

乍暖还寒,胃肠病易发

专家提醒:切记遵循养胃原则

初春,万物萌生,乍暖还寒。各种易致疾病的细菌、微生物也随之活跃,容易侵犯人体,从而导致胃肠道疾病的发生。那么,此时该怎样预防胃肠道疾病呢?看看专家是怎么说的。

记者 董亚飞
蒋晓蕾

胃肠“感冒”了

最近,小明经常出现食欲差、腹泻等情况,他妈妈以为是吃坏了肚子或是受凉引起的,便自行买了些治疗胃肠炎的药给儿子服用,服了几天都不见好转。到医院就诊被诊断为“胃肠型感冒”。小明妈妈很奇怪:怎么是感冒呢?

“食欲差、腹痛、恶心、呕吐、拉肚子,同时伴有上呼吸道症状,这很可能是病毒所致的胃肠‘感冒’。春天病毒活跃感冒易发,但‘胃肠型感冒’有时上呼吸道症状不明显,所以这种疾病很容易与急性胃肠炎相混淆。”因此,郑州肛泰肛肠医院

消化内科首席专家普长生教授建议大家,出现腹泻、呕吐一定要及时到正规医院进行治疗,千万不要自己随便在家服药,以免贻误病情,尤其注意不要自行随便服用抗生素。

专家提醒:

胃肠型感冒多发生于消化功能较弱的人群,尤其是小儿胃肠功能还未发育成熟。如果一旦被诊断患有“胃肠型感冒”,在饮食方面可选择流食或半流食,如米汤、粥、面条等清淡食品。

消化性溃疡复发

“消化性溃疡的发病率这段时间比冬季多一些。”郑州市管城人民医院消化科专家辛海滨说,消化性溃疡的发生、反复与冬春季节更替有很大的关系。另外,如果不注意饮食寒热、过饱过饥或情绪不佳等,也易导致消化性溃疡发生或复发。

辛海滨说,春季气候多变,除了注意这个季节多发的呼吸道疾病外,还要注意保养自己的肠胃,患有慢性胃炎或消化性溃疡的人更易复发,严重的还会导致消化道出血。

专家提醒:

春季天气忽冷忽热,老年人身体抵抗力差,很容易引发疾病。所以,饮食调理极为重要,基本的原则是少食生冷寒凉的食物,水果也是一样,梨、香蕉等寒凉水果也要少吃。“苹果虽属平性食物,但是如果存放在凉台上或是冰箱里,拿出来直接食用的话就属于生冷食物了,应该将其在常温下放一段时间后再吃。”此外,饮食要规律,以逐渐让肠胃适应季节的变化。

忧郁引发胃肠病

据了解,心理忧郁也容易引发肠胃病。专家指出,春季人们容易焦虑、抑郁,睡眠质量下降。“睡眠不好也会引起食欲不振、腹胀等功能性肠胃病。”因此,专家建议大家,不妨趁着春色多到野外散步,做一些有氧运动,保持乐观的心态对预防忧郁引发肠胃病很有必要。

专家提醒:

春暖花开的季节,到郊外感受一下春天的气息,真是一件快事。但旅游时最重要的还是饮食卫生问题。专家提醒说,“病从口入”,在外就餐要格外注意,饮用烧开后水,不喝生水。避免吃生冷的食物,食物最好是经过高温加工以后的。不要暴饮暴食。

行业播报

内调外养 才能战“痘”

据了解,近段时间各家医院看皮肤病患者人数增多,且以“痤疮”居多。

前来就诊的宋女士说:“为了对付痤疮,自己尝试过涂抹一些护肤品,也服用过一些西药,但均见效不大。”其实这不奇怪。传统中医学认为,“血毒由五脏蕴热,注入血脉,与血搏击,致使血液不清、混浊,从而使皮肤滋生病状”。换句话说,治愈皮肤病的关键在于祛除“血毒”。而宋女士的做法只是停留于表面,所以远远达不到预期的效果。

对此,同仁堂专家建议,“传承传统护肤,以内调外养的形式来有效清血解毒、消肿止痒”。就拿同仁堂血毒丸来说,它改良自中国近代名医施金墨的百年古方,由39味纯天然中药制成,最终达成传统护肤的功效。

亚飞

“春风行动”昨日开启

20万资助500名白内障、耳鼻喉手术患者

在全国“爱耳日”到来之际,郑州市红十字会联合郑州博爱眼耳鼻喉医院启动了“2012年春风行动”。

据了解,本次活动郑州市红十字会将启动20万元,对500名眼科白内障患者和耳鼻喉科手术患者给予资助费用,有需要的患者可以打电话报名或直接到郑州博爱眼耳鼻喉医院就诊。据悉,本次活动从2月21日开始至3月底结束,活动内容为:

- 1.凡河南省内实施白内障手术的患者,将援助手术费800~2000元,共300名。
- 2.河南省郑州市职工医保患者,耳鼻喉手术患者只需自付600元,非医保患者手术费减免500元,资助200名。

董丽敏



郑州肛泰肛肠医院
ZHENGZHOU GANGTAI ANORECTAL HOSPITAL

★ 中原首家痔瘡诊疗规范示范医院
★ 中原首家全国连锁专业肛肠医院

治疑难痔疮 京广路上找



新农合定点医院 直补80%

常见肛肠疾病	对应症状
痔 疮	便血、脱出、疼痛
肛 裂	便血、疼痛、便秘
肛 瘻	肛门流稠水或脓性分泌物、肛门潮湿、肛门瘙痒、红肿热痛
肛周脓肿	红肿热痛、肛门里急后重、排便困难、排便不畅
直肠脱垂	肿物脱出、肛门下坠、便意频繁、排便不尽、腹泻便秘、便血、黏液便、肛门阻塞感

—— 全面诊疗范围 ——

内痔、外痔、混合痔、便血、便秘、肛门狭窄、肛裂、复杂性肛瘻、肛乳头肥大、溃疡性结肠炎、直肠脱垂、直肠癌、肛周息肉、急性慢性胃炎、胃溃疡、胃食管反流病、胃十二指肠溃疡、胃息肉等