四种新气体破坏臭氧层

警惕

位于地面上空约30千米处的臭氧层在过滤紫外线方面发挥着重要作用,过强的紫外线能致癌,并影响动物的生殖系统。1985年英国科学家发现南极臭氧层出现一个空洞,这促使国际社会在1987年签订保护臭氧层的《蒙特利尔议定书》,以限制破坏臭氧层气体的排放。当时专家确定氯氟烃物质会破坏臭氧层。最近,英国研究人员发现四种破坏大气保护层的新气体。这四种新气体进入大气的方式尚不清楚,其中三种气体含有氯氟烃成分,另一种是氟氯化碳。

山大二院儿科专家明晚在线答疑

"名医在线"栏目本期邀请到山东大学第二医院小儿内科常务副主任、主任医师王培荣和儿科副主任医师王莉华两位专家接听热线,为读者在线解答儿科疾病方面的问题。如果您在小儿生长发育、各种儿科疾病等方面有何疑问,可以在明天(本周三)晚上7点至8点半拨打本报"名医在线"热线96706120,或者登录齐鲁晚报网查找相关专题,在线问询专家。

本期做客专家

王培荣:山东大学第二医院小儿内科常务副主任、主任医师,研究生导师。博士研究生学历,医学博士及美国华盛顿大学医学院内科博士后研究及工作经历。率先在省内开展介入技术治疗先天性心脏病并获得山东省科委科技成果三等奖;率先在省内开展肾穿刺活组织检查及肾脏疾病的临床、病理、治疗的研究以及IgA肾病的研究并先后获得山东省科委科技成果三等奖两项。对各类儿科疾病的诊断和治疗有丰富的知识和经验,尤其在小儿肾脏病方面。研究成果以学术论文的方式发表在国际公认的高质量杂志上,作为课题负责人目前主持国家自然科学基金面上项目一项。

王莉华:山东大学第二医院儿科副主任医师,副教授,儿科副主任。山东省康复医学会脑瘫分会副主任委员。主要从事小儿神经系统疾病的诊治,擅长小儿智能发育迟滞、癫痫、抽动障碍、多动综合征、情绪和睡眠障碍、缺氧缺血性脑病的诊治。发表论文近20篇,主持省自然科学基金课题一项,鉴定省教育厅课题一项,达国际先进水平。获山东省高等学校优秀科研成果奖两项,参与国家"九五"攻关项目研究一项。副主编著作两部,参编参译著作四部。

"霾"里如何来养生

2013年,世界卫生组织下属的国际癌症研究机构(IARC)发布的结论中,将室外空气污染确定为新的致癌物,其致癌级别与吸烟、吃发霉的食物、遭受紫外线辐射、呼吸甲醛等归为一类。北京师范大学的李巍带领团队就2013年1月10日至15日北京市严重雾霾天气对市民健康影响做了一项专门研究,他们发现"研究时段内PM2.5高水平暴露下北京市人群健康风险将显著增大",具体来说就是,突发性死亡增多了,呼吸系统疾病、心血管系统疾病住院人数增加了,儿科、内科门诊看病人数增加了,急性支气管炎、哮喘的人数增加了。还发现,高浓度的PM2.5主要影响到急性支气管炎、哮喘,而高浓度的颗粒物主要影响儿童的呼吸系统疾病(如哮喘和支气管炎)和内科。

"雾霾"对健康有显著危害,似乎不用研究数据来支持,老百姓自然也这样认定了。更可怕的是,对老百姓而言,空气污染带来的健康危害是避无可避。理智地说,那些希望通过"吃"什么(不管是药物还是食物)来避免"雾霾"伤害的办法,似乎都不太靠谱。如果"霾"在城市生活的现状无法改变,唯一能做的恐怕就是改变一下自己的生活方式,从自身做起,一点一滴地减少对大气的污染,共同维护我们的生存环境,比如说戒烟(在20平方米的客厅连续抽四根烟,客厅的PM2.5立即飙升17倍)。

客观地讲,中医学抑或中华优秀的传统文化对"霾"本身没有什么好的解决之道。对工业文明带来的"霾"成因而言,或许仍然要依靠科技进步来解决;而对于自然来源的"霾"及与"霾"的形成密切相关的现代生活方式而言,优秀中华传统文化、中医学的生存态度或许可以借鉴。比如"霾"之所以在城市容易现形,聚而不散,其中一重要原因就是城市环境的空气"正常"流通改变了,城市里密集的高楼使风变小了,逆温存在和大气稳定性增强也使"霾"的垂直扩散减弱,那么传统文化所欣赏的住宅布局是不是值得借鉴呢?面对"霾"躲不开的客观现实,仍然乐观向上、理性应对显然更不容易得病,那么中医学所提倡的"忘闲而少欲,心安而不惧,形劳而不倦,气从以顺,各从其欲,皆得所愿"的生存方式,"美其食,任其服,乐其俗,高下不相慕"的朴实生存态度,是不是也可资借鉴呢?

张其成　北京中医药大学国学院院长

医患故事

10岁女孩腹部长出15斤瘤

齐鲁医院儿外科专家成功为其切除

近日,齐鲁医院小儿外科在王克来主任的带领下,成功为一名10岁女孩切除了腹腔内重达7.3公斤的肿瘤。据了解,如此巨大的肿瘤生长在体重只有70多斤的孩子身上,十分罕见。患者家属在感叹专家娴熟的手术技术的同时,也为孩子终于解除了病痛之苦而倍感欣慰。

体内长瘤半年多,无钱医治误病情

近日,山东大学齐鲁医院小儿外科王克来主任接诊了一名10岁的小女孩,初见小女孩时,王主任惊呆了。

"孩子非常消瘦,几乎就是皮包骨头,唯独肚子挺得很大,看起来就像怀孕好几个月的样子。"王克来主任经过了解得知,这个小女孩名叫小惠(化名),家住临沂沂南。据小惠的父亲说,从去年下半年开始,小惠就出现不爱吃饭、身体消瘦的情况,孩子的肚子也一天天变大。在当地医院一检查才知道,小惠的肚子里长了个大瘤子。

按照当地医院说法,小惠应尽快到省城大医院接受手术,将肚子里的肿瘤切掉。但由于家里几乎没有什么收入,小惠的母亲还身有残疾,家庭非常贫困,根本拿不出钱看病。一直拖到春节后,眼看着小惠肚子越来越大,再不治疗不行了,在好心人的救助下,小惠的父亲才凑了些钱来到齐鲁医院就医。

王克来主任了解情况后,马上安排小惠住院。经过检查,体重仅38公斤的小惠,腹围却达到了82厘米。"拖得时间太长了,手术难度非常大。"据王主任说,巨大的肿瘤占据了整个腹腔,肠管和胃都被挤压到了左上腹,在盆腔和肝脏上也发现了多个小的肿瘤。

生命面前无小事,妙手仁心除恶瘤

和相关专家会诊后,在是否给小惠做手术、如何做这个手术的问题上,作为主治医师,王克来主任承受了巨大的压力。

"肿瘤太大,贸然手术可能会造成很严重的后果。"王主任分析说,打开腹腔后,如果肿瘤太大无法切除,到时候再想缝合也很困难,很可能危及小惠的生命。"如果不手术,按照当时的病情,最终也是没的救。"凭借多年的经验,经过反复思量,同时在多次和小惠父亲深入沟通后,王克来主任决定顶住压力为其手术。

"看到孩子这么可怜,如果见死不救,自己良心上过不去。"王主任打定主意后,尽快为小惠设计了手术方案,并对手术中可能出现的问题做了全面详细的预案,以确保手术的成功。最终,凭借个人娴熟的技术和团队良好的配合,经过两个多小时的努力,小惠体内的巨大肿瘤终于被成功切除。

"肿瘤虽大,但好在没有侵占大的血管,所以手术效果还不错。"据王主任介绍,切除的肿瘤直径达到了30厘米,重7.3公斤。"在我从医这么多年的经历中,这么大的肿瘤是很罕见的,何况长在一个只有10岁的小女孩身上。"王主任说。

病痛面前不低头,浓浓爱心暖人心

因为特殊的病情和家庭,从小惠住进齐鲁医院的第一天,小儿外科的医护人员就对她格外照顾。除了贴心的护理和关爱,科里也力所能及地为她减免了部分治疗费用。看到小惠成功手术,切除了巨大肿瘤,医护人员都格外高兴。

小惠的坚强和懂事也感动了医护人员和周围的人。由于母亲不能前来医院陪护,整个住院期间都是父亲陪伴着。为了不让父亲担心,小惠总是忍着疼痛不吭声,不该问的话、不该说的话她从来不说。

"孩子其实承受着很大的痛苦,不单是身体上的,还有心理上的。别看她年龄小,其实什么都明白。"有一次小惠悄悄地问王克来主任自己还能活下去吗,王主任听后眼泪直在眼眶里打转。为了照顾小惠的情绪,王主任和其他医护人员讨论病情时都有意回避,总是在私下里和她父亲沟通。

在医护人员的精心照料下,小惠的病情慢慢好转,体重也有所增加。"今后还要配合其他治疗,同时从营养上进行调理,孩子的身体会越来越好。"临出院前,王克来主任再三叮嘱小惠的父亲,要给孩子多加营养。

记者　宿可伟
实习生　刘晓宇

特寻找200名股骨头坏死患者

股骨头坏死、腰突……不管你病史多长、病情多重,哪怕坐轮椅,只要还能动,就能治!

冯成林:成林骨科技术创始人,被打假"打"出名的骨病名医。

冯院长告诉大家:我就是希望那些久治不愈的骨病患者——原来躺着的,现在能站起来;原来能站的,现在能走;原来一瘸一拐或靠拐才能走的,现在健步如飞。

冯成林院长即将亲临济南巡诊,仅200个名额,骨病患者需提前预约,并可免费领取《成林骨科》书籍一本。

冯院长热线:0531—81961120,未预约不接待

鸡眼　脚茧　干裂一抹消

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

"香港易清足"采用国际先进的靶向生物剥离技术,由两名生化博士、两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。它是一种纯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,抑菌清毒,使之与正常皮层自然分离,7-15天左右使鸡眼、硬茧等不疼自然脱落消失,轻松祛除脚茧、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:济南共青团路参茸药店;章丘永兴堂;济阳永康;商河百姓药店;济宁太东;德州三易;莱芜泰济堂;菏泽曹州;郓城永华;滕州福寿乐;滨州康乐;临沂忠信堂;青岛本善

3-5月儿童长高比秋冬快两倍

对于儿童来说,优质睡眠与长高关系密切。一些家长还不知道,3月-5月孩子长高的速度是秋冬季的两倍,是长高的黄金时期。专家提醒,除了让孩子睡好、吃好,正确的运动也有利于长高。

根据世界卫生组织一项研究,儿童在3-5月生长最快,这3个月平均每月最快可长高0.73厘米。专家表示,在这个季节儿童睡眠至关重要,因为春季人体新陈代谢旺盛,生长激素增多,阳光充足也有利于钙吸收。生长激素一般在22时至凌晨1时为分泌最高峰,因此,这个时间段应该熟睡。

湖北省妇幼保健院儿保科主任医师周晓勤介绍,1-2岁幼儿每天建议睡13-14小时,3-6岁儿童10-12小时,小学生10小时,初中生9-10小时,高中生8-9小时。睡前不要玩得过于兴奋,有利于很快进入深睡眠。专家表示,适当的运动也有利于长高,如游泳、体操、跳绳、羽毛球、乒乓球、单杠和球类活动,而举重、长距离跑步等对身高增长不利。

(长江商报)