



熬夜看球赛 可别搭上健康

近期酒精中毒、腹泄患者增多

本报记者 杨璐

欧洲杯烽烟又起,不少球迷熬夜享受这次足球盛宴。近日,记者从医院急诊获悉,很多球迷看球时喜欢喝点啤酒,酒精中毒比平时增加约两成。肠胃炎、血糖升高、面瘫、高血压、颈椎病患者数量也猛增。

两小时喝下十瓶啤酒

晚上熬夜看球,两个小时喝了10多瓶啤酒,酒精中毒昏迷……近日,泰城市民小赵被家人送到泰安市中心医院急诊室。经了解,自从欧洲杯开赛以来,酒精中毒患者增多,有的医院比平时高出两成。

近日,泰安市中心医院迎来一位患者,他满脸通红,不住嚷嚷着头疼,有时神志不清。头天晚上,家人都睡觉了,小赵从单位加班回来已经快11点。他从冰箱拿出些啤酒,边喝边看球。家人第二天早晨发现,他倒在沙发上,吐了一地,旁边放着10多个啤酒空瓶。医生诊断小赵

酒精中毒。

小赵是荷兰队的球迷,加班回来后打算看荷兰队比赛。因为很累了,小赵用啤酒提神,加上比赛荷兰队比分一直落后,他不知不觉喝多,本来没大酒量他喝下10多瓶。

接诊医生介绍,球迷熬夜看球生物钟被打乱,免疫力相应下降。小赵加班回来本来就很疲倦,又喝了大量啤酒,引起酒精中毒。医生提醒,市民一定要量力而行,如果感觉疲倦,最好推迟,第二天看重播。如果晚上一定看,也尽量不饮酒,并且在中午或者傍晚“补觉”。

吃烧烤看球腹泻一夜

晚上在烧烤摊上和朋友一起看球,喝扎啤,吃烧烤、花生、毛豆,回家后上吐下泄。

家住中铁十局宿舍的刘先生被家人送到泰山医学院附属医院急诊。他当时严重脱水,高烧不退。妻子介绍,丈夫凌晨两点多才进家门,回来后就吐了。本来认为可能是酒喝多了,吐出来就好,没想到一会儿又腹泻。刘先生一夜跑了七八回厕所,浑身没力气,早晨起来一量体温38.7度。

泰山医学院附属医院接诊医生介绍,刘先生是典型腹泻。有可能在地摊上吃得干不净,这段时间天气较热,一些食物很快会变质。高烧是因为刘先生没有及时就诊,连吐带泄,脱水严重,体内电解质紊乱。



医生提醒,由于球赛时间较晚,不少人喜欢边看球边吃东西,很容易暴饮暴食,引发胃肠道疾病。球赛时间较长,市民长时间进食或者吃得过快,容易加重胃肠道负担。加上正值夏日,再痛饮几杯冰啤酒,更容易引起消化不良,甚至导致急性胃痉挛、胃溃疡等疾病。

医生建议,如果晚上熬夜看球,可以加一些宵夜,以清淡为主,吃些水果,补充维生素和蛋白质。尽量不要吃泡面、烧烤等不卫生的东西,冰镇饮品更要少喝。

比赛时间较长,部分球迷熬夜看球,加上白天还要工作,颈部肌肉不能得到充分放松。而且足球比赛一波三折,球迷容易激动,一旦猛一扭头或者起身,很容易引发颈部关节轻度错位、肌肉扭伤,从而诱发颈椎病。

医生介绍,球迷看球时一定要多活动,可以带上简易颈围,限制颈部过度活动,缓解颈部压力。另外,现在天气比较热,如果颈椎觉得比较累,就尽量不开空调,冷气也容易造成颈椎疼痛。一旦患上颈椎病,要及时就医,通过药物、理疗等缓解。如果颈椎病治疗不及时,有可能导致瘫痪。

看完球赛脖子直不起来

看球时窝在沙发上,一个半小时没动地方,第二天一早,颈椎很僵硬,脖子歪了,扭头都困难,头也很疼。医生介绍,许多球迷看球赛时间过长,坐姿不良,引发颈椎损伤,颈椎病急性发作患者大增,约比平时增加三成以上。

近日,市民周先生被送到解放军第88医院。他晚上躺在床上看欧洲杯比赛,早晨醒来时觉得颈椎很僵硬,头是歪的,疼得抬不起来。医生诊断后表示,周先生这是得了颈椎病。

接诊医生介绍,周先生是白领,平时经常在电脑上打文件,颈椎一直有问题。晚上看球时,周先生躺在床上,将颈部窝成“C”形,这种姿势恰恰与颈椎的生理性弯曲相逆,导致他平时忽视的颈椎问题凸显出来。医生称,因为欧洲杯

医生:与其硬撑不如看重播

对于现在门诊上出现“欧洲杯综合征”,泰山医学院附属医院急诊科科主任提醒,由于时差问题,欧洲杯比赛都在夜间进行,这个时间正是平时市民进入深度睡眠时间,熬夜看球容易造成生物钟紊乱,造成免疫力下降,多种疾病多发。

科主任提醒,市民看球应该适度,如果身体不适,可以选择看重播,不要勉强。另外,熬夜后第二天中午一定午休,在中场休息时也可以闭目养神15分钟。这一周应该少吃油腻和冰镇食品,多喝水,实在不舒服,在医生指导下吃一些消化药调节。另外,高血压、高血糖市民要避免熬夜看球,容易造成血压波动和血糖升高。



先进医疗设备,特色中医治疗

泰安市中医医院皮肤科

☆学科带头人☆
☆皮肤科主任☆



王金勇 主任医师,山东中医药大学兼职教授,泰安市中医医院皮肤科主任。
他从事皮肤性病临床20余年,擅长中西医结合治疗各种疑难皮肤病、性病,曾师从中国中医研究院全国著名皮肤科专家李博鉴教授等,对银屑病、白癜风、慢性湿疹、神经性皮炎、结节性痒疹、面部黄褐斑、痤疮等疾病的治疗有自己的独到之处。他主持研发纯中药制剂银屑病胶囊,获市级科技进步三等奖。先后在国家级、省级刊物上发表论文20余篇,并出专著3部。

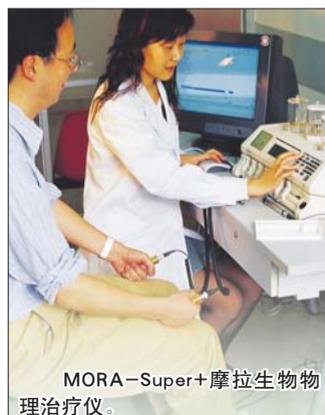
☆科室简介☆

本科是集医疗、科研、教学于一体的专业特色科室。下设皮肤病、性病门诊、真菌检查室、过敏源检查室、痤疮治疗室、光疗室,开展了中药药浴、中药面膜、脐敷疗法、皮肤划痕疗法、吹烘疗法等本科独具特色的专科疗法20余种。

采用传统的中医特色疗法,先进的西医诊断水平,中药内服,外用药浴等标本兼治,对常见的皮肤病如银屑病、白癜风、急性慢性荨麻疹、成人湿疹、婴幼儿湿疹、带状疱疹及后遗神经痛、黄褐斑等的治疗,毒副作用小,治愈率高。采用中西医结合疗法治疗皮肤科急危重症疑难病如重型药疹、系统性红斑狼疮、红皮病、天疱疮、脓疱型银屑病等疗效良好,吸引了不少远道慕名而来的皮肤病患者。

本科先后斥巨资引进了世界顶级的过敏性疾病诊断治疗设备MORA-Super+摩拉生物物理治疗仪,可一次性快速检测上千种过敏物质,并可针对检测出的过敏物质进行脱敏治疗,整个检测治疗过程无创伤无痛苦无任何毒副作用,治愈率高。

欧美娜蓝光(Omnilux Blue)痤疮治疗仪及红光(Omnilux Revive)动力治疗仪,在物理光治疗痤疮及光动力治疗、美容领域中处于世界先进水平。适用于中、重度(包括囊肿型)痤疮及日常皮肤护理、美容嫩肤、拉紧皮肤、抚平细纹和皱纹的治疗。其中,蓝光治疗炎症性痤疮,红光美白嫩肤,祛除黄褐斑。



MORA-Super+摩拉生物物理治疗仪。



欧美娜红蓝光治疗仪。

地址:迎暄大街216号(电视台东邻)门诊楼二楼皮肤科门诊 咨询电话:0538-6117171