



## 贴肚脐 轻松告别胆病

随着夏季到来,胆结石患者的发病人数明显增多,有些胆囊结石并无症状,患者本人没有不适感,却可能因结石长期刺激胆囊壁而诱发其他胆囊疾病,或者表现为胆绞痛发作,这时往往因为患者脏器功能衰退和诱发其他病变而失去最佳治疗机会。

不手术能够治胆病,几乎是所有胆病患者盼望的事,实际上,胆囊与阑尾不一样,是人体重要的消化器官,手术治疗胆病是万不得已的选择,且有严格的适应症,如急性发作、穿孔等。手术治疗还是非手术治疗应根据病人具体情况来决定,因为手术毕竟是一种创伤性治疗方法,加之术后感染,结石再生是难以避免的,并且患者对手术的接受程度及身体状况都必须考虑,目前绝大多数学者认为,手术要有严格的指征,不宜见石就切胆囊。

从胆结石的成分来看,它并非是纯粹的石头,而是细小的胆固醇或胆色素颗粒粘起来的块状物,有韧性、不易破碎,但在一定条件下可以溶解。现代医学研究表明:肚脐处皮肤最薄,血管丰富,外用药物较易吸收,陕西鹤寿堂药业研制的鹤寿中清贴秉承中医脐疗理论,药物敷脐后有效成分直接渗透到肝胆部位,快速消除炎症,将结石逐层溶解,随胆汁排出。鹤寿中清贴在河南畅销3年,它不仅让病人避免了手术的痛苦,而且让无数胆结石、胆囊炎患者从此告别了胆病。

咨询热线:0371—63219696 61372912

## 肾结石怎能一碎了之?

肾结石、尿路结石易损伤肾脏和尿路,会对健康造成严重的威胁,采用手术取石或激光碎石,很难彻底排除碎石及多发性结石。

吉林敖东恒源药业研制的新药泌石通胶囊,独有的溶石因子SVT(抗聚核因子)能渗透到结石内核,分解各种有机盐类,使结石由内到外开始崩解,变为若干较小结石,相对于崩解前的结石,体积不变但表面积却相应增大,这就让SVT因子尽可能多地吸附在结石表面,进行再溶解,从而实现了溶解-崩解-再溶解的良性循环。经临床验证,对各类肾结石、尿路结石、膀胱结石均能溶解排出,泌石通胶囊上市以来已经让无数肾结石、尿路结石患者走向了康复。

对于已经有尿路结石的人来说,要在饮食中注意多吃碱性食物,如胡萝卜、苹果、菠萝等;少吃含钙高的食物和草酸高的食物,以减少结石刺激发生绞痛的机会。

咨询电话:0371-63399226

# 防心血管病先控制肥胖

### 每天3瓣蒜对冠心病有预防作用

度过了暑热难挨的盛夏,时下已经进入秋天。但是心血管病专家提醒,秋季冠心病患者也不应掉以轻心,另外,长期高血压可引起左心室肥厚,会增加心肌梗塞和心脏猝死的发生率,所以高血压患者更应注意保护心脏。秋季远离心脏病,应以良好的生活方式开始。

晚报记者 詹莉莉



## 防心血管病先控制肥胖

据郑大一附院心血管外科主任医师乔晨辉介绍,心血管病是威胁人类健康的最大杀手,而肥胖又是心脏病和中风的最主要杀手。在日前举行的多力葵花油护心行动中,中国区世界心脏日组委会负责人、心血管疾病专家胡大一教授就曾提醒人们,腰围大小是测量是否会患心血管疾病的重要指标,通过腰围测量这种简便的方法,就能预测出患心血管疾病的危险性。中国女性腰围尺寸超过80厘米、男性超过90厘米就意味着有较高的患心脑血管病的危险。“男腰90女80”已成为健康“心”守则。

## 每天3瓣蒜可防冠心病

“现在很多国家的城市人口改变了原来的饮食结构,摄入过多的饱和脂肪和糖,而纤维摄入量不够。因此,想拥有一个健康的心脏,应该从饮食习惯做起。”乔晨辉介绍,“补人参不如吃大蒜。”乔晨辉指出,具有降低胆固醇效能的洋葱,永远是心脏的“朋友”,不仅能带走有损心脏的胆固醇,降低引起心脏病的物质低密度脂蛋白;还能够降低血小板的粘滞性,阻止血液的凝固,预防血栓的形成。每天至少吃3瓣未经加工的大蒜,对冠心病有预防作用。

另外,注意多摄入含蛋白质、钙、镁丰富的食物,即可防止心脑血管疾病,防止进食过饱,晚餐以八分饱为宜,晨起喝杯白开水,以冲淡血液,日间多喝淡茶,对心脏有保护作用。

## 打造健康心脏从健康饮食开始

乔晨辉建议:多吃水果和蔬菜,每天最好能有5~7种,如茄子,它能够限制人体从油中吸取胆固醇;经常吃些豆芽、豆腐以及豆制品可保护心脏。如黄豆含有大量的亚麻二烯酸,能降低胆固醇和血液的粘滞性;小豆类如绿豆、扁豆、赤小豆、刀豆等。多吃各种谷物、纤维类食物,纤维与降低胆固醇的药物有着同样作用,特别能保护心脏。选择低脂或脱脂食品,选择人造黄油、葵花子、玉米、葡萄籽和橄榄油,减少使用黄油其他动物油脂;多吃鱼类、豆类、瘦肉。不吃高脂肪和胆固醇食品,例如全脂牛奶、黄油、热带棕榈油、可可油;吃肉时最好去掉肥肉和皮;做菜时最好不要用油煎,而选用煮、蒸、烤等易于去除脂肪的方式;减少盐的摄入量,尤其对高血压患者更为重要;减少酒精摄入量。

定期妇检是一种习惯

# 省公安医院:10元普查,平价就医



女人优雅一转身,为人妻、为人母,既要奔波于职场,还要忙碌于丈夫和孩子之间,女人一生有多少时间真正为自己着想?柔弱的她们并没有因为责任太多而得到庇护,妇科疾病不时纠缠着她们本该多姿多彩的生活。为了让妇科疾病“炎”消云散,日前笔者专门走访了河南省公安医院妇科。据了解,公安医院妇科引进一系列高新技术,有效治疗各种妇科炎症,并推出“10元普查、平价就医”的惠民绿色通道,让妇科疾病远离广大女性。

## 专业技术为伊解忧

28岁的患者刘丹(化名)说:“结婚后一直想要个孩子,可是就是怀不上,小腹经常隐隐作痛、腰疼,后来看不行就到公安医院检查了,竟然是盆腔炎,医生说这病容易引发不孕。”据河南省公安医院妇科主任何选民介绍,盆腔感染后的表现常常使小腹隐痛、腰痛、白带多。有时急性发作,会发烧、肚子剧痛;有时全身症状变化不明显,低烧、精神不振、周身不适、失眠,下腹部坠胀、疼痛及月经不等等。何主任说:“我院妇科治疗盆腔炎采取生物激光技术,运用生物激光渗透深层组织,定位准

确,只除病变,同时避免了因穿刺等治疗方式引起的炎症及不适感,有效地治疗盆腔炎。”患者刘丹(化名)说起自己不孕的起因依然心惊胆战,她说在公安医院妇科检查以后就开始治疗,几天的时间就治愈了,现在已经怀孕3个月的她幸福得像个孩子。

省公安医院妇科专家何选民介绍说阴道炎发病最明显的症状是阴道外阴瘙痒、白带增多、有异味、灼痛等。阴道炎治疗不当会严重破坏女性免疫系统,引发其他疾病,阴道炎患者的白带内有病原体,炎性细胞可吞噬精子,使精子成活率降低,因此易导致不孕,并产生性交

痛和性欲减退等症状。该院妇科治疗阴道炎采用药物循环微波治疗术,利用独特的三维治疗探头,能全面深入阴道褶皱等一般方法难以到达的地方,使药物与病灶充分接触,杀灭病菌不留死角。

## 10元普查平价就医

很多女性朋友患有妇科疾病没有及时就医的原因除了碍于隐私,就是因为治疗费用高。为了还给备受妇科疾病折磨的女性朋友一身轻松,河南省公安医院作为中原医疗行业“平价化”进程的见证者和推动者,本着“价格平民化、服务人性化、医疗专业化”的品牌理念,致力于提供“价格适中、服务称心、

技术过硬”的医疗服务,致力于为中原百姓提供最具“性价比”的医疗服务,该院妇科自去年10月25日起,正式开通“10元做15项妇科检查、平价就医”的惠民绿色通道,让妇科患者平价就医的同时,做个健康伊人。该院妇科主任何选民说,10元普查是医院科室做出的最好的承诺,以专业的技术和高端的设备,优质的服务,省公安医院妇科以给广大女性朋友做的更多为追求,将医疗费定位在平价,惠及更多的人。

据悉,“10元普查”包括妇科检查、尿常规、血常规、B超、阴道镜、早孕检测等15个项目。截至8月31日,已为5000多名女性带去健康服务,让更多女性享有了“专业、平价”的健康服务。

## 定期妇检是一种习惯

碍于隐私和羞涩,有一部分妇科疾病患者总是自吞苦果,拖到不拖的时候才选择治疗,这是一个很大的误区。河南省公安医院妇科专家何选民说,40岁以上的女性每年进行一到两次的妇科检查是很有必要的,能及早检查出疾病并进行有效治疗。

何选民还说,一项针对10万女性的权威统计发现,受检的女性大多数年龄在36~49岁,最小的年龄16岁,最大的70岁。检查结果显示很多女性的健康状况不容乐观,约一半以上的人都患有不同程度的宫颈炎。根据研究显示,宫颈癌最开始的一期状态,治愈率可以达到83%~90%,二期时是60%~70%,进入三期还能有40%~50%,但发展到四期只有10%了,所以,女性朋友需要每年定期进行妇科体检,尽早发现疾病,为治疗争取时间。

## 相关链接:

妇科疾病是女性的常见疾病,提高自身抵抗力和身体素质对治疗妇科疾病有非常重要的作用。平时注意个人卫生,饮食运动调节免疫,保持愉悦心情,定期体检是预防妇科病的重要内容,妇科病种类繁多,如阴道炎、宫颈炎、盆腔炎、子宫内膜异位等,不同妇科疾病临床症状不同,可表现为白带异常、腹部疼痛、月经不调等,若出现上述相关症状,需考虑患上妇科病可能,尽早去正规医院进行检查和治疗。 马连华