

# 慢性肺病的治疗,迎来了春天

抗纤维化新科技已经让河南近万名间质性肺炎、老慢支、肺气肿、支气管扩张、肺心病等肺病患者率先康复,您还在忍受疾病的痛苦折磨吗? 蒋晓蕾

## 苦熬十一载,终迎康复时

本市出租车司机张师傅,患“慢性支气管炎、支气管扩张、肺气肿”11年,从最初的季节性咳嗽、咳痰,逐渐发展到咳血、胸闷气短、动则即喘,年年犯年年治,病情越来越重,无法工作,家庭陷入困境。去年4月开始进行逆转纤维化治疗,一个月后基本安稳睡觉,3个月后再不再咳血、疼痛;半年后症状全消,今年3月张师傅去医院复查,肺功能恢复正常,现在张师傅又重新回到了工作岗位。

据了解,抗纤维化技术自引进河南以来,已为10000多名患者摘掉“老肺病”的帽子,或重新工作,或安度晚年,让慢性肺

病的治疗迎来了春天。

## 探索成真,抗纤维化断了老肺病的根

“肺部组织纤维化是多种老肺病不能根治的最主要原因。”中华医学会呼吸分会成员、北京协和纤维化防治中心周靖怡主任指出,由于反复感染、损伤,致使肺部组织形成瘢痕性增生、肺部纤维化形成,由此,肺部功能大幅降低、呼吸困难,导致肺病屡治屡犯、越治越重危甚至危及生命。

治疗老肺病,重在逆转纤维化。她指出,中国医学科学家经多年探索,取得重大发明“复合CFX”技术(人民卫生出版社出版的教科书《器官纤维化基础及中医药

防治》),经北京、天津、重庆等20多家三甲医院临床应用证实,“复合CFX”通过逆转肺部纤维化,对间质性肺炎、老慢支、哮喘、肺气肿、肺心病、尘肺等老肺病,不论病情轻重经过下列1~3阶段治疗,均可做到治得好、不复发:

**第一阶段:**呼吸顺畅,憋气感减轻,吸氧减少;**第二阶段:**上楼不喘,胸痛、闷胀感缓解,不用吸氧;**第三阶段:**咳嗽、胸痛、闷胀等症状消除,CT显示肺部纤维化阴影消失,肺功能恢复正常。

## 春天治疗,秋末康复

春天气候多变、早晚温差较大、空气

漂浮物多,是呼吸道疾病的高发期,特别是老年人,容易着凉,导致咳、喘、憋复发。

周靖怡建议,从春天开始进行逆转纤维化治疗,一般在秋末就可以把病根断了,没有病痛,患者也会少花冤枉钱。

**医讯:**本月中旬,特邀周靖怡主任莅临郑州,针对老慢支、哮喘、肺气肿、肺心病、间质性肺纤维化、尘肺等慢性肺病的预防及抗纤维化新科技如何康复老肺病,和患者面对面交流,现场答疑解惑。

预约电话:0371-86688255 或 400-0056-120,名满即止

# 口腔异味,多吃绿色食物可缓解



近日,广州18岁少女被同学嫌弃有口腔异味想不开,给家人留下遗书后从27楼跳下,失去了年轻的生命。人们扼腕叹息的同时,禁不住疑虑:人的口腔为何会出现异味?是不是身体出现了问题?该怎样避免?本报邀请专家——解答。

郑州晚报记者 蒋晓蕾

## 口腔异味,五脏六腑失调反映

“很少人会因为口腔出现异味而去医院就诊,即使有,也是因为口腔出现其他方面的不适。”据郑州民生耳鼻喉医院院长王高宏介绍,在一般人看来,口腔出现异味没必要大惊小怪,还有一个误区就是,很多患者会把口腔异味当成口腔内的疾病,选择看口腔科,但实际上很多问题都是口腔科解决不了的。

“如鼻炎、咽炎、扁桃体炎患者,均不同程度存在口气问题,而求治口腔异味的患者在解决了鼻咽疾病之后,口腔异味也得到了根本上的解决。”王高宏指出,胃肠道疾病,如消化性溃疡、慢性胃炎、功能性消化不良等,都可能伴有口腔异味。肠胃及脏腑功能受损、内分泌失调等,也是导致大多数人口腔有异味的主要原因。

## 异味类型有3种,需细分清

如何治疗口腔异味,王高宏认为首先要找出病因。总体来说,口腔异味主要分为胃热、肝热、肺热3种类型。

胃热型主要因摄入食物过多,积食引起脾胃消化不良、胃气上返而引起,多发生于食欲旺盛、爱吃肉食的人,治疗主要以帮助消化为主,多吃清淡的食物,如豆腐、冬瓜、芦笋、空心菜等,以助消化、利排泄。少吃肉类等油腻食物,戒烟酒。

肝热型主要因劳累、熬夜使身体过度损耗、引发上火引起,多发生在工作压

力大、经常加班的人身上,治疗以清泻肝火为主。少吃“生火”食物,如甜食、油炸食品、生姜、辣椒、大蒜、羊肉、狗肉、荔枝。凌晨1点前最好睡觉,少吃酸味,如乌梅、酸梅等零食。

肺热型多发生于上呼吸道感染、津液消耗过多或爱喝酒的人,治疗为清除肺热。一是多吃滋阴润燥的食物,如百合、梨、黄瓜、萝卜、芹菜、海带等清凉之物,利于润肺。二是少吃易生痰湿的食物。

## 生活习惯不良,易致口味大

“门诊发现,除口腔不洁、菌斑、牙石、牙垢堆积易引起口腔出现异味,日常生活习惯不好也易导致。”王高宏指出,如吸烟、饮酒、喝咖啡及经常吃葱、蒜、韭菜等辛辣刺激性食物;嗜好臭豆腐、臭鸡蛋等具有臭味食物的人,也易发生口腔异味,但这种口腔异味仅属于表面性口腔

异味。

“如果是人体内脏受损导致,长时间不治疗还会引发其他严重疾病,一般口腔异味药品不能治疗,中药和保健茶也只能起到调整作用。”王高宏建议,“最好去医院检查,不要盲目使用一些市面上宣扬除异味的牙膏。”

## 营养均衡多吃点儿绿色食物

“天气逐渐变暖,很多人喜欢出去烧烤,如果大量吃辛辣食物或烧烤等,体内容易积蓄湿热,体内的热毒排不出去,就会找出路,诱发湿疹、小痘痘、口腔异味等。”郑州市中医院脾胃科主任白广欧建议,所以日常生活中营养要均衡,多吃叶绿素含量较多的蔬菜、瓜果,比如生菜、油菜等;避免多食气味强烈、刺激性及不易消化的食

品,这些食品会刺激胃肠道黏膜产生过量的酸,不易消化造成口腔异味。

摄入过多糖类导致口腔疾病是引起口腔异味的又一原因。但糖类又是人体所必需的,应该在平时对甜食适当控制,不要频繁喝含糖饮料。一些慢性病比如胃溃疡、糖尿病等也会引起口腔异味,如遇此情况,应及时到医院治疗。

## 新闻1+1

### 清洁舌头

用牙刷或丝绵清洁舌头,每天两次。

### 嚼无糖口香糖

唾液是对抗口臭的最佳武器,嚼口香糖会刺激唾液分泌,从而对抗口腔异味。另外,无糖口香糖还含有糖的替代品木糖醇,它能减少口腔细菌的繁殖。

### 用肉桂改善口气

不像其他芳香剂,肉桂似乎能对抗引起口腔异味的化学物质,从根本上解决问题。

### 保持口腔湿润

多喝水能冲走制造口腔异味的细菌。有研究指出,喝茶也是能对抗口腔异味,因为茶里含有多酚,这是一种植物化学物质,有助于控制细菌繁殖。

### 选择漱口水

抗菌的漱口水有助于对抗口腔感染,从而改善口气。

### 列出健康问题

90%的口腔异味都是由于口腔中的微生物引起的。如果能保持口腔健康,但依旧有口腔异味,最好要看医生,因为一些疾病,如呼吸道感染、糖尿病、胃酸逆流、肝病,甚至是癌症,以及一些稀有的疾病,都会造成口腔异味。

## 六个妙招 清新口气

## 医疗快递

### 华山医院感恩11年

河南省首届子宫腺肌病诊疗高峰论坛圆满落幕

4月10日,华山医院建院11周年之际,河南省首届子宫腺肌病高峰论坛如期召开。此次论坛由中国医师联合会、中国健康管理促进会联合郑州华山医院举办,旨在为更好推动子宫腺肌病保宫手术的发展、促进业界交流。

大会特别邀请中国妇科内镜医学——宫腔镜诊治医学奠基人、首都医科大学附属复兴医院妇产科主任夏恩兰教授,北京大学第三医院妇产科主任医师、中国《优生优育》杂志副编审周美梅教授,国家卫生部特聘专家、世界卫生组织(WHO)亚太区特聘督导专家、郑州华山医院院长王斌教授,中美日韩众多行业协会领导及10年来在郑州华山医院接受子宫腺肌病保宫手术的康复病友和来自基层医院的妇产科医生,就有关“子宫腺肌病”的最新科研与临床进展进行探讨和交流。

会上,夏恩兰教授、周美梅教授分别就当今子宫腺肌病诊疗的相关热点话题进行讨论,并且推出了相关科研成果。王斌院长就子宫腺肌病“U”形病灶切除术这一专利保宫手术作了精彩专题演讲,并回顾了“U”形病灶切除术11年的发展历程。夏恩兰教授和周美梅教授均对此技术给予了充分肯定,表示该手术已达到了国际领先水平,手术方法精湛。 蒋晓蕾 韩新宝

### 关爱郑州环卫工 爱鼻日民生在行动

4月10日上午,由郑州市二七区政协建设环保委员会、二七区城市管理执法局及郑州民生耳鼻喉医院联合举办的“关注环卫工人呼吸健康”爱鼻日特别公益活动,在郑州民生耳鼻喉医院隆重举行,200余名环卫工人领取“健康礼包”一份。该礼包包括PM2.5防护口罩、水杯等物品。据郑州民生耳鼻喉医院业务院长、耳鼻喉专家王高宏介绍,4月11日是国际爱鼻日,在爱鼻日前后,自即日起至4月底,医院将面向二七区环卫工人专门开展鼻部健康普查活动,二七区环卫工人凭工作证件到医院可接受免费耳鼻喉体检。同时,该院还为家境特别困难、罹患鼻部疾病的环卫工人提供一定的费用援助。 蒋晓蕾

