

本报记者 陈晓丽

全身性和局部疾病都可导致鼻出血

“鼻出血是耳鼻喉科很常见的一个症状，既可以表现为一侧鼻腔出血，也可以是两侧鼻腔出血，出血程度也差异较大。”山东大学第二医院耳鼻喉头颈外科主任史丽说道，有些患者是擤鼻涕带血或后吸鼻涕带血，有的则会大量出血，甚至可能导致失血性休克。

据史丽介绍，儿童和青少年出血部位多在鼻腔前端，鼻中隔最前端的黏膜下有丰富的毛细血管聚集，成年人和老年人则多见于鼻腔后端，处理起来相对麻烦。“引起鼻出血的原因非常复杂，包括全身性和局部性两种，很多时候，鼻出血是疾病的一种表现。”史丽说。

其中，全身性疾病包括：高血压、动脉硬化，老年人更常见，因体内血管脆度增加导致鼻部易出血；白血病、再生障碍性贫血、血友病等血液系统疾病；长期使用抗凝药物，例如支架手术后患者等，凝血机制遭到一定程度破坏；营养不均衡，平时摄入维生素较少；肝肾功能障碍等慢性病。

局部性原因则包括鼻外伤，过敏性鼻炎，急慢性鼻窦炎，鼻中隔偏曲，鼻腔、鼻窦及鼻咽部肿瘤等，“例如鼻咽癌的早期症状之一就是患者后吸鼻涕中带血。”史丽说。

流鼻血时仰头、抬胳膊都不能止血

鼻出血的具体处理方法要

在日常生活中，我们多少都曾碰见“流鼻血”的情况，这时总有人关切地告诉正流鼻血的人：“快抬高另一侧的胳膊”、“仰头”、“把卫生纸塞到鼻孔里”……专家表示，其实这些处理方法都是错误的。更关键的是，流鼻血有时并非小事，而是很多疾病的早期表现之一。



根据出血量和出血频率等来确定。对此，史丽解释，如果只是偶尔鼻出血，出血量小，容易止住，并且没有伴随其他症状，那么大家可以在家自行处理即可。“针对常见的鼻腔前段出血，压迫是最简单的止血办法，即用手指将出血侧的鼻翼压向鼻中隔，几分钟之后基本就会自然止血。”史丽说道。

“如果家里有医用棉球，可以将棉球塞在出血侧，达到压迫出血点的目的。”史丽提醒道，但是不建议大家用卫生纸等物品堵塞鼻孔，一方面卫生程度难以保证，可能带来感染等问题；另一方面，鼻腔黏膜可能因撕扯受到二次损伤。

“但是如果一次出血量较大，很可能是鼻腔内动脉血管

破裂所致，出血量可达几十毫升甚至上百毫升，不及时止血甚至会引起失血性休克等严重后果，需要及时到医院就诊，由专业医生止血，并且进一步查明原因，再对症治疗。”史丽说道，同样的道理，如果是反复出血，同时又伴随越来越严重的鼻塞症状等，也建议尽快到医院就诊。

鼻出血较多的时候，很多人认为仰头可以防止血液流出，其实仰头不仅对止血没帮助，还会使流出的鼻血再流向咽部，被吞咽到胃肠道，容易引起恶心、呕吐等症状，更会影响医生对出血量的判断。

此外，对于抬高对侧手臂的做法，史丽表示，对止鼻血没有任何帮助，“鼻腔黏膜血管收

缩、抬高手臂分别受不同神经系统支配，两者之间没有关系。”

长期反复出现的鼻部症状要看医生

为了预防鼻出血，史丽提醒，有高血压等基础性疾病的人群要注意坚持治疗。“日常生活中，尤其是儿童，家长应注意不要让他们养成抠鼻子，或者用力擤鼻涕、揉搓鼻子等习惯，我们的指甲可能会损伤毛细血管。”史丽表示，擤鼻涕时要单鼻孔轮流进行，可用清水冲洗鼻腔。

同时，史丽提醒，平时营养摄入要均衡，多吃新鲜水果和

蔬菜，但是荔枝、樱桃、芒果、杏等热性水果不要吃太多。同时，巧克力、羊肉等也不要摄入过多。

“在气候干燥的时候，要保持鼻腔的湿润状态。”史丽说道，例如用生理性海盐水喷鼻子；也可以用薄荷油、香油、橄榄油等滴鼻子缓解干燥；在地面洒水，或使用加湿器，增加空气湿润度；多喝水。

最关键的是及时寻求专业医生帮助。“无论是鼻出血还是鼻部其他症状，如果长期反复出现，就要尽快到医院就诊。最近我刚接诊了一位患者，过去一年时间他虽然只有过一次鼻出血，但是鼻塞的症状却越来越严重，最后诊断是鼻腔肿瘤。”史丽提醒道。

口臭口疮便秘胃难受，怎么办

口臭口苦口干对因治疗要重视

有些胃热津亏、阴虚火旺的人群，因熬夜、烟酒过量、多食辛辣肥腻，工作压力大，有时会出现：口臭、口苦口干、胃灼热痛、口腔溃疡、肠燥便秘等症状，胃热津亏、阴虚火旺上蒸所致的上述症状可用养阴口香合剂。

贵州万顺堂药业有限公司的高原苗药养阴口香合剂，国药准字，选用贵州名贵金钗石斛鲜品入药，从药材源头把关，精选十余味地道药材而成。具有三大功能：滋阴生津、清胃泻火、行气消积，用于胃热津亏、阴虚火旺上蒸所致的：口臭、咽干口苦、口舌生疮、齿龈肿痛、肠燥便秘、胃灼热痛等症。一次30毫升，一日两次。疗程服用方法详见说明书。

治口臭口疮养阴口香合剂有信心

功能主治：清胃泻火，滋阴生津，行气消积。用于胃热津亏，阴虚火旺上蒸所致的口臭、口舌生疮、齿龈肿痛，咽干口苦。胃灼热痛，肠燥便秘。

请按药品说明书或者在药师指导下购买和使用。

[禁忌]尚不明确。

[不良反应]尚不明确。

批准文号：国药准字Z20020509

生产厂家：贵州万顺堂药业有限公司

黔药广审(文)第2018050072号

联系电话：4000809577 15553148500

经销药店与下面伊甲相同 网址：www.gzwst.com 本品可刷医保卡

伊甲·复方聚维酮碘搽剂治疗灰甲有信心

灰甲不灰心，治疗有方法

能软化指甲角质层，增强药物皮肤渗透，涂搽本品于患甲，坚持使用至新甲长出，每天1~2次。简单又方便，坚持治疗有信心。

适应症：1. 用于足癣、体癣、花斑癣、手癣、甲癣；并发细菌感染也可使用。2. 用于疖、蚊虫叮咬、手足多汗症。

请按药品说明书或者在药师指导下购买和使用。

[禁忌]尚不明确。

[不良反应]偶见皮肤刺激如灼热感，或过敏反应如皮疹、瘙痒等。

批准文号：国药准字 H52020539

生产厂家：贵州万顺堂药业有限公司

黔药广审(文)第2018050071号

网址：<http://www.gzwst.com>

联系电话：4000809577 15553148500

长期腹泻(慢性肠炎、功能性腹泻)要重视

安场·鞣酸苦参碱胶囊—治肠炎止腹泻 拉肚子用安场·鞣酸苦参碱胶囊

适应症：用于功能性腹泻和急慢性肠炎、肠易激综合征引起的腹泻。

请按药品说明书或者在药师指导下购买和使用。

[禁忌]尚不明确。【不良反应】少数人有头昏、嗜睡、恶心等症状。

批准文号：国药准字H52020588

生产厂家：贵州万顺堂药业有限公司

黔药广审(文)第2018050070号

网址：<http://www.gzwst.org>

联系电话：4000809577 15553148500

经销商店：济南·平嘉(白马家源店、四季花园店、恒大国际店)、新济店、经七路店、大观店、阳光国际店、七里山店、经四纬九店、闵子骞路店、青后店、多喜店、华龙店、花园路店、解放东路店、真正医药大楼、青岛·医保城、利群店、丰硕店、海王星辰、国风、保健店；济宁·广联、新华大药房、海坊·金通连锁、乐东连锁、万生斯康德等各大连锁均有售。

中国医师协会

第四届创伤外科年会在济举行

本报济南6月4日讯(记者 陈晓丽 通讯员 谢静)

1日，中国医师协会第四届创伤外科医师年会在济南举行。会议期间同时召开了山东省医师协会第五届急诊创伤医师年会暨山东大学齐鲁医院急诊外科成立十周年急诊创伤高峰论坛。本次大会由中国医师协会、中国医师协会创伤外科医师分会主办，山东省医师协会、山东大学齐鲁医院共同承办，来自全国各省市800多名创伤外科专家参加了此次研讨会。

大会评选出两年来在创伤救治工作中表现优异的10名优秀讲师，并举行了“负压封闭引流技术腹部应用指南”首发仪式，与会代表共同见证

了全球首个负压封闭引流技术在腹部外科的应用指南；同时发布了《山东省创伤中心建设与管理指导原则》文件，此文件的发布与实施必将推动山东省创伤中心的规范化建设，对于提升创伤救治时效与疗效有重大的促进作用。

会议共设了两个主会场、七个分会场，还包括护理的三场专题会议，共有139位讲者、143次讲课，其中创伤骨科70次，创伤公共问题、创伤危重症及多发伤38次、烧伤与颅脑创伤相关共有23次、一场好病例比赛与点评、一场多发伤病例讨论与点评，可谓集创伤外科的最新进展、最新理念和研究成果为一体的一场学术盛宴。

又一国产靶向药

齐鲁制药骨髓瘤靶向药齐普乐上市

本报济南6月4日讯(记者 孔雨童)

由齐鲁制药有限公司历时6年成功研制的国产骨髓瘤靶向治疗一线特效药物硼替佐米(齐普乐)于2018年6月2日正式在中国上市。

硼替佐米是目前临床治疗多发性骨髓瘤的一线特效靶向药物，齐鲁制药这一研发成果，将为国内数以十万计的病患带来更多的用药选择，惠及众多百姓。

据专家介绍，多发性骨髓瘤(Multiple Myeloma, MM)是一种常见的血液系统恶性肿瘤，是继非霍奇金淋巴瘤之后的第二多发的血液系统恶性肿

瘤，以骨髓中克隆性浆细胞恶性增殖为特征，该病多发于中、老年人，大约80%的患者超过60岁，男性略多于女性。随着中国人口的老龄化，骨髓瘤的发病率呈逐年增加的趋势。

目前，骨髓瘤仍无法治愈。硼替佐米是一种针对骨髓瘤的新型靶向药物，该药物的发现获得医药界广泛关注，其作用机理获得2004年度诺贝尔化学奖，2006年获制药界最高荣誉——国际盖伦奖(Prix Galien)。硼替佐米贯穿骨髓瘤的诱导、巩固、维持全程治疗，已成为治疗骨髓瘤的首选一线治疗药。