

老年人要当心这些老年病防治误区

老年人常常合并多种慢性疾病,但目前专科划分细、开方医生多,不适合老年人患病特征。针对60岁及以上老年人的常见疾病,安徽省立医院开设老年医学门诊,8月15日上午9:30~10:30,本报健康热线0551-62623752,邀请安徽省立医院老年医学科副主任医师葛余浩与读者交流,说说关于老年医学门诊的那些事。

■ 高概 记者 李皖婷/文 倪路/图

葛余浩 安徽省立医院老年医学科副主任医师,硕士,从事老年病临床及干部保健工作23年,现任安徽省立医院老年神经内科主任,擅长老年心脑血管代谢性疾病的诊治,以及老年内科危急重症的综合评估及诊治。



老年人慢病管理 可去老年综合门诊

读者:什么样的患者可以来老年综合门诊就诊呢?

葛余浩:下面这些患者特别适合来老年综合门诊看诊,分别是不清楚看什么科的;多病共存需要综合治疗的;慢病管理;老年患者失能及某些手术或创伤性医疗操作前的功能评估;没有明确诊断的各种不适;身心疾病、亚健康状态;健康体检的项目设计及报告解读以及特殊人群的长期健康管理。

当心这些老年病防治误区

读者:老年人有什么防病保健误区?

葛余浩:在临床中,我总结出了一些老年人容易犯的误区,下面一一列举。

- 1.有病不看:行动不便、子女不在身边、看病难、看病贵、迷信、百度治病等。
- 2.是药三分毒:不敢吃药、过分相信食疗或保健品、过分依赖非药物治疗或锻炼、气功等。
- 3.只相信中医中药:认为中药毒副作用小,可以治本,西医只是治标。
- 4.慢性病没有感觉可以不治:导致延

误治疗,失去最佳时机。

- 5.久病良医:只相信自己,不了解疾病不同阶段需相应调整治疗。
- 6.乱吃补药或保健品,乱吃药物防病。

出现胸闷胸痛 疼痛放射或是心脏病发

读者:年纪大了,我想知道日常身体出现哪些常见症状不能耽误,必须就诊咨询医生的?

葛余浩:一般来说,出现下面这些问题,需要尽快就诊。

- 1.突然眩晕、眼前发黑:中风、心脏病发作、药物反应。
- 2.突然剧烈头痛:中风或动脉瘤。
- 3.呼吸困难、气喘、窒息感:哮喘、气胸或肺炎、心脏病发作。
- 4.胸闷胸痛,疼痛放射:心脏病发作。
- 5.肢体活动不灵、言语不清、思维混乱:中风或短暂性脑缺血发作。
- 6.纳差、恶心或呕吐、腹痛腹胀、停止排便排气:阑尾炎或肠梗阻。
- 7.咳血或吐血、黑便:支扩、结核,肺癌或消化道出血。

一周病情报告

秋季狂掉发,严重需就医

“入秋以来,开始有了脱发的烦恼。掉发比平时增多了,一梳头,满地都是头发,真担心会变成秃子。”前来合肥市一院皮肤科就诊的小王说道。接诊的唐金主任介绍说,秋季落发是不需要恐慌的,因为这是新陈代谢的正常规律。但如果脱发超过正常的生理范围,头发明显稀疏,应及时就诊,治疗秃发。

专家建议市民预防脱发,首先应去除

可能引起脱发的诱发因素,如精神紧张、睡眠不好等。注意劳逸结合,休息天经常进行适当的户外活动。包括游园、旅游活动等,愉快的心情利于毛发的生长。

另外,根据秃发性质,遵医嘱外用适当药物。斑秃病人外用药后可在秃发区轻轻按摩数分钟;脂溢性秃发病人应忌食油腻、肥肉,多食水果、蔬菜及服用维生素类药物。 ■ 苏洁 记者 李皖婷

□ 下期预告

焦虑、抑郁,该怎么办?

在物质丰富、生活水平大大提高的时代,为什么那么多人会焦虑、抑郁,睡不着觉? 下周二(8月22日)上午9:30至10:30,市场星报健康热线0551-62623752,将邀请合肥市第四人民医院精神科副主任医师费龙才与读者交流。

费龙才,副主任医师,从事精神科临床专业二十余年,并从事司法精神病学法医鉴定工作,另外还承担全省精神科临床医师规范治疗的教学工作。

■ 朱世玲 记者 李皖婷

医疗新闻

海扶技术帮她保住子宫

32岁的丁女士今年7月在阜阳妇幼保健院顺产生下女儿,但高兴之余,医生告诉她由于她的胎盘没能自行剥离,进行手剥胎盘术后发现仍有部分难以剥离,所以因为胎盘植入的缘故,只能切除子宫。

“我还这么年轻,实在不想失去子宫。”丁女士在家人的陪同下,来到省肿瘤医院妇科就诊。通过磁共振、B超等相关检查后,评估为适合用海扶技术进行治疗。在实时超声监控下,整个治疗过程约一个半小时,丁女士几乎没有感觉到痛苦。

据了解,海扶治疗主要是消融活性组织,其优势是具有非侵入性、无放射性污染;具有可实时监控、时间可控、可反复治疗、效率高等,且能尽可能的降低对患者身心的伤害,最大限度地保留患者的生育功能。 ■ 崔媛媛 记者 李皖婷

立秋后,肠胃承受生冷能力降低

只因晚饭前吃了几片冰西瓜,夜里就突发腹泻腹痛,人还不断冒冷汗,被送到医院急诊一看才知道是患了急性肠炎。这几天,合肥市第一人民医院急诊接诊了不少像刘先生这样的急性肠炎患者,多数因为进食了生冷食物。

“现在白天气温虽然都在30度以上,但不比之前的炎夏高温,胃肠道承受生冷的能力降低,冰西瓜、冰稀饭还有冰棒冷饮等很容易刺激肠胃,导致急性肠胃炎。”该院急诊科杨静主任表示,人体在经过今夏长时间的高温侵袭后,免疫力大大降低,一些市民没有注意气候变化,仍然沿袭高温气候下的生活方式,容易导致疾病缠身。

专家提醒,一旦发生急性肠胃炎,应当尽量卧床休息,可以口服液体补充体液流失,症状明显的应当立即前往医院就诊。季节交替时期应当加强身体锻炼,多做户外有氧运动,增强体质,同时这样的时节应当适当调整饮食,山药、莲子等养肺生津,可以适当多吃。 ■ 费秦茹 记者 李皖婷

智齿频发炎还是拔了好

智齿到底该不该拔?连日来,合肥市民赵小姐一直举棋不定。两周前,28岁的赵小姐感觉口腔下方左侧最后一颗大牙隐痛,经过家人观察,是智齿。吃过消炎药后,赵小姐的牙疼并未减轻,有时疼得都影响了她的正常工作。

合肥市口腔医院西区口腔科主任陈志方为赵小姐检查后表示,智齿发炎是一种很常见的病状。一般来说,人会在20岁左右开始长智齿。由于智齿在最里面,日常刷牙不容易清洁,容易产生蛀牙,且智齿往往由于萌发空间不足导致位置不正,侵犯邻牙。

陈志方表示,如果智齿发炎的次数较频繁或者智齿长歪了(影响了上下颌正常咬合),建议应该立即拔掉;如果智齿发炎周期较长且疼痛感较轻的话,可以暂时吃点消炎药缓解一下,但最好是提前拔掉。 ■ 张婷婷 记者 李皖婷

鼻子莫名流血或是“秋燥病”

夏秋之交,干燥、炎热的气候使大多数人感到不适。合肥的王大妈最近就有点烦,3岁的孙子老是流鼻血,去医院之后,医生告诉她这都是“秋燥病”惹的祸。记者从省城各大医院了解到,最近患感冒、咳嗽、流鼻血、便秘、皮肤干裂症状的患者剧增。所谓“秋燥病”,是因为秋季干燥的天气使人体水分迅速流失,容易使人感到口干鼻燥、大便秘结、皮肤干甚至皲裂,鼻黏膜也会因为干燥变得特别脆弱,很容易出血。

医生建议,根据中医“燥则润之”的原则,在出现鼻燥、唇干、咽痛、干咳时,除了要多喝水多吃果蔬、避辛辣食品刺激之外,一日三餐也可适当煮些滋阴养肺的粥来喝。方法很简单,可视个人症状选滋补肺阴、清除燥热的银耳、百合、银杏、莲藕、莲子、菱角等药材或食物入粥。 ■ 记者 李皖婷