

工作需久站 如何预防静脉曲张?

静脉曲张危害大吗?应如何预防?下肢深静脉血栓形成后应如何治疗?糖尿病足病人平日要注意些什么?7月29日上午9:30至10:30,本报健康热线0551-62623752,邀请安徽中医药大学第一附属医院血管乳腺外科副主任医师李华刚为大家提供健康咨询服务。

■ 陈小飞 吴芳情 记者 李皖婷/文 倪路/图



本期指导专家 李华刚

安徽中医药大学第一附属医院血管乳腺外科副主任医师。在省内较早开展下肢静脉曲张腔内激光微创治疗,下肢动脉硬化闭塞症腔内介入治疗,下肢深静脉血栓形成导管溶栓等,擅长各类周围血管疾病的诊治。

微创激光治疗静脉曲张效果好

读者:我父亲腿上筋都像蚯蚓一样鼓起来了,小腿也有点发黑,已经有20年了,也不疼,可是最近有点痒,容易溃烂,请问这是什么病?该怎么治疗?

李华刚:你父亲应该是下肢静脉曲张,也就是平时说的“鼓筋”,前期没有什么症状,主要有浅静脉的曲张,有酸胀的感觉,后面慢慢的会有色素沉着,皮肤的瘙痒,并且容易溃破有溃疡出现,这种溃疡不易愈合,而且容易反复发作。对于轻微的下肢静脉曲张,可以穿医用弹力袜、抬高下肢、功能锻炼等延缓疾病的发展。对于严重的下肢静脉曲张,手术治疗是唯一根治的办法。现在我科开展下肢静脉曲张的微创激光治疗,通过激光闭合曲张的静脉,手术时间短,创伤小,恢复快,较传统手术复发率更低,是目前较为理想的治疗方式。

患上下肢深静脉血栓不要害怕

读者:我老公前段时间小腿骨折了,在老家医院开了刀,术后恢复得还可以。后来一直就在家卧床休息,可是前几天腿肿起来了,还疼得厉害。去医院做彩超,说是腿上的血管堵了,如果不做手术就会有生命危险。请问这是怎么回事?该怎么办?

李华刚:你老公是下肢深静脉血栓形成的可能性较大。该病的风险主要是血栓脱落沿血流流至肺动脉,引起致死性肺栓塞。大手术以及长期卧床的病人,特别是合并有高血压、高血脂、糖尿病的患者,容易形成下肢深静脉血栓。目前我科主

要采用经静脉插管导管溶栓的方法治疗,大多数患者可以取得理想的疗效。部分患者根据血栓的分布情况放置下腔静脉滤器,防止致死性的肺栓塞。

下肢急性动脉栓塞要早诊断早治疗

读者:我老母亲两个小时以前突然一下右腿动不了了,感觉一点劲也没有,并且皮肤苍白苍白的,还疼的厉害,我摸她的腿凉凉的。这是什么病啊?

李华刚:根据你所描述的情况,我高度怀疑是下肢急性动脉栓塞。多数患者合并有房颤或者风心病,心脏里形成的栓子掉入动脉沿血流冲击至下肢动脉,堵塞下肢的血管。患者会有疼痛、麻木、皮温低、动脉搏动摸不到、不能活动、皮肤苍白等一系列的变化。发病急,症状重。如果不及及时诊治的话会导致坏死,有截肢的风险。治疗上一般经动脉切开取栓即可,就是用将取栓导管插入血管将栓子取出来。关键是早诊断早治疗,一般发病6小时以内手术的话,大多会取得很好的效果。

腹主动脉瘤需手术治疗

读者:前段时间我们单位体检,做了一个CT说我得了腹主动脉瘤,没什么特别的感觉,要我去医院看下,我去医院后他们告诉我需要进行手术治疗,我想咨询一下。

李华刚:腹主动脉瘤患者多数合并有高血压病,一般没什么症状,有时腹部可以摸到搏动性肿块,只有瘤体大到一定程度才会有腹痛等症状。动脉瘤主要的风险是瘤体破裂大出血,以及瘤体对周围组织的压迫症状。治疗上主要看瘤体的形态和直径,如果直径超过5cm或者监测每年直径增长超过1cm等,就需要手术治疗。传统的手术创伤较大、出血多、恢复慢、手术风险大。现在我科主要采用微创介入的治疗方式,通过释放覆膜支架将瘤体封闭,防止瘤体破裂,创伤小,同时更利于病人的恢复。

糖尿病足一定要正规治疗

读者:我母亲患糖尿病多年,最近她不小心把大脚趾搞破了,去医院换药,可是换了一个月了也没见好转。该怎么办?

李华刚:糖尿病足是由于周围神经营养障碍性病变、动脉闭塞性病变,以及容易合并骨和软组织感染等一系列病变引起的。足部溃疡是糖尿病最常见和最主要的并发症之一。足部的溃疡愈合困难。治疗上首先要控制血糖,其次控制足部感染。如果有伴有动脉硬化闭塞的患者需要手术打通堵塞的血管,改善局部血管运行,可以有效的促进溃疡的愈合。最后要注意的是治疗一定要正规、及时,不要耽误病情,否则导致局部的坏死,就需要截肢了。

下期预告

高血压患者夏季有何注意事项

夏季高血压患者饮食起居有什么要注意的?在家如何监测血压?能不能自己调整降压药剂量?下周二(8月5日)上午9:30至10:30,本报健康热线0551-62623752,将邀请安徽中医药大学第二附属医院(安徽省针灸医院)心内科

主任丁丽为大家提供健康咨询服务。

丁丽,安徽中医药大学第二附属医院心内科主任,主治医师。从事心内科临床数十年,临床擅长中西医结合、针药并用治疗高血压、冠心病、心律失常等各类心血管病。
汪珺 记者 李皖婷

多年的三叉神经痛治好了

三叉神经痛号称“天下第一痛”,患者风寒入脑,导致头面神经间异常放电,产生刀割、火烧、针刺或触电样剧痛。传统卡马西平等西药依靠麻醉神经暂时止痛,易导致白细胞大量减少,并引发中风等严重疾病……

我国“治疗三叉神经痛第一人”卢芳教授历经20年成功研制OTC国药——颅痛宁,是我国唯一专治头痛、牙痛、脸痛的中成药,通过“疏通经络—驱风排寒—修复神经”直指三叉神经痛病根,疗效快速。颅痛宁自上市以来,服

药病友普遍反映,没想到我多年的三叉神经痛仅服一月左右就解决了疼痛。

颅痛宁:全国独家新药,国家20年专利保护,已治好很多患者,尚未见无效病例报告,被誉为“专治三叉神经痛第一良药”。

好消息:即日起买5送1特惠活动咨询热线:0551-62837282(市内免费送货)地址:合肥普济药房(市府广场)益民诊所(大钟楼与环城路口向西100米)淮南仁济(润丰宾馆旁)安庆宝芝灵(116医院对面)阜阳华利(三里小学旁)六安大别山路50号药房 蚌埠工农药房(工农路9号)

一周病情播报

谨遵医嘱用药 科学应对高血压

近日,前来合肥市第一人民医院就诊的高血压患者明显增多。据该院急诊科杨静主任介绍,头疼、眩晕、耳鸣、心悸气短都是高血压的临床表现。

为了防止高血压病夏季复发,专家提醒患者,首先要保证规律的生活习惯,合理饮食,少吃动物性脂肪及高胆固醇高盐分饮食。对于有高血压病史的患者,降压药一定要谨遵医嘱慎用,如果擅自用药、换药,用了不对症的药,会隐藏着极大的风险,轻者没有药效,

耽误影响病情;严重的会产生副作用,导致血压急速下降,甚至诱发中风、心肌梗塞等危及生命的疾病。

另外,因为夏季炎热,易出现血管状况改变的情况,以往的降压药需要相应的调整剂量,否则血压稍不留神便会急速下降或者上升,严重危害身体健康。所以,专家提醒广大高血压患者,一旦察觉血压有变化,应该尽快到医院就诊,在医生的指导下用药。

苏洁 记者 李皖婷

游泳“呛”出中耳炎

医生建议,孩子尽量别玩潜水

上周,合肥市民刘莉(化名)带着6岁的儿子去游泳,没想到次日孩子就出现耳痛、耳鸣、低烧等症状。医生确诊为急性中耳炎,“祸因”是游泳时呛水所致。

省立儿童医院耳鼻喉科主任成琦介绍,目前急性中耳炎患儿就诊量几乎是其它季节的2.5倍,绝大部分都是由于游泳时耳内进水所致。孩子们一旦

呛水,脏水就会通过鼻腔和鼻咽部,将这些地方原来潜伏的细菌一起经咽鼓管带入中耳鼓室腔。“中耳炎以耳内闷胀感或堵塞感、耳痛、听力减退及耳鸣为最常见症状。”成琦强调,要告诫孩子游泳时要量力而行,头部尽量不要潜到水下。

童有兵 记者 李皖婷

大暑之后 消暑可喝大麦粥

中伏天气,让人苦不堪言。这样的天气,吃什么有助于人体健康?安徽省中医院副院长刘健推荐大麦粥。

刘健建议,早晚时间喝大麦粥比较好,因为早上人的脾胃功能刚刚恢复,不适宜吃硬的食物。同时,晚上人需要的能量比白天少,因此,晚上喝大麦粥有利于消化吸收,还能发挥大麦安神的作用。

煮大麦粥的方法也很简单。放半

锅水,加上一小把米,进行蒸煮。此间,用凉开水把大麦粉稀释成糊状,待水开后倒入锅中,搅匀,再蒸煮一段时间,当粥变稠,颜色发红即可。需要注意的是,既不能一煮好就吃,因为这样容易灼伤,还会伤阴;同时也不能放冰箱凉吃,因为这样会伤胃。应该温吃,也就是说不烫嘴的时候吃最好。

陈小飞 记者 李皖婷

天热胖娃易生病 健康饮食少遭罪

专家:大豆混合代餐+适量运动让胖娃告别困扰

进入暑期以来,除了感冒、发烧、呼吸道感染、腹泻等平时多见的病症之外,带孩子来看专科的家长逐渐增多,其中肥胖患儿的上升比例尤为明显。

据不完全统计,中国超重肥胖儿童已经达到1200万人,占到世界“胖孩儿”总数的十三分之一。肥胖可导致儿童的循环、呼吸、消化、内分泌、免疫等多系统损害,甚至影响其智商、行为、心理及性发育。

巴西儿童肥胖卫生教育部顾问、主要研究体重控制和儿童肥胖的纳撒尼尔·威尼斯基医学博士推荐了国外常用

的一些儿童减肥方法,目前国际上认可的以大豆蛋白为主的代餐是一个比较理想的选择。大豆的蛋白含量很高,膳食纤维很多,还含有抗氧化、保护心血管的物质。另外,大豆当中的皂甙,可以促进脂肪的分解代谢,有益于减肥。

对于如何制作简单而又能受到孩子欢迎的代餐食物,康宝莱营养咨询委员会主席、“全美最佳医生”得主大卫·赫伯博士推荐“营养奶昔”,即大豆蛋白粉调制的饮料。营养奶昔中丰富的蛋白质可以让孩子产生饱腹感,从而达到代替正餐的作用。