

降糖药其实不伤肾

“降糖药不能长期吃,会伤肝、伤肾”这种话,有的糖友信以为真,降糖药吃吃停停,弄得血糖起伏很大。说明书上写着“在肾功能有问题时,需要减量或停药”,并不是说“此药伤肾”,真实意思是,如果代谢和排出途径出了问题,就会增加药物在体内的蓄积,正、副作用均增加。例如,胰岛素、磺脲类药物蓄积会增加低血糖的风险。事实上,病程较长的糖友之所以出现蛋白尿等肾功能受损表现,是因为血糖、血压没控制好,而不是降糖药引起的。

CT检查常用于急症

(上接B01版)

CT辐射量是摄片上百倍

被伦琴发现近80年后,X射线在医学检查技术中的应用再次有了质的飞跃,这就是1972年CT的临床应用。

CT也是应用X射线,CT机器包含扫描架、检查床和计算机系统。当病人躺在检查床上时,检查医生会将球管设定在需要检查的部位,这时发射X射线的球管可围绕患者转动,获得患者不同横断面的扫描结果。

“我住院的时候,医生让我去做强化CT,为什么啊?”庞涛说,门诊中,不少患者常有如此疑问。CT可分为平扫和强化两种,其中,强化主要利用不同组织对于药物的吸收程度不同诊断病情,例如,良性肿瘤和恶性肿瘤的强化方式与强化程度就有区别。

“相对于磁共振来说,

CT检查速度快,经常用于急症的检查和诊断,例如颅内急性出血和颅骨骨折等。”庞涛说,“但是CT的辐射量比较大,可达到摄片的上百倍,医生需要严格把握CT检查的适应症和禁忌症,孕妇和准备生孩子的育龄期女性通常不建议做CT检查。”

同时,做CT检查时要求患者非常配合,才能获得清晰准确的影像,如果检查时患者随便乱动,影像就是虚化的,例如胃肠道这种随时蠕动的器官,CT对微小病变的成像效果就不够理想,不推荐使用。

相对于钡餐只能观察到胃腔内部的情况,CT可以精准发现胃肠道病变与周围组织的关系,例如胃肠道肿瘤的外侵程度。

磁共振没辐射,体内存金属者不适合

现场,还有读者提出:“我每次去做磁共振检查就浑身难受,是不是因为辐射太强了?”其实,磁共振应用的是磁场原理,没有辐射危害,有些人感到难受可能是因为幽闭恐惧症。

庞涛说,磁共振仪器内部空间非常狭小,有幽闭恐惧症的人就会感觉心跳加快,呼吸急促、全身出汗,其实磁共振检查本身是没有危险的,更多的是心理作用。

相对于CT检查,磁共振有无可比拟的优势。“CT可做横切面检查,而磁共振可做任意切面检查。”庞涛说,磁共振可检查身体任何方位,包括软组织,不需要对比剂也可发现头部血管的堵塞、斑块和狭窄。磁场越强,出来的图像越细腻,但是价格相对也更贵,对乳腺和前

列腺的病情诊断有很大优势。

这并不意味着磁共振就是比CT更好的检查方式。“磁共振的缺点在于耗费时间长,根据检查部位不同,通常要几分钟到十几分钟,不适合急症。”庞涛解释,“同时,蠕动的肠胃器官、骨皮质和钙化、含气体的器官(例如肺部)都不适合,成像效果较差。”

由于某些金属会被磁化,以下患者并不适合做磁共振检查:带有心脏起搏器的患者、颅脑手术后颅脑动脉夹留患者、铁磁性植入物患者、心脏手术后换有人工金属瓣膜患者、金属假体、金属关节患者,体内有胰岛素、神经刺激器患者。磁共振对于染色体的影响尚无明确研究结论,三个月以内的早期妊娠者也不建议做。

吃相

夏日,发酵带来酸爽

文/崔滨

每到夏天,周末的市集上便多了一家卖醪糟米酒的摊位。两只半人高的陶缸放在电动车斗中,5元钱可以舀上一大勺。只要遇见,我都会打满一个凉水壶,或者在滚沸时撒蛋花,煮汤圆,满碗甜香;或者直接冷藏饮用,享受夏天里舒爽的冰凉微醺。

有那么一段时间,卖醪糟的摊主总也不来,心痒之下,我试着在家做米酒。超市里买来糯米煮熟揉散,趁着温热撒上酒曲,再用保鲜膜封住搪瓷盆口,静待酵母菌益生菌在糯米饭里发酵转化。

虽然都是按照网上的说明制作,但我自己发酵的醪糟,不是酸了就是干脆坏掉,没有一次称得上成功。失望

之余和醪糟摊主交流,得到的是他一脸不以为然的感慨:“发酵可不像照着地图找路那么简单,需要考虑温度、湿度、米饭数量、含水等诸多因素,才能有把握。”

这就是发酵的神奇之处,微生物在合适的温度和营养环境中分解代谢,产生独特的风味和营养。夏天的暑热高温会加快发酵的过程,但想要驯服酵母菌达到预想的效果,却绝非易事。

酸甜香醇的醪糟虽不好做,爽口的泡菜做起来却容易得很。酷热烦闷的夏日中午,拐到街边的酱菜店,看着店主从清透鲜亮的透明玻璃罐中,捞出一碟萝卜、莴笋、豇豆、白菜,再淋上一勺红油辣椒,真是色泽明艳,咸酸爽脆,不论餐桌上是油腻

还是素淡,这一碟泡菜总能让胃口大开,脾胃清凉。

这便是发酵乳酸菌为蔬菜增添的神奇魔力,除了让味道更加酸香,发酵增多的微生物活化了蔬菜中的植酸酵素,让我们对膳食纤维的吸收更加充分;而且,乳酸菌发酵过程中合成的维生素B族等营养成分,富含钙、铁、磷等元素,有利于增进人体骨质健康和改善贫血。

只要一碟廉价简便的泡菜,便能让我们看到发酵对食物饮料画龙点睛般的功效。不只这些科学营养之上的益处,发酵因其所需的条件复杂,操作繁复,总是能让我们联想起传承不息的家族亲情。

有的人家会将一坛泡菜母水在亲族间辗转分享,而我记忆里关于发酵的亲情,

则是儿时妈妈从姥姥家带回的一块“老面”。20多年前并不像现在这样随处可以买到酵母,姥姥从面缸里小心掏出的干硬面块,被妈妈当做宝贝似的捧回家中。

将“老面”用温水泡开,再被轻柔小心地埋进面粉之后,装进面盆藏在湿屉布之下的酵母仿佛悠然转醒的精灵,一挥手便将万千面粉颗粒升腾活化,从散落干燥变得粘稠膨胀,如同雨后的蘑菇倏忽间长大伸展,将屉布顶起,发出酸热朴厚的麦香,这样的味道虽说不上多么诱人,但它足以让年幼的我知道,这次的发面成功了,接下来,便会是一笼松软鲜香的包子,或一屉紧致筋道的馒头。

这便是发酵里的亲情冷暖、人间气息。



项目	适应症	优点	缺点	有无电离辐射
透视	心血管疾病、呼吸系统疾病、胃肠疾病、急腹症和计划生育透环	转动患者体位,改变方向进行观察;了解器官的动态变化	看不出细小的病变,耗时长、辐射量大,不能留下客观记录	有
摄片	适合静态检查,如胸部、头部、脊柱、四肢骨等部位的检查	成像清晰,永久记录,长期保存,复诊时可对照	无法观察器官运动功能,费用高	有
钡餐	主要用于上消化道检查	安全、无创伤,无副作用	急性呼吸道感染病人,严重心、肝、肾功能不全病人,以及碘试验阳性的病人,一般不适宜	有
CT	经常用于急症的检查和诊断,例如颅内急性出血和颅骨骨折	检查速度快,可以精准发现病变器官与周围组织的关系	与摄片比辐射较大,孕妇和准备生孩子的育龄期女性通常不建议做CT检查	有
磁共振(MRI)	可检查身体任何方位,包括软组织,可发现头部血管的堵塞、斑块和狭窄	软组织显示清晰,对中枢神经系统、膀胱等检查优于CT,磁场越强,出来的图像越细腻	耗费时间长,不适合急症和蠕动、含气体的器官等,带有某些金属异物的部位不适合,价格贵、扫描时间长	无

我来帮您问

被蚊虫叮了一年没好

1、读者:最近,我的两侧肋骨下缘及肋骨正中部位,有压痛,胃有灼热感,有时后背疼痛,伴有失眠现象。我需要检查哪些方面?如果检查胃部疾病,除胃镜外,还有其他更好的办法吗?

山东大学齐鲁医院肝胆外科主任医师牛军:不知道这位读者的年龄多大,如果二三十岁偏小的年龄,我建议他吃一段时间抗胃酸的药物,看看效果;如果是四五十岁年龄偏大的患者,还是建议做个胃镜检查下,排除胃部肿瘤。胃镜检查能直接观察到被检查部位的真实情况,能取出可疑病变部位组织,进行病理活检及细胞学检查,以进一步明确诊断,是上消化道病变的首选检查方法。除此之外,还有腹部彩超、CT等,但都不如胃镜更加直观准确。一般会引起背部疼痛的疾病还有十二指肠溃疡、胰腺疾病等,可以通过检查排除一下。

2、读者:我儿子今年16岁,去年暑假爬山时被蚊虫叮了一下,至今已经过去一年了,被叮处皮肤仍然呈紫色,有疤痕,摸上去是僵硬的,偶尔还有黄水流。请问有什么好的治疗方法吗?

山东大学第二医院皮肤科副主任医师史永俭:治疗时应首先处理黄水渗出的情况,建议用硼酸或者复方明矾洗剂冷敷,具体方法为无菌纱布浸取药液后敷在被叮咬处,一次敷半个小时至一个小时,一天敷1-2次就可以了。

等黄水不再渗出了,可以涂抹点消炎抗感染外用药物,如百多邦、复方黄柏液、夫西地酸。如果叮咬处痒得厉害,还可以用艾洛松药膏缓解一下。需要注意的是,有黄水渗出的时候,不要涂抹以上外用药物,否则将加重感染。

如果您有关于疾病和健康的任何疑问,请将问题发至电子信箱:qlshengming@163.com,或拨打96706120热线电话,我们将竭力帮您解答。(本报记者 徐洁)

牛皮癬小偏方

牛皮癬尽量别打针、吃药,用激素来治疗。刘老中医有一治牛皮癬的偏方绝活,不打针、不吃药、不抹激素,通过高倍浓缩的几十味中药制成的褐色药膏,在患处抹上三天,就能改善牛皮癬、神经性皮炎、体股癬、手足癬、鹅掌风、荨麻疹引起的痒、水泡症,牛皮癬硬结开始脱落,用一个好一个。刘老中医使用该疗法治病近40年,凡来治疗的都是疑难患者,老人和小孩特别多,因疗法独特、安全、价格便宜,刘老“皮肤偏方”郑重承诺,用不好免费用,刘老专线:4000-227-877

老眼病新方法

白内障、玻璃体混浊、飞蚊症、眼底病变、黄斑变性等眼病患者,现在我们就告诉您一种在家就能独立完成,不用手术开刀,不用打针吃药,就能康复眼病的好方法,一贴就灵,绝不多收取你一分血汗钱!眼部疾病是因为缺失营养受损,从而引发各种眼病,由我国数十位顶级眼科专家,联合研发的“眼立通”,富含通眼酶,能够迅速打通眼脉,清除眼毒,修复视神经,订购电话:400-0661-561