

春季眼红眼痒 当心过敏性结膜炎

春暖花开,万物复苏,是踏青赏花的大好时节,同时也是过敏性结膜炎的好发季节。

什么是过敏性结膜炎

过敏性结膜炎是由于眼部结膜频繁接触外界的过敏原,如花粉、灰尘、动物皮屑等,引起的过敏反应,有的人还会合并发生过敏性鼻炎、哮喘或过敏性皮炎等。春季,随着气温的升高和花粉的飘散,空气中过敏原的浓度逐渐增高,使得过敏性结膜炎的发病率相应上升。

过敏性结膜炎有哪些症状

1.眼痒:感觉眼睛奇痒难

忍,总想用力揉眼,甚至有时伴有眼部烧灼感、眼部疼痛。

2.眼红:由于结膜充血,使白眼球表面呈现粉红色。

3.流泪:由于炎症刺激,导致泪液分泌增多,如果同时伴有过敏性鼻炎,还会不停流鼻涕。

4.分泌物增多:经常感到眼睛有异物感,分泌物多为黏稠状。

5.通常双眼同时发病。

如何治疗过敏性结膜炎

1.药物治疗。通常采用抗组胺药、抗过敏药、抗生素等药物治疗,但需要注意的是,药物治疗应在医生的指导下进行,不要自行购买眼药水使用,以

避免出现不良反应。

2.局部冷敷。眼睛局部冷敷或冰敷可以收缩血管,减轻眼部肿胀和瘙痒感。但要注意冷敷物清洗干净,以免冷敷时脏东西进入眼睛加重炎症。

3.保持眼部清洁。避免用手揉眼,以免带入更多的过敏原和细菌。可以使用生理盐水清洗结膜囊,洗去眼球表面的分泌物和过敏原,减轻眼部不适。注意生理盐水要去医院或药店购买,不能自己用食盐和水配制,清洗时要避免用力过猛,以免损伤眼球。

4.避免接触过敏原。尽量减少外出,避免与过敏原接触。



或者外出时佩戴防护眼镜,减少过敏原对眼部的刺激。

5.增强身体免疫力。过敏本质上还是因为免疫力低下。适当锻炼有助于增强体质,减少过敏性疾病的发生。但应注意,要避免去过敏原(花粉、粉尘等)密集的区域活动。

晋州市人民医院五官科 尹运斌

哪些情况不能做无痛胃肠镜

无痛胃肠镜检查有诸多优势,但并非所有人都适合。存在以下情况者不宜进行无痛胃肠镜检查:肺部感染或急性上呼吸道感染期间,慢性病急性发作期(如哮喘),严重心律失常,严重冠心病及心肌损伤,心功能不全,未控制的高血压,近3个月发生过脑卒中,消化道梗阻,严重过敏,过度肥胖,存在睡眠呼吸暂停等。上述人群接受静脉全麻时,会显著增加不良事件的发生风险。

还有一些人预约了无痛胃肠镜检查,可临近检查日却感冒发烧了,那么无痛胃肠镜还能做吗?这时要根据具体情况决定。如果感冒较轻,只有轻微鼻塞、流涕,可以由麻醉医生及消化科医生综合评估是否适合做胃肠镜。如果感冒较重,伴咳嗽、咳痰等症状,则不建议做无痛胃肠镜。一方面,炎症导致气道处于高反应状态,进行胃镜操作时,容易诱发喉痉挛、支气管痉挛等;另一方面,感冒时气道分泌物增多,需要及时排出,但在“无痛”状态下,痰液不能被及时排出,堆积在呼吸道易引发窒息。此外,感冒期间患者比较虚弱,此时进行检查可能会使感冒加重。因此,对于感冒患者尤其是感冒症状较重及发烧的患者,不应进行无痛胃肠镜检查。

首都医科大学宣武医院 马艳辉 吴洁 连一闻



脖子痛有哪些原因



脖子痛也叫颈痛。脖子痛的原因常见以下几大类:

1.颈椎病。各种原因,如长时间使用手机、电脑及高枕睡眠等使颈椎发生退行性改变,导致颈椎骨质增生,以及颈椎间盘突出,压迫到颈部神经、肌肉、韧带等,就会产生脖子痛。

2.颈部肌肉劳损。由于颈部软组织损伤,引起颈部肌肉创伤性无菌炎症而导致疼痛。

3.颈部外伤。如车祸、跌倒、撞击等,损伤到颈部肌肉、骨骼而出现脖子痛。

4.落枕。扭伤颈部、睡觉姿势不正确、突然受到风寒湿邪入侵颈部而引起脖子痛。

孙海/文

老年糖友血糖控制是否越低越好

老年糖尿病患者是指年龄≥65岁,包括65岁以前诊断和65岁以后诊断的糖尿病患者。也就是说,无论是65岁之前还是之后确诊的糖尿病,患者年龄达到65岁就是老年糖尿病。

老年糖尿病有以下特点:“三多一少”症状(即烦渴多饮、多尿、多食、不明原因体重下降)少见;非特异症状较常见,如易疲倦、乏力、多汗、皮肤瘙痒等;多伴有并发症和合并症,如冠心病、心肌梗死、脑卒中、糖尿病肾病等;易发生

低血糖,低血糖症状不明显,对低血糖耐受性差。

很多老年糖尿病患者认为血糖控制得越低越好,其实,血糖控制越低,发生低血糖的风险就越大,这是因为老年糖尿病患者对低血糖的发生有耐受性差的特点,在休息或运动过程中容易发生无意识性低血糖,更有甚者在熟睡的过程中出现低血糖,甚至危及生命。通过严格控制血糖减少老年糖尿病患者并发症的获益有限,在一定程度上会增加低血糖风险。

老年糖尿病患者在药物选

择方面应注意:优先选择低血糖风险较低的药物;选择简便、依从性高的药物,降低多重用药风险;关注肝肾功能、心脏功能、并发症及合并症等因素;不推荐衰弱的老年患者使用低血糖风险高、明显降低体重的药物。

老年糖尿病患者不是将血糖控制得越低越好,而是在安全有效的前提下进行降糖治疗,具体血糖控制目标应由临床医生对患者健康状况进行评估后确定。

石家庄市第二医院 修宪 张莉莉

预防为主

预防胆囊结石 做好三件事

1.及时减肥。肥胖会增加多种疾病的发病风险。研究表明,体重指数的增加提升胆囊结石的形成率,加快胆囊结石的生长速度。维持正常体重可以降低胆囊结石的发病率。

2.合理膳食。不良的饮食习惯也是很多疾病的重要发

病因素。高纤维素(蔬菜水果)有助于降低疏水性胆汁酸含量,改善胆固醇代谢,可预防结石的形成。减少垃圾(高卡路里)食品的摄入和增加维生素C摄入,都将会降低结石发生率。同时,规律的饮食习惯,如正常吃早餐,也会使胆囊的排空更加规律,

有助于预防胆囊结石。

3.适量运动。运动对于结石的预防可以起到积极的作用,能够明显降低有症状结石的发生率。运动强度较高的人群将会把有症状结石的发生率降低70%。

河南中医药大学第一附属医院主任医师 李春颖

汇聚名医专家,长期开展惠民诊疗

本周六 以岭医院名医组团义诊

名医诊堂

本报讯(通讯员 魏欢欢)为患者提供超高水平的诊疗服务,河北以岭医院汇聚多位名医专家,将在4月27日(本周六)举行公益联合惠民诊疗活动。据了解,河北以岭医院的名医义诊将形成长期、系列的公益惠民活动“名医汇以岭,惠民周周见”,以便更好、更全面地满足患者的不同就医需求,提供高质量的健康指导与保障。

义诊时间:4月27日(周六)上午9:00-12:00

义诊地点:河北以岭医院一楼门诊大厅。

优惠项目:义诊当天免收名医挂号费。

咨询电话:0311-83836460

义诊名医简介:

1.脾胃病科-刘增祥,主任医师,河北省名中医;河北省中医药学会副会长,河北省优秀中医临

床人才、河北省高职评委会评委、省市中医药学会消化专业委员会副主任委员、省市中医药学会心脑血管专业委员会常委、省市中医药学会糖尿病专业委员会委员。

业务专长:独创了“一疏、二调、三辨”的辨证思维体系及独特的诊疗方案,在中西医结合治疗功能性胃肠病、慢性胃炎、消化性溃疡、溃疡性结肠炎、胆石症、便秘等多种常见多发消化系统疾病方面优势突出。

2.心血管病科-杨学东,副主任医师,原解放军总医院(301)教授;中国健康促进基金会心血管病防治专家组专家、中国老年学和老年医学学会老年病学分会心血管病精准医疗专业委员会委员、中国老年保健医学研究会老年学分会委员、《欧洲心脏杂志》中文版介入治疗专刊青年编

委、解放军总医院心血管病学专科医师规范化培训导师。

业务专长:擅长高危、复杂、疑难冠心病的介入治疗,心血管病危重症的综合救治,以及高血压、高血脂、心力衰竭等心血管病科常见病及疑难病的药物治疗。

3.脑病科-安俊岐,主任中医师,石家庄市有突出贡献的中青年专家;河北医科大学、河北中医学院兼职教授,中华中医药学会会员、河北省中医药学会心脑血管病专业委员会主任委员、河北省脑血管病防治协会副会长。

业务专长:从事神经内科专业近40年,对神经系统疾病的诊治有较深造诣。在急慢性脑血管病、眩晕、癫痫、老年痴呆等疾病治疗方面,擅长利用“四位一体”即“急救康复一条龙”治疗体系进行诊治。

4.肾病科-朱昭明,主任中医师,医学博士,名医工作室专家;曾在北京协和医院进修,师承李学旺教授、郑法雷教授,参加编写了《实用中西医结合内科学》、《络病学》等医学论著,发表学术论文20余篇。

业务专长:运用中医络病理论治疗原发性肾小球疾病、顽固性蛋白尿、肾病综合征,急、慢性肾功能衰竭、IgA肾病、糖尿病肾病等肾系疑难病方面取得了显著疗效。

5.肌萎缩科-李建军,主任中医师,石家庄市名中医;中华中医药学会科学技术奖励评审专家、中国医师协会渐动人项目专家委员会委员、第四批全国中医优秀人才、河北省中医药学会痿痹病专业委员会主任委员、河北省第三批中医药专家学术继承人、河北省中医优

秀人才、石家庄市“十百千人才工程”卫生计生人才。

业务专长:长期从事中医药治疗各类肌萎缩、肌无力疾病,尤其在运动神经元病、格林巴利综合征、脊髓空洞、腓骨肌萎缩、多发性硬化、帕金森、多系统萎缩等疾病的治疗方面具有独到之处。

6.呼吸科-曹冉,主任医师,市重点专科肺病科主任;河北省呼吸与健康学会呼吸中西医结合分会常委;河北省呼吸与健康学会呼吸病分会常委;河北省中西医结合学会呼吸分会委员,河北急救医学会感染病专业委员会委员。

业务专长:擅长难治性哮喘的诊治;慢阻肺及相关并发症,哮喘,肺栓塞,肺部感染,肺心病,不明原因发热,睡眠呼吸暂停综合症治疗;烟草依赖的综合治疗。