

莫让游泳伤了身

本报记者 梁晓 通讯员 卢祎舟 陈燕 王建国

夏季,许多市民热衷于到游泳池里消暑。可是,您可知,快乐的同时,与游泳相关的疾病也随之而来。专家提醒,莫让游泳伤了身。

游泳患病人数不少

昨日上午,一名7岁小男孩来到市二院耳鼻喉科就诊,男孩就诊时一直捂着双耳不愿被人碰。小男孩的母亲说,最近两天小男孩总说耳朵痛,却又不让人碰,一碰就哭。医生为其检查,发现小男孩的耳道红肿。细问之下,原来小男孩两天前去游泳池时耳朵进水后发胀,小男孩不断用挖耳勺掏耳朵最后引发了耳朵疼。

因游泳而患病的不仅有儿童,成年人也不少。游泳爱好者李先生最近突然发现眼睛很不舒服,到医院一检查才发现患上了急性结膜炎。市二院大眼科主任陈鹏说,该病就是俗称的“红眼病”,多由急性结

膜炎杆菌、肺炎双球菌感染引起,患者发病快,眼红、有异物感、烧灼感,脓性分泌物多。在他接诊的病人中,因游泳而引发眼科疾病的人数平均每天有6~10人。

游泳须找合格场馆

游泳馆内最让市民关心的是水质是否达标。据了解,水质达标要求严格控制尿素、细菌和氨的含量。尿素是指有些游泳者在池内小便,会使尿素含量升高而导致对人体的危害;细菌含量要是超标,那么对人的危害就不言而喻了。

据市疾控中心传染病防治科科长李肖红介绍,在管理不规范、设施不安全、水质不达标的水域游泳,很容易让游泳者感染以下几种疾病:

眼部传染病:比如医学上称为急性结膜炎的红眼病,沾染病毒的手、毛巾、水等都可以成为媒介。

皮肤传染病:如由细菌感染引起的脓包疮,溃烂后便结成黄色的痂,一经接触即会传染;皮肤浅层的真菌感染包括脚气、灰指甲等,通过拖鞋、毛巾也极易传染。

妇科疾病:不洁的纸巾、洗浴用品洁具等都可能传播妇科疾病。

耳部炎症:游泳时耳朵很容易进水,原有耳屎或者有耳病的人,脏水停留在耳内会使耳屎软化,使耳朵堵塞、流脓等,引发外耳道和中耳炎。

此外,不少传染性疾病可以通过游泳池的水、公共浴巾、浴盆等间接传播。如果有皮肤病等疾病的病人入池游泳,也有可能间接传播给他人。

游泳后忌讳掏耳朵

经常游泳的人都知道出水后控一控耳朵,避免中耳炎的发生。事实上,在游泳前

也最好检查一下耳朵,尤其是对一些游泳初学者来说。

“水压压鼓膜和耳垢遇水发胀都会引起耳痛,水质不合格也会引发耳部疾病,所以喜欢游泳的人一定要注意个人保健。”市中心医院耳鼻喉科主任李玉杰说,游泳后最忌讳用棉签等物掏耳朵,经常掏反而会引发炎症。

他建议,去游泳前最好先检查一下耳道,看是否有耳垢或是否有炎症。耳垢遇水发胀会引起耳痛,有炎症再去游泳也会让炎症更加严重。

健康视点

郑州市疾病预防控制中心 0371-95120

郑州市紧急医疗救援中心 急危重病人 长途转诊热线 13598899120 或 69159120

图片新闻



连日来,市二院小儿眼科就诊患者骤然增多。该院小儿眼科专家张五岳提醒家长,应利用假期为孩子检查视力。 秦亮摄



市儿童医院在省卫生系统青年团员才艺大赛中获得优秀奖。 刘妍摄



市颈肩腰痛医院组织党员和入党积极分子赴山西八路军太行纪念馆参观学习。 付娟摄

健康资讯

单孔腹腔镜胆囊切除获成功

本报讯 郑大一附院日前成功为一男子实施单孔腹腔镜胆囊切除术。这是我省首次完成此类手术。

据郑大一附院微创外科副主任司亚卿教授介绍,自1987年全球首例腹腔镜胆囊

切除术以来,腹腔镜胆囊切除术已经成为胆囊良性疾病的金标准术式。目前的腹腔镜胆囊切除术多采用三孔或四孔,而单孔腹腔镜胆囊切除术仅有脐部一个小切口,创伤小,恢复快。(曹咏 温廷勇)

金水区加强免疫规划工作

本报讯 近日,金水区卫生局召集区内各免疫接种点负责人、预防接种工作人员、产科护士长、村医等300余人,集中进行了为期两天的培训。

培训班邀请了省市疾控系统相关领导和专家,就新形势下免疫规划工作、预防接种工作中禁忌症的掌握,以及不良反应的处理等内容展开系统讲解。(韩焕侠)

市口腔医院开展教育活动

本报讯 暑期到来,市口腔医院针对儿童开展了以“爱我中华”为主题的爱国主义教育

活动。在一幕幕生动感人的电影画面、一首首红歌的感染下,孩子们了解了中国人民为建立新中国进行的艰苦卓绝的伟大斗争史,增强了对祖国的自豪感和荣誉感。(李庆芳)

柳林镇挂牌评比五小门店

本报讯 柳林镇近期针对“五小单位”互查工作有了新的整改方案,每个五小门店都有专员进行督导,每周评比一次,为达标店发放流动红旗,整治工作不力的门店挂黑旗。

在双休日时,该镇在花园路和全三路分别设立咨询台,普及卫生知识和“五小单位”卫生标准,接受五小单位负责人和群众的咨询。通过宣传使广大人民群众充分认识到食品安全的重要性,自觉维护自身食品安全权益。同时,使食品生产经营单位增强食品安全意识,严格按照食品卫生规范进行操作,确保饮食和食品安全。(刘燕)

门诊见闻

郑大二附院救治被蛇咬伤农民

本报讯 24日,郑大二附院成功救治一名被蛇咬伤的安阳籍村民。

据了解,这位安阳籍村民王某在山间劳作时,右脚不幸被一条毒蛇咬伤。在当地医院无法救治的情况下,他被家人送往郑大二附院。该院急诊科内科、外科医生联合对他实施抢救,为其注射抗蛇毒血清。

目前,王某病情已经好转,即日便可出院。(彭永强)

四机构圆少年“补心梦”

本报讯 26日,先心病少年小文病愈出院。市七院、“中国社会工作儿童希望基金工作组”、“海外中国儿童援助基金会”、“天使妈妈基金会”四家机构一起圆了他的“补心梦”。

小文出生时便发现患有先天性心脏病。全家人靠爷爷种地为生,根本无力为小文治病。6年来,拥有一颗健

康的心脏,背起书包上学堂,成为小文不变的梦想。

得知这一情况后,市七院先后向“中国社会工作儿童希望基金工作组”、“海外中国儿童援助基金会”、“天使妈妈基金会”三家慈善基金会发出求助,最终为其申请到2.5万元的医疗救助款,帮助小文圆了“补心梦”。(侯惠霞 贾文冬)

医院积极行动 关注畅通工程



① 市二院医务工作者为执勤的交警送去防暑降温用品,并现场为民警体检。 本报记者 汪静文 摄



② 市三院医护人员来到二七纪念塔前的交通岗,为执勤交警送上了凉茶、风油精、藿香正气水等物品。 本报记者 汪静文 摄



③ 市中心医院医护人员带着保健箱慰问交警二大队执勤民警。 王建国 摄



④ 郑州人民医院组织医护人员为一线交警送上“温馨四个一”:一张温馨提醒卡片,一杯绿豆汤,一包防中暑药物,一份科普手册。 李雪 摄



⑤ 市十院6名自行车爱好者参加“环球”业余自行车联赛,并倡导绿色出行。 张林 周晓娟 摄



⑥ 市中医院医护人员慰问一线交警。 王红专 摄



⑦ 市儿童医院开展为一线交警送健康活动。 刘妍 摄



⑧ 市骨科医院医护人员带着西瓜、药品等来到交警九大队青少年宫岗慰问一线交警。 本报记者 丁友明 摄

市三院健康课堂

“圈套器”取出肠内眼镜腿

一根15厘米长的金属眼镜腿,竟然在患者范欣的十二指肠内整整“藏”了一年。7月19日,市三院的医生在胃镜下,用一根圈套器取出了这根锈迹斑斑的“祸害”,去除了他的“病根”。

眼镜腿十二指肠“藏”一年

去年7月,36岁的市民范欣误吞下一根金属眼镜腿,顿时感到腹痛难忍,到一家医院就诊发现,这根眼镜腿已进入十二指肠内,由于十二指肠的形状呈“C”型,医生怎么也取不出来。医生建议开刀,但范欣不同意。

3天前,市三院消化内科黄书亮主任接诊后计划在胃镜下取出眼镜腿。在胃镜的帮助下,黄书亮下了一根圈套器,套在眼镜腿上,轻轻地向外拉。10分钟后,这根眼镜腿被完整地取了出来。

异物钳、圈套器、网篮可取不同异物
黄书亮说,随着医学科学的发展,消化道内的异物大多不必开刀,在内镜下就可以取出。根据异物的不同,取异物的工具也是各式各样:取细的东西,一般用异物钳;取圆柱或尖形的东西,用圈套器;取胃结石以及圆形的东西,用特制的网篮。在内镜下,黄主任取出过刀片、眼镜腿、钥匙、打火机、硬币、戒指、项链、笔帽、钢板、铁丝、铁钉等各种各样的东西。

避免“祸从口入”

黄书亮提醒,要警惕“祸从口入”。比如,胃结石大多因吃东西不注意所致,柿子、山楂等水果中含有丰富的鞣酸和果胶,在胃酸作用下容易凝结成结石。胃结石不但影响食物排空,还能使局部胃黏膜受压、缺血,甚至发生溃疡。他说,空腹状态下,不宜吃柿子、黑枣、山楂等食物;未成熟、未去皮的柿子不要吃。在食用这些水果时一定要控制食用量,出现不适症状后要及及时到医院就诊。 陈锦屏

黄书亮擅长:消化系统疾病及消化内镜诊断治疗

出诊时间:周二全天
电话:0371-66930293、13526709099
地址:郑州市管城区南顺城街136号

“椎间盘突出”湘西陈氏有妙方

颈、腰椎间盘突出是现代高发病,正日益严重地危害着上班族和中老年人的健康,很多患者,方法用遍,不见好转,面对日渐加重的病情不知所措。

国务院特补专家湖南籍教授陈锦云1982年开始受命从事椎间盘突出课题研究,偶然从脑栓栓治疗中受到启发,把椎间盘突出物当做骨栓栓来对待,别人用活血化瘀,他独创破血透骨清淤,中医反治,几乎百发百中,很多患者用后一夜腿不麻、不胀、不痛,能翻身下床,贴到十盒,基本恢复行走能力,很多重症患者早上背着来治疗,晚上不用搀扶自己就能走回去。更有一患者2008年患腰4-5椎间盘突出,椎管狭窄,椎体滑脱,腰痛,坐骨神经痛,腿麻无力,肌肉萎缩,走不成路,术后截瘫,对他来说,做梦也没想到会有奇迹发生,用陈氏透骨祛痛贴第一天敷上,第二天恢复知觉,三个礼拜后能走四五里路。

陈氏透骨祛痛贴特别适用于颈、腰椎间盘突出、膨出,椎体滑脱,椎管狭窄,骨质增生,很多患者反映花数万元用其它方法治疗不如陈氏透骨千元之效。
照顾低薪人群,买5送2,买10送5,特大优惠已开始!
骨科热线:0371-66683119
郑州经八路与金水路交口北5米好又多大药房专销!外地邮寄,货到付款!