

市场星报

安徽人的生活指南

2019.8.4
星期日 己亥年七月初四
今日4版 增刊

全国数字出版
转型示范单位

APG 安徽出版集团 主办
国内统一刊号 CN34-0062
邮发代号 25-50

再热,也别过度吹空调

专家提醒:当心得面瘫

夏日炎炎,烈日当空,不少人戏称,命是空调“给”的,但需要注意的是,无论是在家里、单位,还是车上,长时间吹空调,人的面部容易受风寒之邪的侵袭,长此以往就会使面部经络痹阻,导致面瘫的发生。安徽省针灸医院急诊科主任杨成提醒,夏季过度吹空调不仅会导致面瘫,还会导致感冒、头痛、过敏性鼻炎等外感病,需格外注意。

□ 王津淼 记者 马冰璐

面瘫多发于夏冬季

面瘫是以一侧口角歪斜,眼睑闭合不全为主要表现的病症,又称“口眼歪斜”,多发于夏季和冬季。在西医学里又称周围性面神经麻痹,最常见于贝尔麻痹。

杨成表示,面瘫主要是面部受风或寒冷的刺激,引起面神经管及其周围组织的炎症、缺血、水肿、或周围神经功能紊乱,局部营养血管痉挛,导致组织水肿,使面神经受压而出现炎症性变化。

中医学认为是人体正气不足,脉络空虚,卫外不固,风寒乘虚而入伤及面部经络,致气血痹阻,经筋功能失调,筋肉失于约束,出现面瘫。

过度吹空调易致面瘫

面瘫的发生与人的面部受风或寒冷有关。自然界有风、寒、暑、湿、燥、火,称为六气,是正常的气候变化。但是如果自然界的气候异常变化,超过人体的适应能力,就可能导

致人体生病。

夏季本应是四季之中阳气最充沛的季节,最是人体养阳之时,而人们往往贪凉,享受空调带来的凉爽,却不知寒凉之邪正在悄悄侵袭、伤害我们的身体,因此,夏季成为面瘫的高发季节。

杨成说,其实,夏季过度吹空调不仅会导致面瘫,还会导致感冒、头痛、过敏性鼻炎等外感病,需格外注意。

记这三点远离面瘫

“要想远离面瘫,一定要牢记这三点注意事项。”杨成说,首先,不要在空调房间呆太久,不要对着空调吹,不要将空调温度调得太低,26℃左右即可;而且要适量运动,劳逸结合,“正气存内,邪不可干”,增强自身抵抗力;此外,要保持好的情绪,多喝水,少食冷饮。

杨成表示,得了面瘫不要担心,尽快到医院就诊,采用中西医结合疗法针灸+药物治疗是可以治愈的。

健康专家谈爱牙——

牙齿长期缺失不修复危害很多!

∟ 02版

肿瘤患者度夏要“慢养生”

保持心情愉快 放缓生活节奏

∟ 03版

说说生活小困惑——

高温天,老人一日三餐是难题

∟ 04版