

吃易消化食物有助预防肠梗阻

得过胆囊炎会得阑尾炎吗？肠梗阻的症状是什么？12月16日上午9:30~10:30，星报健康热线(0551-62623752)邀请安徽省中医院普外科主任医师帅剑锋与读者进行交流。

■ 陈小飞 记者 李皖婷/文 倪路/图



本期指导专家：帅剑锋

从事临床、教学、科研工作20年，擅长治疗肝、胆、胃肠系统疾病，尤其擅长腹腔镜手术、内镜治疗，在临床上中医药应用有丰富的临床经验。

引起腹部疼痛不适原因很多

读者：近期感觉右侧腹部疼痛、腹胀，大便次数增多、做过B超、CT，未见明显异常，应该怎么办？

帅剑锋：引起右侧腹部疼痛不适的原因很多，大致可由肝胆、结肠肝曲、十二指肠、胰头及右侧肾等部位的病变引起。建议进一步检查结肠镜和胃镜，尤其对于中年人适用。如检查暂无阳性发现，需进行全消化道造影，排除小肠疾患。如检查仍无阳性发现，可从饮食上调整或中医调理。

肠梗阻有4大症状

读者：以前开过阑尾炎，最近经常出现腹痛、腹胀，但大便、排气尚正常，是肠梗阻吗？怎么办？

帅剑锋：从临床症状及病史上看，考虑为粘连性肠梗阻。肠梗阻有4大症状：腹胀、腹痛、呕吐、肛门不排气。粘连性肠梗阻占各类肠梗阻的60%。因你仅有腹痛、腹胀，考虑为不全性肠梗阻，可考虑先行“三维一体”中医药治疗。先应用润下通腑、行气活血的中药，同时可用中药芒硝敷脐治疗，如有条件，可行中药保留灌肠。饮食上少食多餐，多吃容易消化、适量粗纤维蔬菜和肉食、不食粘糯食物，如柿子、枣子。如不缓解，需到医院正规治疗。行中医药治疗前要到医院检查明确诊断。

下期预告

脑中风患者冬季如何保养？

脑中风是怎么回事？为什么会发生脑中风？脑中风患者如何康复？下周二(12月23日)上午9:30至10:30，星报健康热线0551-62623752，将邀请安徽省第二人民医院神经内科副主任医师陈长春与读者交流。

陈长春，从事神经内科工作近20年，对神经内科常见病的诊治有较深的造诣，

腹部手术后90%会发生粘连

读者：一月前开过胆囊炎，会得肠梗阻吗？怎么预防？

帅剑锋：有得肠梗阻可能，但几率很低。一般讲，腹部手术后90%会发生粘连，其中6%会发生粘连性肠梗阻。在腹腔镜手术病人术后发生率更低。术后早期适当活动如慢跑、走步、打太极拳，但避免剧烈的活动和繁重劳动；研究表明，心理紧张、恐惧、忧虑等可引发肠功能紊乱，容易诱发肠梗阻，因此须避免情绪剧烈变化；饮食上禁忌暴饮暴食，食用容易消化的食物，这些都有助于预防。

中医药治疗防止再次粘连

读者：5年前因外伤肠穿孔手术治疗。2年前得过急性肠梗阻，保守治疗后缓解，但近2年来经常发作，越来越频繁、症状加重，怎么治疗？

帅剑锋：此为良性疾病腹部手术后，粘连性肠梗阻。一旦发生粘连性肠梗阻，有29%~42%的病人10年内会再次发作。就肠梗阻治疗而言，单纯西医治疗成功率43%~76%；中西医结合治疗具有增强、调整胃肠运动的作用，成功率达90%以上。首先腹腔镜探查手术，术中置放防粘连药物，术后早期“三维一体”中医药治疗(恢复胃肠功能防止再次粘连)。

老人肠梗阻后期多需手术治疗

读者：老人经常大便干结，近期出现腹痛、腹胀、呕吐、但有排气，是否为肠梗阻，下一步应当怎么处理？

帅剑锋：此位老人为便秘引起的梗阻。老年人肠梗阻多见于肿瘤、便秘。引起便秘原因很多，老年人多由于年老体虚、结肠功能异常、结肠冗长等引起。如为功能异常、冗长引起，后期多需手术治疗。也可尝试中医药治疗。可用中药吴茱萸炒热后敷脐，针灸穴位天枢、足三里、中脘，艾条熏灸中脘、天枢、足三里。可用健脾益气、养阴润肠的中药口服及灌肠。

粘连性梗阻可考虑腹腔镜探查

读者：一年前行胃癌手术，近期经常腹痛、腹胀、呕吐，排气正常，是粘连性肠梗阻吗？

帅剑锋：病情较复杂。首先得排除手术本身引起的并发症，其次得排除是否为肿瘤复发引起梗阻，最后才能确定。第一步消化道造影和腹部CT是必须的；第二步如为肿瘤复发，评估是否再次手术利弊；第三步如确诊粘连性梗阻，看症状、体征轻重。如严重可考虑腹腔镜探查，术后“三位一体”中医药治疗(口服、外敷、灌肠治疗)。

皮肤奇痒 时珍本草霜 一抹止痒

俗话说：疼不死人痒死人。奇痒难耐，抓破皮，挠出血，打针吃药，抹激素方法用尽，痒痒就是止不住。痒得揪心刺骨，坐卧不安，彻夜难眠。

老中医张启山祖传“时珍本草霜”专治皮肤瘙痒。无论是夏秋过敏痒、脚气钻心痒、皮炎灼热痒、湿疹糜烂痒、风疙瘩痒、疥疮痒、还是糖尿病及肾病全身痒——只要抹上此膏，均是膏到痒除。

据老中医介绍：处方源自于《本草纲目》秘方，“循经拔毒”药用成分就像靶向追踪器，循着人体经络把分散潜藏于体内深层的风、寒、暑、湿、燥、火、虫七类毒素一网打尽，迅速杀灭真菌及皮肤血液病毒。多年的皮炎

(神经性皮炎、过敏性皮炎、日光性皮炎)、湿疹、手足癣(香港脚、鹅掌风、烂脚丫、手脱皮)、体癣、头癣、花斑癣(汗斑)、牛皮癣、龟头炎、女阴瘙痒、痔疮、痤疮、丘疹、荨麻疹、疥疮、带状疱疹等皮肤病也因此痊愈。脚气干痒掉皮、皮癣脱皮、疱疹溃烂破皮、色素沉着及粗糙肥厚的皮肤恢复光鲜亮泽，再顽固的皮肤痒痒也不再复发。

咨询电话：0551-62843033(市内免费送货) **地址：**合肥养生大药房(三孝口邮局斜对面) 普济药房(市府广场) 环城路益民诊所(大钟楼与环城路交口向西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

一周病情播报

天气寒冷 感冒病人增多

入冬以来，各大医院门诊接收的感冒患者人数增多，其中又以老人和儿童为主。秋冬季节是感冒的高发期，尤其对于抗病能力差的老年人、婴幼儿、孕妇及一些有其他疾病的人来说，在冷空气的刺激下，呼吸道黏膜的防御能力降低，极容易诱发感冒等呼吸道疾病。

合肥市一院呼吸内科主任李秀主任呼吁，广大市民要加强疾病的防护意识，一旦出现感冒症状，如鼻塞、流涕、打喷嚏、咳嗽、咽部不适及畏寒、低热等，切不可掉以轻心，要及时来医院就诊。

据李秀介绍，感冒主要包括普通感

冒和流行性感冒。“流感的传染性很强，由于这种病毒容易变异，即使是患过流感的人，当再次再遇上流感流行，仍然存在被感染的可能性。”

专家提醒广大市民，预防感冒要注意远离病源，尽量避免去人员密集或空气污浊的公共场所，经常开窗通风，保持室内空气新鲜，多加强锻炼，增强体质，注意保暖和防止疲劳。生活中应注意根据天气添减衣物、注意调养身心。在饮食上宜清淡，避免老姜、生葱、芥末等辛辣食物，或者熏烤、肥腻的油炸食物等，多喝白开水，多吃瓜果蔬菜。

苏洁 记者 李皖婷

冬至节 老中医为您定制膏方

2014年12月22日又是一年一度的冬至时节，正是进补的最佳时期。冬至期间，省中医院隆重举办第七届“冬令进补”——膏方节，特邀多位国家级、省级名老中医专家开展“冬令进补”膏方运用专场咨询会，现场开方、现场预约、现场咨询，欢迎社会各界人士提前预约。时间：12月20日、12月21日、12月22日连续3天，每天上午8:30~11:00；地点：省中医院门诊大厅(梅山路117号)。

据了解，安徽省中医院膏方门诊由国家级名老中医、省级名中医坐诊，根据患者需求，因人制宜，辨证施治，冬令膏方进补疗效显著，深受患者欢迎，也颇受老百姓追捧。定制膏方的消费人群原来多为老年人，他们补膏是为了延年益寿、治病祛邪；随着现代人对生活质量的重视，许多亚健康人群、年轻人也渐渐加入“补膏”大军。

鲁燕玲 记者 李皖婷

母乳喂养可预防乳腺癌

近年来，许多年轻妈妈怕为孩子哺乳影响体形而放弃母乳喂养。对此，妇产专家提醒，母乳喂养不仅是婴儿赖以生存的最佳途径，也可以减少女性乳腺癌的发病率。

研究表明，对孩子母乳喂养的女性，可有效预防乳腺癌的发生。妈妈如果对自己的每个孩子母乳喂养超过六个月以上，就可以降低患乳腺癌几率5%。

对于新母亲来说，母乳喂养对绝经前期乳腺癌具有明显的保护作用。母乳喂养可以降低母亲体内和癌症有关的荷尔蒙水平，同时，哺乳母乳后，

身体还会把乳房内遗传基因受到破坏的细胞排出体外，从而降低患上乳腺癌的风险。

此外，妇女分娩后如果坚持母乳喂养，就能保持乳腺通畅，从而对乳腺癌可起到一定预防作用。若极少哺乳或从未哺乳，就容易导致乳房积乳，从而增加患乳腺癌的危险。

妇科专家建议，乳腺癌是一种可通过早诊断、早治疗降低死亡率的癌症。女性朋友应该关注自己的身体健康，常常进行乳房自检，才能早发现乳腺癌变的发生，并及时治疗。 记者 李皖婷