

惊！妙龄少女胸痛难忍 竟是胃癌作怪

预约博康胃肠病医院,可享受100元胃镜检查

人们常说“十人九胃病”，生活中很多人都认为胃病会自愈，可现实中，不乏一般胃病发展成胃癌的案例。临床发现，胃癌的死亡率高与胃癌发现晚有直接关系。专家建议，高危人群最好每半年进行一次胃镜检查。 蒋晓蕾

胸痛胸闷辗转求医 一查竟是胃癌作怪

24岁的刘小姐每天忙于工作，熬夜加班、饮食不规律成了习惯。一个多月前，她突然觉得胸闷不已，还时常疼痛难忍，去呼吸科检查，却没查出问题。

后来辗转到了郑州博康胃肠医院，在医生的建议下做了

胃镜。结果发现，整个胃里竟有近20个小突起，胃食管结合部还有个肿瘤。原来是患了胃癌。

幸运的是，虽然病灶多，但刘小姐的胃癌还属于早期。结合她的身体状况，医生和家属协商后决定进行切除术。目前，刘小姐已康复出院。

胃痛盲目吃药 等于雪上加霜

饮食不规律让不少人胃痛频繁得像吃饭一样。胃痛了怎么办？吃止痛药呗！大部分人在胃痛的时候都是采取这样的想法，殊不知，这样的做法等于雪上加霜！

止痛药对人体损害最严重的部位就是胃肠。止痛药在胃内酸性环境下可直接侵蚀胃黏膜，破坏胃黏膜上皮细胞的脂蛋白层，导致胃黏膜屏障受损，引起胃炎或消化性溃疡。而且止痛药会抑制体内前列腺素的生成，使胃黏膜失去保护，胃中的

酸性消化液趁机侵袭胃壁，会造成溃疡、糜烂甚至导致胃穿孔。所以胃痛时吃止痛药既不能缓解症状，还有可能加重病情，甚至导致胃溃疡、胃出血、胃穿孔等严重上消化道并发症。

精准胃镜检查 5分钟揪出“元凶”

调查显示，我国70%~80%胃癌患者一检查就已是中晚期。病痛在自己身上，谁不想早点康复？可由于对胃病的不重视，再加上经济条件和时间等因素的影响，很多人得胃病多年，却从没做过检查。胃镜检查对

胃癌的预防有着非常关键的作用，每年做一次胃镜检查，可以大大降低胃癌的发病率。

为改善胃肠疾病患者健康意识淡薄的现状，郑州博康胃肠医院推出100元精准胃镜检查惠民活动，检查采用国际先进的精准胃镜，镜身柔软，有充分可弯曲性，便于操作，导光性能好，舒适度高、耗时短，只需5分钟左右，即可准确查明患者病情。同时，来博康医院进行百元胃镜检查的患者，可免费彩超检查肝、胆、脾、胰、肾等10余处全身重要脏器。

嘘！别随地吐痰了

结核菌借助飞沫散播到空气中，健康人吸入易被感染 防治肺结核，管好“嘴”已成预防关键

3月24日是第21个“世界防治结核病日”，今年的宣传活动主题“社会共同努力，消除结核危害”。据统计，我国每年新发生肺结核患者约100万例，而其传播途径之一随地吐痰却并未被人所重视。

郑州晚报记者 蒋晓蕾

【诱因】

飞沫是直接的传播工具 不容忽视

肺结核的主要症状是连续咳嗽、咳痰两周以上，或咯血、痰中带有血丝。有些病人同时还伴有胸痛、盗汗、午后低热、全身疲乏、食欲减退等其他症状。患肺结核后如果不能及时、彻底治疗，会对自己的健康造成严重威胁，而且还可能传染其他人。

“结核菌借助飞沫被排到空气中，健康人吸入这样的空气，结核菌就从传染源进入了另一个人的体内。”郑州市第六人民医院结核门诊办公室主任医师崔帷解释，进入人体后，结核菌大部分被人体免疫系统杀死，一部分结核菌能够逃避人体免疫系统的“追杀”而在体内存活，于是，健康人就感染了结核菌。

感染结核菌后，人体是否发病取决于人体抵抗力与结核菌毒力的关系。若人体抵抗力强而结核菌毒力弱，结核菌仍可被杀死，人体没有任何病变；若人体抵抗力弱而结核菌毒力强，结核菌就会大量繁殖，人体就会出现结核病灶和症状，这就是出现结核病；还有一种情况是人体抵抗力和结核菌毒力相当，结核菌就会处于“睡觉”状态，潜伏在人体中。但一旦条件合适（如人体抵抗力突然降低），这些“睡觉”状态的结核菌就会苏醒而重新繁殖。发病后的病人就会成为新的传染源而感染更多的人体。



【治疗】

易被误诊，专业规范治疗是关键

“肺结核病早期，由于病变小而没有明显症状，病人和医生都容易误认为得了别的病。”崔帷指出，除了做胸部X线检查外，一定要做痰结核菌检查。因为检出结核菌说明找到了病原体，就可以确诊。早期、正确的诊断是治愈肺结核病的首要条件。

“结核病的疗程较长，需要规律服药，必须有专门的人员进行管理，否则会导致耐药的发生。”崔帷说，治愈肺结核必须遵循早期、联合、适量、规律、全程5个原则，早诊断、早治疗；无论初治还是复治患者均要联合用药，必须有一个适

【预防】

牢记这四点，春季防病正当时

一年当中，春季是某些传染性疾病和一些慢性病的高发期之一。由于结核病具有传染性，在集体生活场所，要把预防工作放在首位。

第一，房间要多通风。结核菌是经空气传播的，因此通风有助于降低空气中结核菌的浓度，进而减少吸入可能。

第二，到结核病人聚集场所要戴口罩。这类场所包括结核病医院的门诊和病房，以及综合医院的呼吸科门诊。

当的剂量，一定要在专科医生指导下规律用药，短程化疗不少于6个月。

作为患者，首先，治疗期间要完全配合医生，坚持规则全程使用抗结核药物，如遇药物反应等特殊应及时告诉医生；其次，要定期复查，尤其是痰结核菌检查。另外，服药期间，要注意休息，增添含蛋白质高的食物，增强自身体质。同时，要安排好生活起居，早睡早起，不从事重体力劳动，防止过度疲劳，加强营养，多吃新鲜的鱼、肉、鸡蛋、牛奶、水果、蔬菜等，忌吸烟、酗酒、辛辣食品。治愈后还要定期复查。

第三，市民一定要注意肺结核的主要症状，比如咳嗽、咳痰两周以上、夜里盗汗、午后低热、身体日渐消瘦等，一旦出现以上症状，应及时进行检查治疗。家里有人得结核病，一定要注意最好和老人、儿童相对隔离居住，因为老人和儿童是结核病的高发人群。

第四，养成良好卫生习惯，如不随地吐痰，咳嗽打喷嚏不要对着别人等。

联系方式

未来心理工作室微信公众号：
Weilaiji2014

未来心理工作室电话：
15346586333

欢迎大家把你所关心的话题，
发送邮箱：1178061606@qq.com



家长提问： 为什么孩子不听我的？

冀未来老师回答：

不少家长问过这个问题，为什么孩子不听我的？

如果父母懂得孩子成长的规律，知道如何去引导孩子发挥潜力，孩子不听父母的确实是一大损失。

如果父母不懂得孩子发展的规律，不能够按照规律去给孩子成长需要的东西，包括物质上的，特别是精神上的，比如让孩子感受到关爱、信任、尊重，那么孩子不听父母的，对孩子的发展来说，或许会更好一些。

但这存在着一定的风险。在孩子小的时候，如果孩子不听父母的，而孩子自己的阅历、经历和体验有限，他需要我们帮助他成长，同时让他感受到归属感和家庭的温暖；孩子需要我们通过言传身教教会他很多社会方面的常识和生活技能；孩子需要我们帮助他感受到自己是一个有价值的人，是一个被爸爸妈妈爱的人，是一个值得爱的人；作为父母，我们需要帮助孩子让他意识到他的与众不同、意识到他对我们全家的重要性、意识到他的任何想法和观点都能够受到重视。

另外，作为父母，我们要保证孩子的绝对安全，需要告诉他很多保护自己的措施，需要让他知道在找不到父母、受到欺负、遇到火

灾、地震的时候，需要做什么能够保护自己的生命安全。

我们需要引导、教育，需要通过定规矩让孩子遵守必要的社会规则、规范自己的行为；需要我们耐心从吃饭、穿衣交给孩子技能，为孩子的将来做好充分的准备；需要交给孩子思考问题、解决问题的方法，以应对日益变化的世界。打个比方，在孩子0-6岁的时候，我们需要把他抱在怀里掌握方向盘；等他到6-12岁，我们需要坐在副驾驶的位置，看他们驾驶机动车，帮助他们处理临时的风险；12岁之后，孩子进入青春期，父母需要更多地把选择权交给孩子，此时我们需要坐在后排，让出空间让孩子发展自己。因为青春期孩子会激怒父母，借助这股力量成为一个独立的个体，彰显他的力量，并通过攻击父母获得心理上的分离。如果一味地压制、毁灭，不允许孩子表达攻击，孩子就可能会出现问题。

为什么孩子不听我们的？可能我们一直都在通过说教、严厉的要求、很高的期待控制孩子，受到控制的孩子会用反控制的方法应对父母。所以要让孩子听我们的，我们需要改变方法，不再去控制孩子，转而控制我们自己的行为。