

夏季咳嗽不能一味清肺泄热

本报记者 祁鹏飞

大家一般认为春秋季节天气变幻,容易引起感冒咳嗽,但其实夏季也容易出现咳嗽等症状。很多人对于夏季咳嗽凭印象多认为与暑湿有关,大量应用清肺、泄热、利湿等药物,往往治疗效果达不到预期,这是因为没有仔细分析夏季咳嗽发生的原因而单凭经验用药造成的。

我国第一部医学专著《黄帝内经》中明确指出了咳嗽发病的原因:形寒饮冷则伤肺,实际上这也指出了夏季咳嗽发生的原因。夏季气候炎热,人处户外,酷暑当头,易使皮肤汗孔开泄,汗出使皮温降低而达到防暑解暑的目的。但进入现代社会,空调设施已非常

普及,屋内外温差可达10度以上,若贸然由屋外进到屋内,特别是汗出未干,屋内的阴凉空气恰恰成为中医所说的外风寒气,容易通过疏松的腠理、开泄的汗孔侵袭人体,此时表现出来的症状多见咳嗽、咽痒、怕风、怕冷。另外暑天人们又喜食瓜果冷饮,在人体内形成内在的水饮之气,饮邪上肺,肺失宣肃,也容易导致咳嗽的发生。在上述两种情况下,单纯用清肺、泄热、利湿等药物往往适得其反,不仅不能治病还可能使病情加重。而如果以辛温宣散配合温化水饮、宣肺止咳等药物为主治疗,则药证相应,效如桴鼓。

温馨提示:夏季密闭的空

调房间温度不要过低,要勤开窗通风,多喝白开水,多吃蔬菜水果,养成良好的生活习惯,预防暑湿感冒。一旦患上上呼吸道疾病,除遵医嘱不乱服用药物外,在饮食上要多加调理,避免暴食生冷油腻,多喝水。

相关链接:

贾振华,主任中医师,博士研究生导师,享受国务院特殊津贴专家。河北以岭医院院长兼国家中医临床重点专科(心血管病科)主任,国家中医药管理局络病重点研究室副主任,兼任中华中医药学会络病分会副主任委员、河北省中医药学会第六届常务理事。获第十一届中国青年科技奖、国

家卫计委有突出贡献中青年专家、科技部中青年科技创新领军人才、河北省杰出专业技术人才、河北省高端人才等荣誉称号。

业务专长:擅长中西医结合治疗高脂血症、高血压、动脉粥样硬化、冠心病心绞痛、急性心梗恢复期、心律失常、慢性心衰,以及以中医心肺同治理论指导呼吸系统疾病,治疗流感及普通感冒、慢性咳嗽、急性慢性支气管炎、慢性阻塞性肺疾病、肺心病等。

出诊时间:河北以岭医院,每周五上午、周二上午。河北以岭医院东院区(以岭健康管理中心),每周三上午。

咨询电话:0311-83803120

饥饿或是高血糖信号



饥饿可能是低血糖造成的,但很多人不知道,有时候饥饿还可能是高血糖的信号。高血糖会引起饥饿,这是由于胰岛素相对或绝对不足,血糖虽然高却不能被送入机体细胞,细胞得到的能量不足。此外,病人血糖升高,由于渗透性利尿的作用,大量葡萄糖丢失,也导致细胞能量不足,细胞缺糖的信号就不断传入大脑,从而使大脑不时发出需求糖的指令,产生饥饿信号。

那么导致高血糖的原因有哪些呢?

食用大量甜食。在进行血糖检查前,如果食用了大量的甜食,就可能出现血糖高的结果,这时候检查出是高血糖,不需要太过担心,可以隔一段时间再检查血糖。

不良生活习惯。很多年轻人喜欢喝各种碳酸饮料,其实碳酸饮料含糖量是很高的,长期的不良饮食习惯很容易导致血糖偏高。

其他疾病。冠心病与高血糖联系密切,一旦被确诊为高血糖,应该尽量清楚是什么原因引起的。如果是冠心病引起的高血糖,应该先治疗冠心病,这样才能有效降低血糖。 刘凯/文

长期吃柠檬防骨质疏松



日本广岛大学柠檬健康科学项目组一项新研究表明,长期食用柠檬能够促进钙质吸收,预防骨质疏松症。

广岛大学研究人员招募了40名中老年女性参试者,让她们连续6个月每天饮用含钙的柠檬果汁200毫升。结果显示,参试者骨组织中溶解进入血液的钙离子平均被抑制了14%,3个月后骨密度平均上升了1.32%,此后大体一直保持这一水平。

研究人员表示,柠檬促进人体钙质吸收是通过柠檬酸的螯合作用实现的,即柠檬酸与体内的钙结合形成螯合钙,达到减少钙质流失、强健骨骼的效果。 泽阳/文

用药知识

四类药开封一个月别再用

眼药水、眼药膏。眼药水、眼药膏开封后的使用期限不超过一个月,有的眼药制剂开封后使用期限更短,比如还原型谷胱甘肽滴眼液开启后应在3周内使用,重组人表皮生长因子滴眼液开启后应在1周内使用。

散装药。如果医生给开的是拆散的药,用塑料袋或纸袋包住的,最好在一个月内存用。

胰岛素。未拆封的胰岛素要保存在冰箱冷藏室,一旦开封,在室温下保存不超过一个月。

口服液。瓶装口服液开封后,要根据说明1~4周用完。开封时间较久再次服用时应注意观察溶液是否澄清,如出现大量气泡、絮状混悬物、沉淀物或变色、结晶,说明已经变质,不能再服用。

吴盼龙/文

省中医院外一科开展甲状腺、乳腺结节消融手术 8月11日邀消融专家会诊

近几年,很多人在体检中查出甲状腺、乳腺结节。由于病情隐匿,大量患者对病情掉以轻心,从而延误了最佳治疗时机,埋下巨大隐患。那么,发现了甲状腺结节、乳腺结节该怎么办呢,有没有不用开刀的治疗方法呢?8月11日(本周六),著名甲状腺结节、乳腺结节消融治疗专家,滨州医学院烟台附属医院超声医学科主任王淑荣教授、北京煤炭总医院王洪玲教授将来到河北省中医院,开展结节消融术手术。

针孔超微创除结节

在治疗甲状腺结节、乳腺结节过程中,原来的手术治疗方法创伤大,会留下明显的疤痕,并且术后还有再长的可能。让甲状腺结节、乳腺结节患者望“刀”却步。河北省中医院大外科主任兼外一科主任徐志峰介绍说。

随着医学技术的飞速发展,国际上“RFA超导消融术”治疗甲状腺结节等疾病,不开

刀,超微创,消融的结节最大可达到7cm,特别是对多发性结节,在彩超可视显示屏上放大数倍后进行消融,微小结节无处遁形,操作更精确,消融更彻底,且治疗过的部位不再复发。该技术具有创口微小,仅需1毫米,治疗30分钟左右,术后不留疤,不损伤腺体,保留正常腺体功能,不用服药等优势。

河北省中医院外一科率先引进这一先进技术,并成功运用该疗法治愈了数百例患者,帮助患者摆脱过去“一刀切、一道疤”的开刀时代,使患者对甲状腺结节、乳腺结节的治疗方法有了新的选择。

消融专家为患者会诊手术

活动期间,患者前往河北省中医院外科门诊可享免临床诊察费、免专家挂号费、免超声筛查费的优惠,三位专家还将亲自为患者手术,同时,该院外一科有20个免费筛查名额(需提前预约)。

徐志峰教授是河北省中医

院大外科主任兼外一科主任、河北省中医药学会外科专业委员会主任委员,主任医师、教授、硕士生导师。

王淑荣教授是滨州医学院烟台附属医院超声医学科主任、教授、硕士生导师,兼任海医会肿瘤微创治疗专业委员会副主任委员、中国超声工程学会超声介入委员会常务委员,中国抗癌协会肿瘤微创治疗委员会甲状腺消融学组委员、中国女医师协会肿瘤微创委员会常务委员、中国研究型医院学会肿瘤介入专业委员会委员等。

王洪玲教授,北京煤炭总医院专家、海峡两岸医药卫生交流协会海西肿瘤微创治疗专业委员会副秘书长兼常委、河北省中医院微创消融中心特聘手术专家。王洪玲教授在肿瘤微创治疗,以及超声引导下消融治疗良恶性肿瘤的治疗方面具有丰富的临床经验,尤其是在甲状腺结节、乳腺结节消融手术治疗例数上位居全国前列。

河北省中医院外一科消融预约热线:0311-89815833

市中医院东院区儿科推出小儿推拿、穴位贴敷、透皮给药等疗法 带上孩子 体验儿科中医特色疗法

美美是个活泼可爱的小女孩。可是最近美美非常容易感冒,每次得病了,吃中药西药一大堆,而且刚好没几天,感冒就又犯了。渐渐地,孩子食欲不好,大便也不正常,体重下降,把美美妈愁坏了:孩子的体质怎么才能好起来呀?

很多家长面临着同样的困扰:孩子反复呼吸道感染,厌食、消化不良,吃药好像救火,只是扑灭了表面的火焰,孩子的体质却越来越差。有没有办法让孩子少打针,少吃药,得了感冒好得快,而且不再反复呢?

据了解,石家庄市中医院

东院区儿科有一些中医特色疗法,可以帮助孩子防治疾病,增强体质。

小儿推拿。小儿推拿是以中医辨证理论为基础,通过穴位点按推拿的方式,起到调节脏腑、疏通经络、调和气血、平衡阴阳的作用,是激发患儿自身正气、改善儿童体质、提高机体免疫力的一种集保健治疗于一体的绿色疗法。长期坚持推拿可以起到强体魄、促发育的作用。小儿推拿安全可靠,经济简便,不会带来内服药物所致的毒副作用。石家庄市中医院儿科经过多年的临床实践,发现小儿推拿疗法对

20多种疾病的治疗有作用,比如婴幼儿腹泻、便秘、腹痛、厌食、积滞、咳嗽、发热、感冒、夜啼、汗证、遗尿、过敏性鼻炎、鼻窦炎等疾病,小儿推拿有独到的作用。

穴位贴敷疗法。穴位贴敷疗法是依据中医内病外治的原理,按照辨证施治的原则,选择一定穴位进行中药敷贴,从而达到防病治病的目的。市中医院儿科应用三伏贴冬病夏治,防治儿童哮喘、咳嗽、反复呼吸道感染等。另外,该院研发的“散痰止咳贴”,具有宣肺清热、化痰止咳作用,适用于肺热咳嗽痰多

患儿。“消食贴”具有运脾和胃,行气化积,缓急止痛等作用,适用于厌食、积滞、腹痛等病。另外该科还有腹泻贴、通便贴、遗尿贴、退热贴、鼻炎贴等。多种药贴贴敷治疗,内服外治相结合。

此外,市中医院儿科还有拔罐疗法、透皮给药疗法等中医特色疗法,这些疗法绿色健康,能增强体质,防治儿童疾病,守护儿童健康。

石家庄市中医院东院区儿科邀您体验中医特色疗法,近期还有优惠哦。

联系电话:68068052(儿科门诊)、68068082(儿科病房)。