

服用膏方有讲究

并非人人都适合

天气转凉,又到了一年膏方滋补的时节。秋冬季节用膏方进补,具有补虚扶弱、防病治病等作用。但服用膏方的时间、方式都有讲究,也并不是每个人都适合。

膏方进补需辨证施膏

据介绍,根据制作过程是否加入蜂蜜,膏方分为清膏和蜜膏。中药煎煮浓缩后直接收膏者为清膏,收膏时加入蜂蜜称为蜜膏(又称“膏滋”),后者尤其适合年老体弱、有慢性病者。

根据膏方中是否含有动物胶或胎盘、鹿鞭等动物药,还可以将其分为素膏和荤膏。素膏由中草药组成,不易发霉,四季均可服用;荤膏中则含有动物胶(药),多属温补之剂,且不易久存,一般冬季服用。

膏方既有滋补身体的作用,又有治疗和预防疾病的功效,如处于慢性消耗性疾病的过程中或大病后、身体虚弱时,可以采用膏方调治。膏方进补的最好季节是冬季,其他季节也可服用。但进补需辨证施膏,因人而异,不能盲目使用。

膏方适宜空腹服用,每天早晨吃一匙(20ml左右),开水溶化,也可直接含服。有时为了加强疗效,也可早晚各服一次。

膏方功效及适用人群:

1.补虚扶弱。适合气血不足、五脏亏损、体质虚弱、经常感冒者及亚健康人群;肿瘤放疗后处于康复阶段者;因外科手术、产后及大病、重病、慢性消耗性疾病出现各种虚弱症状者。

2.延年益寿。中老年人由于机体各脏器功能随着年龄增加而逐渐下降,进补膏方可以养颜美容、延缓衰老、强身健脑、提高免疫力。

3.纠正亚健康状态。适合因生活不规律,体力、精力透支,出现头晕腰酸、疲倦乏力、睡眠欠佳、头发早白等处于亚健康状态者。



资料图片

4.防病治病。适合各种慢性疾病,如反复咳嗽、过敏性鼻炎、哮喘、慢性胃炎、颈肩腰痛、贫血、失眠、月经不调、不孕不育、更年期综合征等疾病者。

服用膏方期间需忌口

值得注意的是,膏方是针对个体状况、体质状态而定的,必须在医生指导下选择服用。而且膏方不宜与常服药同服,可间隔1-2小时服用。

另外,服用期间需忌口,一般应忌食生冷、油腻、辛辣等不易消化及有特殊刺激性的食物;服滋补性膏方时,不宜过量饮茶;某些膏滋药还忌食某些食物,如服含人参的膏

时忌食生萝卜,服含首乌的膏时,忌猪羊血及铁剂。

新近患有感冒、咳嗽之人,宜暂时停药;胃肠不适者,应停药一两日,若腹胀可冲服陈皮水等。已明确怀孕后,不建议继续服用膏方。急性病和感染者,慢性病急性发作时,也应暂停服用。

膏方讲究定制,但对于工作、生活繁忙的现代人来说,花上一整天的时间熬制膏方并不现实。在这种情况下,可以考虑使用医院熬制好的协定膏方。协定膏方针对较为常见的疾病症候群,随开随取,不需等候制作,尤其方便外地患者;小瓶密封包装,可存放时间较长。(伍仞)

总医院引进新型智能射频消融系统治疗癌症

本报讯 近日,在平煤神马医疗集团总医院“多学科肿瘤会诊”活动上,该院介入科引进的新型智能射频消融系统受到了专家的认可和赞赏。

据悉,以射频消融为代表局部消融治疗是借助影像技术的引导对肿瘤靶向定位,用物理或化学的方法杀死肿瘤组织;影像引导技术包括超声、CT和MRI;治疗途径有经皮、经腹腔镜手术和经开腹手术三种。射频消融治疗的特点:一是直接作用于肿瘤,具有高效快速的优点;二是治疗范围局限于肿瘤及其

周围组织,对机体影响小,可以反复应用。

据介入科主任朱培欣介绍,过去采用局部消融治疗取得了很好的临床效果,已经成为继手术切除、介入治疗后的第三大癌症治疗手段。此次,引进新型智能射频消融系统将为更多癌症患者送去多元化治疗福音。目前,该项技术可应用于人体器官良、恶性肿瘤,目前临床应用较多的是肝癌、肺癌、乳腺瘤。原发性肿瘤、转移性肿瘤、不能手术切除的晚期肿瘤、手术中探查发现不能完全切除的肿瘤、不能承受放疗化疗的肿瘤患

者,均可接受射频消融治疗。

此外,射频消融治疗还为许多失去手术机会的、被判“死刑”的晚期肿瘤患者提供了一期手术的机会。作为一种微创手术,射频消融术具有创伤小、并发症轻、患者痛苦少等特点,术后在患者体表几乎不留疤痕。这点在甲状腺和乳腺结节治疗中具有明显的优势。甲状腺和乳腺结节消融治疗既能达到外科手术切除的效果,又可避免外科手术带来的美观上的影响,更符合年轻男女的审美要求。★(李莹)

冬季天冷突然视力下降 谨防眼睛受凉“中风”

本报讯 民间有一种说法:“人全身上下,唯独眼睛不怕冷。”这其实是一种误区,眼睛也可能因为受凉,眼底血管阻塞引发“眼中风”症状。专家提醒,气温骤降,如患者出现视力突然下降,可能是眼睛受凉“中风”,一定要及时就医,以防不可逆性损伤。

最近,家住重庆沙坪坝区的秦奶奶出现视力模糊,最初并没在意。可症状加重后,秦奶奶视力接近失明。经医院检查,秦奶奶可能是由于天气变冷,导致眼睛受凉出现了“眼中风”。

“眼中风”与“脑中风”类似,多发于中老

年人群,高血压、高血脂症、动脉硬化等疾病是重要基础病变。重庆新桥医院眼科主任袁容娣教授介绍,老年人由于血管硬化,末梢循环相对较差,气温骤降血管易收缩异常,可能出现突发性视力急剧下降或丧失。

“‘眼中风’是突发且无痛的,如果遇到视物模糊,甚至单眼视力突然丧失,须尽快找眼科专业医师检查。因为90分钟是抢救视网膜中央动脉阻塞患者的黄金时间。超过90分钟,视网膜神经组织常会发生不可逆性损伤。”袁容娣说。

此外,眼科专家还提醒,在冬季,除了要

预防“眼中风”,还应注重预防以下三种眼疾:一是干眼症。冬天受寒风刺激,眼睛易干涩、刺痛,应多补充人工泪液,注意保湿。二是青光眼。青光眼是以眼内压力升高、视乳头血流灌注不良、合并视功能障碍的一种常见致盲眼病。特别是原发性和继发性青光眼在冬季发病率最高,这是因为气温降幅过大,会使植物神经调节功能发生紊乱而干扰血压,造成眼压波动。三是结膜下出血。天气变冷时血管会收缩,血压升高,若血管弹性差,容易破裂造成结膜下出血。

(李松)

远距离徒步“少儿不宜”

鼓励儿童运动、锻炼是好事,但要适度。对于儿童的活动一定要遵循其生长和发育的特点而进行。

首都医科大学附属北京儿童医院骨科主任张学军教授近日提醒,儿童不宜参加远距离徒步行走,比如超过20公里的行走。

首先,长走对儿童下肢的影响很大,可能导致骨骼早期钙化,影响身高。就儿童而言,有些运动损伤是难以彻底恢复的,严重的会影响到儿童的正常生长发育。

其次,正处于生长发育的儿童,关节中的软骨还没有完全长成,长时间过度磨损,也会造成膝关节、髌骨关节的损伤。

此外,儿童的心脏组织都没有发育完全:一是在呼吸、循环方面,儿童的肺活量相对较小。二是过度运动会使儿童心肌壁厚度增加,限制心腔扩张,影响心肺功能发育。

超极限运动或过度运动还会造成意想不到的危害:比如运动后身体脱水不仅会给心脑血管带来负担,还会直接伤及肾脏,导

致肾衰竭,缺血性酸中毒。

国外研究还表明,儿童如果进行超越正常体能的运动,还可能造成心理上的伤害。美国儿童运动与健康顾问研究院McCambridge博士建议,真正有目的的耐力锻炼应该在14岁以后开始为宜。

张学军也建议,儿童更适宜参加比如舞蹈、游泳、短距离的跑步、跳绳等运动,以及一些益智游戏等。

(甘露)

结核病防治专栏

老年人肺结核的特点

根据结核病流行病学调查结果显示,除青少年结核病发病率高以外,60-70岁的老年人亦呈发病高峰。其原因是:老年人免疫功能下降,加之老年人合并肺部及全身性疾病可引起隐匿型或陈旧性病灶的复燃;老的结核复发,也有一部分老年人肺结核是青少年时期发病,受当时历史条件限制,未得到正规及时的治疗,至老年复发;人口老龄化,老年人口比率增高,使老年人肺结核构成比增加。

老年人肺结核有以下临床特点:

1.症状不典型。缺乏典型的结核病症状,如低热、盗汗、咳嗽、咳痰、消瘦等。

2.并发症多。常合并有其他慢性肺部疾病或全身慢性病。

3.复发率高,复制病例多。有材料报告,50岁以上的肺结核患者中75%为复治病例。

4.治愈难,病死率高。相当一部分老年人肺结核,既往患肺结核未经治疗或治疗不彻底,不正规而形成慢性病,加之老年人免疫功能低下,脏器功能减退,并发症多等原因,大大增加了治疗难度,治愈率低,且病死率高。有报告称,60岁以上肺结核患者病死率占肺结核总病死率的47%。

5.误诊率高。由于老年人肺结核症状不典型,缺少结核病中毒症状和体征,所以老年人肺结核误诊率高,有资料报告,误诊率达65%。

由于老年人肺结核有以上五大临床特点,老年人要特别注意结核病的早期诊断,尤其重视痰涂片杆菌的检查。老年人肺结核的治疗原则,也要遵照结核病的化疗原则,早期、联合、适量、规律、全程。由于老年人的生理特点,应用抗结核药物时,特别要注意药物的肾毒性、肝毒性和耳毒性。(平顶山市第二人民医院 韦旭)

中医提醒:

冬季四类人群宜适时进补

本报讯 “小雪”节气已至,不少人开始关注冬季养生。中医专家提醒,气虚、阳虚、年老和术后康复人群,可合理进补,从而增益健康。

甘肃省第二人民医院首席中医专家王世彪说,民间素有“冬令进补,春天打虎”的说法,大致意思为,冬季是人体吸收营养、贮藏精华、恢复健康的最佳时机。

“中医认为,人有精气神必须靠阳气。”王世彪介绍,气虚者会气短乏力,阳虚者多出汗怕冷、精神不振,老年人和术后患者大多阳气亏虚,应通过食补来增加体内热量,改善因阳气不足导致的手足不温、畏寒怕冷等症状。

王世彪介绍,我国各地有不同的食补特色,如北方人爱食用羊肉,南方人多喝保健茶品。“像东汉名医张仲景创制的当归生姜羊肉汤,有助于温补肾阳、益气养血,深受南地北人的欢迎。”他说,此外当归、黄芪、人参都是理想的温补药材,可以补足五脏阳气。

王世彪提醒,冬季养生还应积极注意保暖。我国素有“十病九寒”之说,这是因为大部分疾病都是受寒引起的,冬季尤其应防止头、脖、前胸、手足部位受冻。(梁军)

平顶山博爱妇产医院

港式医院、平价医院 新农合、医保定点医院

平顶山博爱妇产医院是以女性为主要服务对象,集妇产科特色诊疗,女性心理、生理保健于一体的现代化专业女性全科医院,全程引进香港管理模式,秉承“质优、价廉、温馨、快捷”的医疗理念与管理模式,致力于为平顶山广大女性朋友提供高品质低收费的医疗服务。

咨询电话:8861111

地址:建设路与新华路交叉口东50米路北