

以“针”代“药”

腕踝针治疗为患者按下“止痛键”

本报讯(文/图 记者 张琪)“几天前,我的颈椎病又犯了,脖子疼痛难忍还头晕,没想到,一针下去,疼痛马上减轻了,真是太神奇了!”9月10日,在临清市人民医院,市民张岩岩(化名)惊喜地发现,经过腕踝针治疗后,因颈椎病导致脖子酸疼的症状明显减轻了。

“那么细一根针,扎一下就不痛了?”张岩岩说,起初她不太相信。临清市人民医院神经内一科主管护士刘婷婷根据不同部位疾病选择上下肢分区治疗的原则,对张岩岩进行腕踝针诊疗。“第二天早上,脖子的疼痛感就明显减轻了,真没想到,这小小的针效果这么好。”张岩岩高兴地说。

什么是腕踝针?它与普通针灸有什么不同?“腕踝针是一种只在腕、踝部特定的针刺点,循着肢体纵轴用针灸针行皮下浅刺治疗的针刺疗法。”该院护理部主任王金兰介绍,腕踝针理论来源于《黄帝内经》,它将手腕和脚踝上、下各分为6

个分区,在基本相当于中医的12条经脉走向的“络穴”上,用毫针留置皮下治疗各种功能性痛症。当局部受到腕踝针刺激时,便激活了神经一体液调节系统,加速了神经末梢的传导,从而缓解患者的不适。

“与普通的针灸不同,腕踝针在治疗时没有酸麻胀痛的感觉,也不需要捻针,基本上是无痛治疗,患者更易于接受。”王金兰表示,腕踝针采用长型毫针,操作时避开血管、神经丰富的部位,患者一般不会明显感到疼痛。治疗时,腕踝针是以15—30度的角度刺入皮下,紧贴皮肤向前推进,一般留针时间为2小时,如果患者疼痛时间较长,或病情较久,也可延长到4小时,但是最长不超过24小时,可以拔针即走,不影响正常生活。

腕踝针的适应症有哪些?“腕踝针是中医传统技术,在内科、外科、妇科等疾病治疗中都有广泛的应用。”王金兰介



刘婷婷正为患者做腕踝针治疗

绍,腕踝针临床应用范围很广,主要用于各种痛症的治疗,例如各种急性疼痛,手

术后疼痛,换药疼痛,颈、腰、腿疼痛,乳腺炎、痛经、耳鸣、头晕、头痛等。

秋季品尝海鲜应适量 这些安全贴士要收好

本报记者 张琪

秋季,正是海鲜大量上市的季节。然而,在享受美食的同时,过敏、腹泻及痛风等问题也在逐渐增多。9月13日,聊城市疾病预防控制中心慢病防制所所长刘莉提醒市民,在品尝美味海鲜的同时,也要注意饮食安全。

“一定要选择鲜活的海鲜。”刘莉表示,不新鲜的海鲜吃后易引起腹痛、腹泻、呕吐等症状。其次,海鲜一定要烧熟煮透,海鲜体内常存留有各种弧菌,若食用时加热不彻底,也会引起恶心、呕吐和腹泻等症状。在烹饪过程中还要注意生熟分开,避免共用案板、刀具等。

吃海鲜过敏怎么办?刘莉介绍,如果食用海鲜出现过敏症状,一定要去正规医疗机构就诊,不可自己盲目用药,此

外,患者还应该避免抓挠患处及外用刺激性药物。

一些市民喜欢吃海鲜的同时配上啤酒,刘莉表示,螃蟹、贝类、啤酒等都属于嘌呤较高的食物,大量摄入可以导致体内尿酸增加,这样的饮食习惯对于高尿酸血症和痛风患者来说可能会引起痛风发作。在食用海鲜时,应避免与石榴、柿子等含有较多鞣酸的水果同时食用,因为海鲜中含钙丰富,而钙易与鞣酸结合会形成不容易消化的物质。

刘莉提醒,海鲜虽美味,切勿一次大量食用,购买时应挑选鲜活的海鲜。在处理海鲜时应戴手套,以防止被扎伤。如果不小心被扎伤,应该立即将血挤出,然后用清水冲洗,并用消毒液消毒破损处,当出现伤口肿胀、腹泻、发热等症状应立即去医院就诊。

口唇经常起泡 小心单纯疱疹

本报记者 张琪

最近,市民王艳飞(化名)的嘴角长出了一片小水泡,水泡周围皮肤泛红并伴有痛痒及灼热感,水泡一周左右就会痊愈,但是好了没多久又会复发,这令她饱受困扰。“这到底是怎么回事呢?”带着疑问,9月11日,王艳飞来到聊城市中心医院皮肤科就诊。

“这是单纯疱疹,并非简单的‘上火’。”接诊的皮肤科住院医师霍雪萍告诉她,嘴角起的泡是由疱疹病毒引起的,需要进行抗病毒治疗。

霍雪萍介绍,在现实生活中,很多人都会出现口唇起泡的情况,特别是在过度劳累、感冒、情绪波动等

引起抵抗力下降时,就更加容易复发。单纯疱疹是由单纯疱疹病毒引起的感染,症状主要表现为发病部位有烧灼感、疼痛感或者潮红,数小时后局部出现密集成群大小不等的水泡,水泡容易破溃而糜烂、渗液,随之出现溃烂面,一般一周左右就可以痊愈。如果发生单纯疱疹,可以口服抗病毒药物,同时外用阿昔洛韦乳膏进行治疗。另外,千万不要用手或者用针弄破水泡,因为这些水泡里面含有大量的疱疹病毒,容易加重感染。

霍雪萍提醒,患了单纯疱疹后,要注意个人卫生,适量运动,注意休息,增强自身的免疫力,多吃新鲜水果和蔬菜,多喝水,不吃辛辣食物等。

全身无力 睁不开眼

这些症状可能是患了重症肌无力

本报记者 张琪

今年1月初,55岁的市民孙爱菊(化名)先后出现右眼睑下垂、视物重影等症状,经过聊城市眼科医院(聊城市第五人民医院)神经内科医生诊治后,病情好转,随访至今没有复发。9月10日,记者在该院神经内科门诊见到了前来复诊的孙爱菊,她向记者讲述了自己的遭遇……

“1月初的一天,我突然感觉自己的眼睛很累,眼皮抬不起来,而且身体也很乏力。”孙爱菊说,一开始她没当回事,以为是累了,休息一下就好了。可没过几天,她发现自己的右眼皮老是不由自主地往下垂,两只眼睛一大一小,尤其是到了晚上,就剩下一条缝了,而且视物重

影模糊。“起初,我以为自己是得了什么眼病,便来到眼科门诊就诊,接诊的医生详细询问病情后,建议我到神经内科就诊。”孙爱菊告诉记者。

聊城市眼科医院(聊城市第五人民医院)神经内科主任程桂芝询问病情时了解到,孙爱菊的右眼睑下垂有明显晨轻暮重的特点,经过仔细检查并结合新斯的明试验、疲劳试验的结果,孙爱菊被确诊为眼肌型重症肌无力。

“首先要判断眼睑下垂、视物重影是不是由眼部疾病引起的,其次要辨别这种视物模糊重影、眼睑下垂是不是由脑血管疾病引起的。”程桂芝说,有些急性脑血管病如脑梗死、脑干缺血,可能会影响到动眼神经而导致眼睑下垂、视物重影。另外,有些人会在“感冒、腹泻”之

后数天出现类似表现,可能和感染有关,所以在诊断时要避免将重症肌无力与脑血管病、炎症病变等混淆。

程桂芝根据孙爱菊的病情及体重制定了治疗方案,经过一段时间的治疗,孙爱菊的病情得到改善,双眼大小恢复一致,视物模糊重影的症状也完全消失了。

“眼皮抬不起来,可能不是单纯的生理疲劳,尤其当出现早晨刚起床或休息后减轻,下午或傍晚劳累后加重的特点时就要注意了。”程桂芝介绍,重症肌无力是一种神经-肌肉接头传递功能障碍的获得性自身免疫性疾病,眼睑下垂是患者眼部最常见的首发症状之一,如不及早进行有效的治疗,部分眼肌型重症肌无力患者会在数年内发展为全

身性重症肌无力,严重影响生活和 work,甚至会危及生命。患者在日常生活中要密切关注自身病情变化,如果出现症状加重,或有咀嚼无力、吞咽困难、抬头困难、四肢无力等症状时,要及时到医院复诊。

程桂芝表示,重症肌无力并非不治之症,根据重症肌无力分型不同,治疗方案也不尽相同。患者通过积极配合治疗,大部分都能恢复到可以正常生活的状态。但值得注意的是,如果患者认为已经恢复而自行停药,复发的风险就会大大增加。此外,熬夜、感冒、过度劳累等原因都有可能疾病复发,对重症肌无力患者而言,保持规律的生活至关重要。