

抓住机会,跟鼻炎说BayBay!

“两免一优”只剩下4天了!

记者 钟辉

近日,宜宾市鼻炎患者张丹(化名)参加了成都军区机关医院举办的治鼻炎“两免一优”活动,在专家指导下,通过鼻窦内窥镜微创治疗方案,将20年迁延不愈的鼻窦炎进行了彻底治疗。“这些年忍受了很多病痛折磨,一直害怕再手术,没想到现在技术这么先进。”张女士对治疗赞不绝口。

20多年鼻病受尽折磨

张丹告诉记者,她20来岁就已经患上了鼻窦炎,当时由于经济条件有限,没有很好的治疗,后来病情加重后,也只是采用滴鼻液点点鼻子。

几年前,张丹被诊断出鼻腔长了息肉,并在此后几年内连续做了2次鼻窦息肉手术,但是,鼻腔的通气等状况没有很明显的好转。

“医生也就是肉眼观察就用夹子夹出息肉,出血很多,术后住院几天,回家后鼻子里面还痛得很。”张丹说几次治疗的痛苦让她记忆深刻。此后,因为害怕手术,病情一直拖到如今。

现在张丹由于经常鼻子不透气,睡觉时鼾声很大。“我鼻子里仿佛堵了个塞子,不闻香臭已经大半辈子了,真不知道何时才能健康起来。”张丹痛苦地说,自己的鼻窦炎还没有顾得上治疗,光是鼻息肉就已经焦头烂额。

微创技术一招除顽疾

张丹被鼻炎折磨得够呛,他的家人也非

常着急:“我们平常对治鼻炎的一些新药和方法都很留意。”张丹的老公表示,考虑到她病情比较复杂,做治疗更应慎重对待,仔细筛选后,决定前往军区机关医院就诊。

目前,军区机关医院耳鼻喉中心正在举办“两免一优”活动,中心主任薛康对张女士病情进行了精确的诊断,并制定出了符合病情的微创治疗方案。在鼻窦内窥镜的配合下,一次性清除了上颌窦及筛窦的病灶,并利用鼻窦电动切割系统清除了鼻息肉,其根部也进行了消融。

“微创治疗比以往手术轻松多了,不到一个小时的时间一次性治疗了鼻窦炎和鼻息肉,痛苦小,十分便捷。”张丹及其家人对诊治过程十分满意。

相关链接:

耳鼻喉病“两免一优”仅剩4天

据了解,成都军区机关医院耳鼻喉中心作为西南耳鼻喉专业委员会所在地,拥有业界领先的美国美敦力微型动力系统、史托斯



鼻窦内窥镜系统和安泰等离子消融系统。在耳、鼻、咽喉、声带、及头颈外科方面的微创治疗领域有良好口碑。

截止到10月31日之前,耳鼻喉疾病患者凭本报前往成都军区机关医院就诊,可享受1、免费专家诊断;2、免费耳鼻喉常规筛查3、耳鼻喉内窥镜检查费用优惠50%。

咨询预约电话:028-86957776

网址:www.86957776.com



皮肤癌具有家族遗传性

想要降低患皮肤癌的风险?除了涂防晒霜保护皮肤外,研究发现,“选择”自己的父母和兄弟姐妹也对一个人患皮肤癌几率的高低有影响。澳大利亚和美国科学家最新研究成果表明,皮肤癌具有遗传性,其发病率与家族基因联系密切。

澳大利亚昆士兰大学斯里·谢卡尔博士和他的研究小组通过对患有黑色素瘤这种致死性皮肤癌的双胞胎进行研究后发现,同卵双生的双胞胎中如果有一人患有黑色素瘤,那

么另一人也患上黑色素瘤的风险将大大增加,甚至高于相同情况的异卵双生双胞胎。

研究人员还发现,当癌细胞出现在容易被太阳照射的部位,如面部时,这种家族遗传性会体现得更明显。

虽然皮肤癌的具体成因至今尚不明确,但可以确定阳光是主要“凶手”之一。阳光中的紫外线如果长时间照射皮肤,会使皮肤细胞发生变异,引发皮肤癌。(记者 余星雨)

许多女性朋友都有这样的经历,一进入秋天,整个人就手脚冰冷。很多人认为这是女性朋友血气虚弱的原因,其实,这只能说对了小部分,手脚冰凉和心脏供血有很大的关系,因为血液是由心脏泵出,携带氧气到全身各部位,氧经过燃烧后,才能产生热能,手脚才会温暖。一旦心血管系统的功能出现障碍,就会影响血液运行输送,造成手脚冰冷的情形。

从中医的观点来看,手脚容易冰冷、麻木,多是属于气血的毛病,因为气虚、血虚所造成的血液运行不畅、血液量不足。

记者 余星雨

手脚常冰冷 你的心血管太弱啦

手脚冰凉的诱因

心脏衰弱,无法使血液供应到身体末梢部位;体内血液量不够,血红素和红血球偏低;血管中有阻塞,或发烧、感冒等都会影响大脑中枢神经,导致手脚冰冷;交感神经功能出了问题,使肌肉遇冷无法收缩,产生热能以耐寒。

哪些人最容易出现手脚冰冷的情形

● 体型太瘦小的女生

体型较瘦、虚寒体质的女生最容易出现手脚冰冷的情形,因为这类型的人末梢血液循环较差,容易使体温调节的机制紊乱,而手脚冰冷正是自律神经功能调节不顺畅,血管变细所引起。而且脚趾、膝盖、肩膀和手指等部位,属于运动较多的关节区,因为脂肪、血管皆相对较少,热度容易散失。

● 血糖太低或低血压时

食物是身体很重要的热量来源,如果你减肥过

度,饿过了头,让血糖太低时,都会有手脚冰冷的现象。而低血压时,血液循环也会不佳,疲劳、身体衰弱时,血压容易降低,就会手脚冰冷啰。

● 压力过大时

因为工作紧绷的压力或时间逼迫的压力,都会让手脚发冷发抖,只要过了这个紧张时期,就会慢慢恢复温暖。

● 衣物不够保暖

如果手脚冰冷,表示体温的平均调配有问题,如果已经多穿了好几件衣服,但手脚仍未恢复温暖,就该注意啦因为许多人体表的温觉神经接受体的「凉点」,因为太过迟钝而不能感受到冷。

全方位拒绝手脚冰冷

要解除手脚冰冷,必须从日常生活各方面来着手,快快开始运动、食疗、按摩

……,你就可以四肢温暖、面色红润。

攻略1:勤运动、勤甩手

建议你一早起来做做运动,快走是最佳选择。用比走路快、比跑步慢的速度,大步往前走,双手顺便甩一甩,走上30分钟,促进气血运行,全身就会暖呼呼,因为一早就让血液循环和新陈代谢加速,所以整天都会充满活力,不容易发冷。

攻略2:多补充维生素

维生素可扩张末梢血管,对于末梢血液循环畅通很有帮助,但维生素的效果较缓慢,须持续3个月才可见效,多吃蔬菜和水果也是不错的选择。

攻略3:多吃含烟碱酸的食物

烟碱酸对于稳定神经系统和循环系统很有帮助,也可改善神经紧张、紧张。花生等食品富含烟碱酸。



健康播报

国家基本药物零售指导价实施 45%药品下调

据中国新闻网报道,中国各地将于即日正式实施调整后的药物零售价格,标志着中国国家医药卫生体制改革又迈进一步。与现行政府规定的零售指导价比,此次制定公布零售指导价格的药品共296种,2349个具体的剂型规格品,涉及3000多家药品生产经营企业,涵盖了除基本药物目录中的公共卫生类用药,以及实行特殊管理的麻醉和一类精神用药。与现行政府规定的零售指导价比,此次约有45%的品种价格作了适当下调,平均降幅12%左右;约有49%的品种价格未作调整,继续按现行价格执行;还有约6%的品种适当提高了价格。(记者 余星雨)

日成功抑制P13K基因 延缓人类心力衰竭

日本京都大学研究生院医学助理教授盐井哲雄及其团队撰文指出,他们设法抑制了一组老年老鼠身上的P13K基因。在老鼠身上进行的该项实验表明,人类或许能够延迟或者预防心力衰竭。P13K基因负责调节细胞的寿命,影响组织的老化。之前的研究表明,抑制这种基因可以延长蛔虫的寿命,并保护老年果蝇心脏的健康。与另一组基因未被抑制的老鼠相比,基因受到抑制的老鼠的心脏功能更强,纤维化现象较少(纤维化会造成心脏功能障碍)、衰老迹象不明显。该研究表明,科学家可以通过调节胰岛素的功能来防止心脏老化,进而预防与衰老有关的心力衰竭。(记者 余星雨)

按摩鼻子 防秋冬未病

中医认为鼻为肺之窍,是呼吸道与外界相通的门户。鼻的很多疾病会影响相邻器官的生理功能,进而影响全身的健康。从功能上来说,鼻既是呼吸道的出入口,同时又是防止致病微生物、灰尘等侵入的第一道防线。因此,在气温骤降及空气干燥的秋冬之交及冬季,健鼻护鼻显得格外重要。

摩鼻:所谓摩鼻,是指按摩鼻部,此法可以促进血液循环,有效预防感冒和鼻病,同时使鼻部皮肤滋润光泽,有驻颜养容的作用。先用食指和拇指按揉鼻翼两侧的迎香穴20~30次,然后用摩擦发热的手掌轻轻按摩鼻尖、鼻翼,顺时针、逆时针各10次。

调鼻:自然界有大气候,每个人的鼻腔内都有小气候,我们可通过调节鼻腔内环境来使之保持温暖湿润。在寒潮、冷空气来袭的天气里,尤其要注意鼻部的保暖,同时可适时进行局部加温。日常保健或感冒初期,均可用温生理盐水冲洗鼻腔,每次3~5分钟。(记者 余星雨)