部可反复出现疔肿、毛囊炎等,有时生殖器官也会伴随出现症状。很多患者在刚遭遇白塞病时会误认为是口疮或慢性肠炎、胃溃疡等,并不引起重视。

“除了上述疾病,初秋还容易发生牙病、过敏症、流感等‘气象病’。”马永池说,夏秋之交天气变化无常,昼夜温差较大,容易发生与气象相关的疾病。因此,我们平时要多加预防,饮食上多吃清热生津、养阴润肺的食物,注意补充水分,尽量少吃或不吃辛辣油腻的食物,同时不要暴饮暴食,增加肠胃负担,做好秋季养生。

导读

军中绿花 结出累累硕果

[B3]

21岁女孩腹腔内 7公斤肿瘤被成功 摘除

[B4]

七夕搭鹊桥 千里来相会

——鹰城七夕相亲会现场见闻

[B7]

鹰城万人相亲鹊桥会 微信报名人数激增

[B7]

午觉养生? 三类人睡有弊无利

[B8]



鹰城微健康



平顶山金融圈

