

[药比三家]

“多事之秋”防感冒

立秋之后天气没有丝毫转凉的意思，各大医院门诊量显示，感冒、发烧的人数还是维持在一个高水平上，专家提醒市民，秋季人体抵抗力降低，要防病毒性感冒侵害健康。

天气闷热，也是一些老年人常见疾病的高发季节，天气的变化也容易引发心脑血管疾病，老年人一定要小心。

药品	泰诺(上海强生)	心脑清软胶囊(神威药业)	
药店	药价	10片/盒	100粒/盒
张仲景大药房(河医店)	9.5元		18.5元
健康人大药房(陇海路店)	17元	16片	16.9元
杏林大药房(工人路店)	8元		18.8元
老百姓大药房(大石桥店)	10.5元		17.8元
仝禧堂大药房(工人路店)	10元		19.8元

采集人:聂广利 采集时间:2007年8月24日



健康教育快车

梳头有助治疗颈椎病

颈椎病是现代都市人最常见的一种疾病，药物治疗不明显，手术治疗风险大，病人往往难以接受。临床研究表明，经常梳头可使患者症状减轻、疼痛消失，坚持得当甚至可使部分患者达到基本治愈的效果，如坚持每天梳刮头颈部相关穴位则可不再复发。

具体方法是：取保健牛角梳和刮痧油（治疗颈部时涂用），呈45°，梳齿深触顶枕带上1/3（百会至脑户穴连线上1/3，左右各旁开0.5寸的条带），顶后斜带（络却穴至百会穴连线两侧各旁开0.25寸的条带），自上而下，各梳刮1分钟，每分钟频率80次，以发热为宜。然后用保健牛角梳耳棒按揉神门穴（三角窝内，对耳轮上下脚分叉处稍上方）、肾（对耳轮上下脚分叉处下方）、颈椎（胸椎下13）、颈（颈椎前侧耳甲缘）各60次，以发热为宜。其间每日可做头颈部旋转和上下肩部运动。

伍新华

骂母亲打父亲 好学生成了“坏孩子” 破译孩子心中“不快乐密码”

专家指出：了解、理解孩子才能适时解其心结

每一个人的心中都有一个杯子，这杯子中盛的是爱，这爱来自父母、来自老师和同学，同时，还有来自自己的一份。如果想成为一个积极健康快乐的人，这杯中的爱就要有满满的一杯，而当杯中的爱不够时，人无法积极快乐起来了。本来，出问题是很正常的事情，然而，由于试图解决问题的人不懂问题出在哪里了，用了错误的方法，导致杯中的爱越来越少，最后问题失控，代价也极为惨重。如何给杯子里补爱，破译孩子心中的“不快乐密码”呢？

晚报见习记者 聂广利



上期我们推出“寻找不快乐的孩子”后，许多家长纷纷打来电话讲述自己孩子所出现的问题，国家二级心理咨询师，清泉心理咨询中心技术顾问邵阳解释说，其实孩子的不快乐虽然有各种各样的理由，可最根本的还是缺乏来自家长的沟通和社会的理解，错误的方式把孩子推开了我们。

案例回放：读初三的小光（化名），一向成绩不错，是一个爱学习、肯思考的好学生，一场考试没考好受到了爸妈的训斥，以后学习就根本无法集中精力了，学校、家里两头不见人，经常在网吧跟人打架，后来发展到骂母亲打父亲，班里的老

师也感到纳闷，怎么这样一个好学生也成了不良少年？

困惑导致心理冲突 压力过大引发叛逆行为

中学生处于青春期，心理发展是复杂、充满矛盾的，邵阳表示，由于身体与心理的发育不平衡，心理上有一种追求独立的冲动，而客观上却还不具备独立的能力，此时“父亲的责骂，母亲的哭泣”让孩子容易出现心理冲突，会导致学生出现情绪不稳定、并有叛逆行为。

现在家家都是一个孩子，他们承载了父母太多的希望，殷切的希望变成了无形的压力，初三的学生面临中考，压力过大的学生就会

通过发脾气、破坏纪律等来宣泄压力，而考试考不好就会盲目否定自己，情绪沮丧。如果这时受到家长或老师的过多训斥就会出现反抗，遭受暴力侵害的学生就会出现和家长“动粗”的过激行为，当父母不理解孩子怒骂其“白眼狼”的时候，无论家长还是孩子都会更加伤心难过。

看待叛逆勿用放大镜 用信任和尊重取得沟通

心理咨询师认为，男孩骂母亲和父亲打架其实是属于一种青春偏激的躁动，社会却喜欢用伦理道德来压迫和强求孩子，说孩子大逆不道，其实这样反而用更大的、无形的错误手段把孩子

子推到了崩溃边缘。

“孩子怎么会变成这样？”当家长发出这样的疑问时是否想到：有多久没和孩子谈过心？孩子遭遇的困惑你是否知道？他（她）有心事是否愿意向你倾诉？

邵阳认为，当孩子出现让父母不顺心的问题时，不要把问题都往孩子身上推，更不要急于把孩子往“病”上靠，要多花一点时间与孩子交流，多给一些信任和尊重，以平等的心态与孩子讨论问题，与孩子交朋友，那么孩子在受到挫折时自然会主动向父母倾诉，从父母身上获得鼓励与心理支持，这样才能更好地预防心理问题的产生，补满孩子心中装爱的杯子。

微第1健康成功改版

加强内涵建设 打造精品医院

——河南省中医院发展驶入快车道

河南省中医院（河南中医学院第二附属医院）位于郑州市东风路6号，为省医保、市医保、省直离休医保、新农合医保、金水区医保定点医院。自建院以来，始终遵循“一切为了病人”的办院宗旨，坚持“弘扬祖国医学，博采现代科技”的办院方向，发扬“文明、精湛、开拓、奉献”精神，如今，已成长为一所集医疗、教学、科研为一体的现代化综合性三级甲等中医院。

医院既有学术水平较高、经验丰富的名老专家，又有中西医技术兼备的中青年新秀，组成了以180余名正副主任医师、正副教授为主的医疗、教学、科研队伍。拥有螺旋CT、数字胃肠机、DR、C型臂、彩超、钼靶乳腺腺像、全自动生化分析仪、动态心电图、热疗机、粒子治疗仪、免疫机、腹腔镜、体外碎石机等大型进口医疗



设备和先进的诊疗手段。

该院充分突出中医特色，开展中药内服、外敷、灌肠、针灸、理疗、熏蒸等传统中医药疗法，取得了显著的临床疗效。其中脑病科、肿瘤科为国家级重点专科和省级重点专科；脑病科既有享受国务院特殊津贴的名老专家，又有

中西医技术兼备的中青年新秀，能开展颅内血肿微创清除术；经颅脑室脑脊液置换术；急性脑血栓形成动静脉溶栓术；血管内支架成形术；脑动脉瘤栓塞术等。肿瘤科本着以人为本，循证、规范、个体化的原则，以中医中药为主，中西医并重，合理安

排综合治疗方案，提高了肿瘤的治愈率及生存期，改善了患者的生活质量。科室诊疗设备齐全，拥有射频热疗机、粒子植入系统、免疫治疗机等先进治疗方法。还开展有气功治疗、心理治疗等康复治疗手段。在治疗肝癌、肺癌、盆腔肿瘤、骨肉瘤方面有

突出优势，“胃镜下微波+化疗+中医中药”治疗食管癌是该科特色。应用传统的中医艾灸升白疗法对放疗引起的白细胞降低有很好的疗效，为病人的进一步治疗提供了较好的身体条件。急诊科为国家中医药管理局中医、中西医结合急诊临床基地项目建设单位。心血管科、消化内科、骨科也以一流的专家队伍、一流的技术、一流的服务被河南省中医药管理局评为重点专科建设单位。其诊疗技术均位居河南乃至国内同行的先进水平。

杏林奇葩，满园春色。近年来，医院采取切实措施，规范医疗行为，提高服务质量。2006年度该院在全省中医医院管理考核中荣获三级甲等中医医院管理考核前三名，并获得“河南省医院行风建设先进单位”称号。

医院十分注重职工素

质建设和医院文化建设，争创“廉医、诚信、为民、和谐”医院，真正把方便让给病人，把实惠送给病人，把温馨留给病人。针对门诊量较大，病人交费排队时间长的问题，医院重新改建，分别在二楼、三楼、四楼增设收费窗口，极大地缓解了病人交费难的状况；完善住院病人随访制度，除各病区主管医师定期通过电话对住院病人进行随访外，还抽出专人进行随访，了解病人在住院期间对医疗服务、诊治效果的意见及预后情况；医院还引进一套先进的现代化煎煮设备，将传统的病房人工煎药方法改进为电煎药。并实行了7付以上中药免费煎煮的优惠措施，受到了广大患者的一致好评。

在崭新的二十一世纪，我们将以诚信、优质的医疗服务回报广大患者，共创和谐、美好的未来。

咨询电话：0371--60905533 60908747