



## 出汗后马上擦干并不好

高温条件下,汗腺会分泌出大量汗液,其蒸发时会带走热量,起到散热降温的作用。人体每蒸发1毫升汗液,就可带走0.58千卡热量。尤其是在环境温度接近或超过体温时,蒸发汗液就成为人体唯一的散热方式。如果出汗后立即擦掉,就不能发挥其蒸发散热的作用;同时由于热量没有散发,汗腺还会继续分泌汗液,导致体内更多的盐分、维生素等随之消耗掉,对健康不利。不过,如出汗后立刻进空调房,就应立刻把汗擦掉,同时还要避开冷风直吹,以免汗腺阻塞。

# 千余名淄博市市民家门口看名医

## “齐鲁名医下基层”第八站走进淄博

本报淄博6月1日讯(记者 陈晓丽)

5月30日上午,由本报联合省内部分知名综合(专科)医院等举办的“齐鲁名医下基层大型公益巡诊活动”第八站走进淄博市山东铝业公司医院,来自山东大学齐鲁医院、山东大学第二医院、山东省千佛山医院、山东省交通医院等多家省城医院的十多位专家为千余名当地群众进行了免费义诊和检查。

“我心脏早搏,一直在吃着药,可是病情总是反反复复,不能彻底治愈,该怎么办啊?”提前好几天就到医院预约挂号,30日上午不到8点就赶到义诊现场等待,76岁的王老先生第一个来到山东大学齐鲁医院内科主任医师刘同涛面前就诊。

在仔细查看了王老先生带来的心电图和心脏彩超资料后,刘同涛又为王老先生测量了血压,发现他的血压偏低,然后解释,由于王老先生心脏早搏的症状较轻,因此不必采取特别的治疗,如果病情严重,需要联合使用提高血压的药物。

在山东省千佛山医院耳鼻喉科副主任医师于淑东的义诊现场,47岁的张德胜告诉医生:“我两个耳朵耳鸣已经十几年了,越来越厉害,尤其是左耳,现在已经几乎听不见了,全靠右耳残余的听力。”

对此,于淑东建议患者佩戴数字式助听器,数字式助听器可以根据不同的听力曲线进行调整。

为了治疗耳鸣,张德胜服用了很多药物,包括很多偏方和所谓的特效药,都没能起到任何作用。于淑东告诉张德胜,“这种情况的耳鸣并不是药物能够缓解的,不需要吃药。平时可以通过其他事物转移对耳鸣的注意力,在心理上慢慢适应。”



义诊现场吸引了大量市民前来问诊。 本报记者 王鸿哲 摄

“每次义诊活动,神经内科的患者都是最多的。”义诊当天,山东省交通医院神经内科副主任医师计看了七十多个病号,到下午义诊结束时,嗓子都快哑了。“神经系统疾病往往症状复杂多样,需要详细了解病情和病史才能明确诊断和科学治疗。”计主任表示,头晕头疼等是神经内科最常见的病症,看的病号也最多。

省交通医院外一科主任兼大外科主任董保忠教授是神经外科方面的专家。义诊活动快要结束时,董保忠主任遇到了一个五个月大的小病号。原来,宝宝前几天从床上摔了下来,额头出现了大面积皮肤挫伤和骨膜下血肿。

“先观察几天再复查,如果血肿处无

法自行吸收,可采取穿刺治疗和保守治疗。由于宝宝大小不易配合,穿刺前需用到镇静药物,而如果保守治疗的话,也可先不做处理,后果是可能引起骨膜的骨化。”董主任向孩子家长进行了解释。

“老百姓的口腔保健意识还是有待提高。”山东省口腔医院口腔修复科主任医师胡以俊和主治医师赵晓说,不少口腔疾病都是因为生活习惯不好造成的,虽然目前牙齿修复技术越来越成熟,但最好的肯定还是自己的牙齿。

为给更多患者提供义诊服务,山东铝业公司医院也派出了消化内科、肿瘤科、儿科等专业的多名专家参加义诊活动。义诊一直持续到下午三点才结束。

### 直击现场1 定期体检、及早发现是关键

山东大学第二医院胸外科副主任医师由清涌说,尽管目前我国肺癌发病率已经上升为恶性肿瘤中的第一位,但是到胸外科就诊的人数一直不足患者的1/3,“最重要的原因就是多数患者在确诊时已经

到了癌症晚期,失去了最佳手术时机,只能采取放疗和化疗等治疗办法。还有的患者对手术非常恐惧,不愿手术治疗。”

由清涌表示,目前手术仍然是治疗癌症的首选方案,因此,一旦确诊且有手术机

会,建议选择手术治疗,不要有恐惧心理。

多位专家表示,不少患者携带数年前的检查单前来就诊,专家表示,每年定期参加体检是及早发现病情及早干预的最佳手段,千万不要忽视。

### 直击现场2 45岁以上女性中1/3患有骨质疏松

济南骨科医院副主任医师王智杰表示,患者中骨质疏松症非常多,骨质疏松除了有骨痛、抽筋等症状外,还会增加骨头脆性,容易发生骨折。

每个成年人每天应摄入600mg钙,

可满足机体需要。我国目前平均每天钙摄入量只有400-500mg,而且钙质量较差,多数来源于植物性食品。中老年人,尤其是骨质疏松患者,对钙的吸收能力下降,除了增加钙摄入量,还应改善钙

的质量。奶类、豆类、骨粉等均为优质钙食品;虾仁、鱼、虾皮等也富含钙质。同时,在医生的建议下可以配合补钙药,促进钙质的吸收。保证足够的睡眠、每天锻炼1小时,都对缓解骨质疏松有帮助。

### 直击现场3 癫痫病是可以治愈的

“很多人认为癫痫是先天遗传的,是一种不治之症,其实这种观点是错误的。”济南中医精神专科医院院长刘庆贵介绍道,“癫痫有很多不同的病因和发病类型,有一部分癫痫确实有遗传倾向,但不是全部遗传,大部分癫痫是后天获得性的。”

刘庆贵表示,从临床上来看,有遗传倾向的癫痫(例如父母有高热惊厥或抽搐史)其实一般比较容易治愈,预后较好。相反,后天获得性的癫痫,如脑外伤、脑炎后遗症导致的癫痫,则相

当顽固。而先天遗传代谢性疾病导致的癫痫,如结节性硬化、苯丙酮尿症,都是很少见的病症,一般治疗比较困难。

总的来说,癫痫病遗传的较少,癫痫患者和家属不必为此有太多顾虑。因此,癫痫患者是可以结婚并生育孩子的。但是,刘庆贵建议,癫痫患者应在病情稳定、发作基本控制后再考虑孩子,并咨询专业医生建议。如果屡屡发作,并在用药治疗期间,建议暂时采取避孕措施。



专家认真分析患者提供的光片。 本报记者 王鸿哲 摄



专家为患者作检查。 本报记者 王鸿哲 摄

### 直击现场4 咳嗽超过8周应到医院检查

“80%以上的哮喘病是由过敏引起的,治疗哮喘病之前要先进行过敏原检测。”济南哮喘病医院住院部主任曲卫模介绍道,之所以这么多人过敏,除了饮食健康、环境污染和遗传因素的影响,更重要的是现在城市家庭对于孩子过于关

注,孩子的生活环境太过干净,从而限制了对益生菌的接触。长此以往,身体不能识别这些益生菌,对其产生了对抗反应,最后引发免疫性疾病,而哮喘病正是其中的一种。因此,家长没必要对孩子的卫生状况过多干涉,既不能太脏也不需要

太干净。“哮喘病没法从根本上治愈,不过是完全可以控制的。”曲卫模提醒道,部分患者并不具备哮喘病的典型症状,容易导致漏诊、误诊,如果咳嗽症状超过8个月,就该到医院检查,以判断是否患有哮喘病。

## 结肠炎腹泻 彝药有绝招

济南张阿姨患结肠炎20年,长期腹痛腹泻,大便不成形,黏液便,带血,凉菜水果都不敢吃,甚至出门在外都怕内急找不到厕所。各种药物用了,但停药就犯,不用药。听说久治不愈,还有结肠穿孔甚至癌变危险,真担心……后在专家指导下服用【俄求齐胶囊】(国药准字Z20025685)三盒,所有症状全好了,凉菜水果敢吃了,即使凉着肚子也不内急了!

专家点评:结肠炎中医叫脾虚症,中医认为脾主运化,人体水湿由脾运化,脾虚则水湿不能被运化,就会堆积于肠道,则会腹痛腹泻,严重者肠黏膜溃疡,大便带血。所以该病虽表现在肠道,实则病根在脾。传统药物单纯消炎不能修复肠黏膜,不重视脾虚的治疗是导致结肠炎反复发作的主因。彝族秘方【俄求齐胶囊】首次提取凝血酶(医学公认修复肠黏膜特效成分),从健脾燥湿入手,通过“隔离,止血,修复”三步彻底根除结肠炎。轻者1盒,重症2-5盒痊愈不复发。因其疗效确切,与云南白药并称为“彝药千年经典名方”。据悉【俄求齐胶囊】已在济南经二路172号真正医药总店(经二纬三路口)及省内指定药店畅销多年,详情咨询0531-69987855。(买二送一仅剩7天,全省免费送药,药到付款)

## 鸡眼 脚垫 干裂 一抹消

俗话说:“人老先从足下老”。专家指出:脚底出现鸡眼、硬垫、干裂使脚部经络循环不畅,危害严重。

“香港易清足”采用靶向生物剥离技术,由2名生化博士、2名医学硕士以及多位专家依据古方结合现代医学共同历时五年独创研制而成。它是一种天然植物活性提取物,能迅速穿透脚部死皮、硬茧,平衡皮下营养,抑菌消毒,使之与正常皮层自然分离,在7-15天左右使鸡眼、硬茧等无痛自然脱落,轻松祛除脚垫、脱皮、干裂、脚气等手脚问题,恢复脚部健康、完美。

咨询:0531-66960943

经销:共青团路68-1号;百馨堂(大观园北门往西恒昌大厦);华东大观园店;二环东路四世堂;章丘永兴堂;济阳永康;商河百姓;长清为民;济宁东泰;德州医药大楼三易;泰安神农;新泰润康;聊城华源济民堂;莱芜太济堂;菏泽曹州;郟城永华;枣庄康维;潍坊颐卜生;淄博三康;临淄百瑞;淄川恒源;滨州康乐;临沂忠信堂;烟台永康堂;威海5281108青岛威海路本善

## 牛皮癣患者有救了

中医大师王广信老先生有一百年奇方,专治各种顽固牛皮癣,鱼鳞病、湿疹、神经性皮炎等。不打针,不吃药,无论患病多少年,无论病情有多重,每天泡个澡,就能轻松治好。纯中药,不含激素,绿色安全,不伤脏腑,药一个,好一个,效果极好。

该方以甲珠粉、沉香粉、美人子、洪连、藏红花、当归等各15克,蛇蜕粉、苦参、苍术等各10克,青黛粉5克,熬21天后烘焙成粉(一服),用温水调成药液冲泡。10天左右厚厚的鳞屑就能脱落;30天左右基本康复,红斑、丘疹消失,汗毛长出,不留印痕。而且有“隔毛而通皮肤之窍,直达脏腑血液”去腐生肌等功效。

该方现已生产成药,免费电话400-6188-356免费邮寄,药到付款。