

三叉神经痛发作 八旬老人疼得大哭

市中医院医院神经外科微创治疗三叉神经痛

本报讯 近日,家住市区矿工路中段的82岁的魏老先生在家人的搀扶下,慕名来到市中医院神经外科问诊。老人患三叉神经痛多年,近一周来疼痛发作频繁,在问诊过程中,老人病情突然加重,疼得一下子跪倒在地上,放声大哭!

微创技术一招祛痛

该院神经外科主任冯树贵当即收治老人住院,第二天一早为老人实施了微创三叉神经痛微球囊压迫术。术后,魏老先生的疼痛完全消失。老人不无感慨地对冯树贵说:“真是术前地狱,术后是天堂。”

冯树贵介绍,三叉神经

痛又叫“天下第一痛”,三叉神经分布在头面部,发病骤发、骤停。其反复发作的闪电样、刀割样、烧灼样疼痛让患者饱受折磨,好多患者疼来自杀的念头都有。长期患有三叉神经痛的患者,说话、洗脸、刷牙或微风拂面,甚至走路时都会导致阵发性的剧烈疼痛。

过去,三叉神经痛没有较好的治疗手段,很多患者通过药物维持治疗。随着药物用量的逐渐增大,最终不能有效止痛,让众多患者濒临绝境。而在市中医院,由神经外科开展的经皮穿刺微球囊压迫术(PBC)成为解除疼痛的有力“武器”!

该手术通过一个小小

的针眼和一个小小的球囊,能轻松解决三叉神经痛,为众多患者解除了病痛,受到患者广泛好评。魏老先生对该科非常感激,出院时,他将自己书写的“精益求精”的书法作品送给了神经外科团队。

规范诊疗惠患者

据冯树贵介绍,自2004年起,该科就致力于三叉神经痛的诊疗,形成了规范化的阶梯治疗模式,已治疗各种三叉神经痛患者2000余例,其中采取微创无痛的PBC手术已开展百余例,全部成功,目前在本地处于领先地位。

冯树贵表示,PBC以安全、可靠、并发症轻微的优

势成为国内治疗三叉神经痛的首选方法,几乎适用于各类型和任何年龄段的三叉神经痛患者,尤其适合高龄体弱、对开颅手术依从性差的患者。

为帮助到更多的三叉神经痛患者,近年来,该院始终坚持规范化治疗,打造了一站式神经外科疾病诊疗平台,以各种治疗方法来满足患者不同需求。

冯树贵说,目前三叉神经痛主要治疗方式有药物治疗、射频消融、微球囊压迫治疗、手术治疗等,该院是河南省少数几家能将各种治疗方式整合、制定完整的三叉神经痛治疗体系的医院。

(李莹)

生姜可以生发? 头发会越擦越少

近年来,面对“秃”如其来的难题,很多人期待用老祖宗的智慧来解决。于是,“生姜擦头皮可以生发”等古法妙招,在网上被疯传,也带火了相关食材的销量。可从现代科学的角度来看,这些偏方真的有用吗?

首先来了解一下脱发。毛发是有生长周期的,包括生长期、退行期和休止期3个不同阶段。在正常的头皮中,90%到95%的毛发都处于生长期,而剩下的5%到10%的毛发处于休止期。这些处在休止期的毛发在一段时间后会自然脱落。正常生理情况下,毛发脱落的速度为每天50根到100根,这个数量会因个体差异和季节变化而有所不同。如果发现自己每天的脱发量超过100根,就需要加以关注了。

如果发现自己只是少量脱发,且持续时间并不长,则可以尝试通过调节生活方式来改善。不过,若发现自己脱发的情况逐渐加重,且持续时间较长,则建议还是去医院请医生给出明确的诊断,再对症治疗,以免延误病情。

在临床中,最常见的脱发类型为休止期脱发,这一类型的脱发多与疾病或生理状态的改变相关。如果患者是因生理状态改变而引起的休止期脱发,如不当的节食,那么找到发病诱因,再进行针对性的调整,脱发情况是可以得到改善的。

此外,也有一部分患者的脱发类型属于雄激素性脱发,这部分患者以男性居多。这类患者多有家族遗传史,是不能单靠改变生活习惯来延迟病程发展的,还是要去医院接受正规的治疗。

对于网上盛传的生发秘方,建议大家要谨慎对待。尤其是“生姜擦头皮”,这种做法极不科学。目前已有科学研究证实,生姜的提取物6-姜酚,可抑制毛发生长,外国甚至有人试图将这种提取物加入脱毛膏中。因此,用生姜擦头皮,不仅不会生发,反而可能会越擦头发越少。

其实预防脱发,可以从日常点滴做起。

在日常生活中,要注意劳逸结合、心情放松,尽量避免熬夜和长时间的精神压力,避免消耗过大的体育运动。对头发的保养和护理也要讲究方法,避免长时间梳过紧的发辫和频繁地烫染,使用吹风机时温度不要过高,洗发后要适当在发梢使用护发素,注意头发的防晒,使用稀齿圆头的梳子。

饮食上,要均衡摄入各种营养素,不要节食减肥,多摄入一些富含不饱和脂肪酸、蛋白质、铁、锌、钙、铜、碘的食物。如果方方面面都注意到,想拥有一头乌黑浓密的秀发,也不是件太难的事。

(陈雪)

冬天吃“薯” 减重防便秘

俗话说:“春吃花、夏吃叶、秋吃果、冬吃根。”这里的根就包括红薯、紫薯、山药、土豆等薯类食物。

除了应季外,冬季常吃薯类食物还有多种好处。第一,预防便秘。冬季活动量减少,更容易发生便秘。大量研究显示,每天适当吃一些薯类,可降低便秘风险。原因在于,薯类膳食纤维含量丰富,能够促进肠道健康,预防便秘。第二,有助控制体重。天冷时吃得多动得少,更容易长胖。薯类脂肪含量低、水分高,饱腹感强。与多种食物相比,吃到同样饱的情况下,薯类摄入的能量更少。因此,用薯类替换一部分精米白面,能减少能量摄入,有助控制体重。第三,有助补充维生素C。很多人冬天果蔬吃得少,导致维生素C缺乏,而土豆、红薯等薯类的维生素C含量远高于其他主食,甚至高于大多数的根茎、鲜豆和茄果类蔬菜。除了这些共性外,不同薯类还各有特长。

土豆是含钾大户。数据显示,100克土豆中钾含量为347毫克,热量是81千卡。而100克精白大米中的钾含量是112毫克,热量是346千卡。因此,用土豆代替一部分大米,非常有利于控制血压。研究结果也显示,相比于精米白面为主的饮食,以土豆为主



资料图片

食更利于心血管健康。此外,土豆还富含多酚类物质和中国人容易缺乏的维生素B1、维生素B2等多种B族维生素。土豆适用于各种烹调,但最佳吃法是蒸、煮、炖等低温做法,尽量避免油煎和油炸。

红薯富含类胡萝卜素。黄心红薯的颜色来源于类胡萝卜素,颜色越深,类胡萝卜素含量越高。这种营养素在人体内可部分转化为维生素A,有助促进生长发育,保护夜视力,提升免疫功能。肠胃功能比较弱的人,吃过多红薯易刺激胃酸大量分泌,引起腹部不适,但把红薯与

大米一起煮粥喝,能有效缓解腹胀等不适感。

紫薯抗氧化。紫薯又叫黑薯,其最大的优势是富含花青素。这种植物化学物抗氧化能力特别强,有助清除体内的自由基。研究表明,补充花青素可以有效减轻不同人群的机体炎症反应。炎症反应与多种慢性病发生发展关系密切,如肥胖、动脉粥样硬化和恶性肿瘤。花青素具有遇碱变蓝的特点,因此用紫薯煮粥时最好不要加碱,滴几滴柠檬有助于保持漂亮的紫色。

山药调养脾胃。冬日养生的一大要点就是调养脾

胃。中医认为,山药性平、味甘,归肺、脾、胃、肾经。历代古书对山药的滋补作用均有记载,《本草纲目》中提到,山药益肾气、健脾胃。据记载,慈禧为健脾胃而吃的“八珍糕”中就含有山药成分。从现代营养学的角度分析,山药含有淀粉酶、多酚氧化酶等物质,能促进消化、改善胃肠功能。山药吃法多样,可将它与大米、小米、红枣等熬成杂粮粥,也可将山药干研细磨粉后与米粉混合,熬成糊糊喝,还可将山药蒸熟后制成蓝莓山药食用。

(马跃青)

腺元堂肾腺双调四步疗法 助力尿频尿急等肾亏患者健康

本报讯 位于市区联盟路与朝阳路交叉口南20米的腺元堂肾腺养护中心开创了“一通二清三调四补”的肾腺双调四步疗法,能解决因前列腺、肾虚引起的排尿问题和夫妻生活问题带来的烦恼。

腺元堂对每位顾客一对一服务指导,进店顾客均实行先免费体验,试用产品效果,用后再做决定,不花一分冤枉钱!

中医认为,肾和前列腺

相互关联。肾藏精,主生殖,而前列腺因属肾所主,因此,肾不好的人,前列腺容易出问题,而前列腺有问题的人,肾基本都有问题,调理前列腺疾病的同时再去养肾,方可达到满意效果。腺元堂除

改善因前列腺问题引起的尿频、尿急、尿分叉、尿失禁、尿等待、阴囊潮湿等外,对阳痿、早泄等男性问题也有一定的改善效果。顾客需提前预约,预约电话:15537554268。

(小刘)