

武汉晚报冬季义诊活动现场被“打围” 市民家门口逛个街就能看病

12月6日恰逢大雪节气,当天晚上,武汉晚报2024年冬季义诊活动在武汉菱角湖万达广场举办,健民叶开泰国医堂、武汉中阳中医医院、武汉固生堂中医江汉分院、湖北爱尔眼科医院、武汉艾格眼科医院等5家医疗机构把健康送到了市民家门口。

当天,各个义诊展位前被市民“打了围”,大家一对一向医生专家问诊,仔细了解自身健康状况,诊疗结束后还领取了疼痛贴、足浴包、草本药膏等小礼品。“这个义诊太贴心了,家门口逛个街就能看病,医生讲得明白,还教了不少保健窍门!”市民张大爷笑着夸赞。

精准“狙击”近视隐患 义诊为市民“睛”彩护航

活动现场,眼科义诊区医生刚刚“出摊”,提早等候的市民便纷纷围拢上来。记者看到,医院搬来了视力表、裂隙灯、眼底照相机等“装备”,为市民提供专业视力检查等健康服务。

近视问题是现场市民关注的焦点。40岁的王女士曾在2018年通过ICL晶体植入手术矫正近视,今年开始视力下降,时常感觉眼前有“毛絮”出现。

了解到王女士的困扰后,湖北爱尔眼科医院眼底病科主治医师李艳子开始用裂隙灯为她做眼部检查。经过看诊,李艳子判断王女士晶体内置良好,但眼底已出现白内障,玻璃体浑浊问题也导致眼前有黑影飘动。鉴于此状况,李艳子建议王女士进一步完善B超眼底照相检查,精准定位混浊物位置,必要时采用玻璃体消融激光术驱散黑影。

“多亏这次义诊,我在商场逛街时就能看眼。”半小时的问诊结束后,王女士感激地说道。

在武汉艾格眼科医院展台,22岁的大学生小丽因为高度近视前来咨询。小丽说,她近视度数接近800度,如今学业繁重,用眼更多,她担心自己有视网膜脱落风险。

“高度近视是指近视度数大于600度的屈光不正状态,这类人群可能面临视网膜病变风险。”武汉艾格眼科医院泪道科医师季璇建议小丽定期进行全面眼部检查,一旦发现视网膜变性、裂孔等病变,可以及时采取激光光凝等治疗措施,预防视网膜脱落,“在生活方式上也要避免拳击、蹦极等对眼睛有冲击力的激烈运动,多吃富含维生素A、C、E和叶黄素等对眼睛有益的食物,如胡萝卜、蓝莓、菠菜等”。

推拿正骨齐上阵 中医专家“望闻问切”解病痛

推拿、拔罐、针灸等中医适宜技术具备“简、便、效、廉”等优势,让健康之道“触手可及”。

武汉中阳中医医院展台前,不少上班族趁着下班



市民把义诊展台“打了围”。

时间赶来问诊。30岁的李干面色略显疲惫,表示近期总觉得颈椎酸痛。经检查,武汉中阳中医医院康复理疗科医师莫清华判断李干湿寒严重,颈部肌肉僵硬、椎骨形态与关节活动异常,这与他长期不良姿势看手机或伏案工作等不良生活习惯有关。

莫清华为李干进行推拿理疗后,将自制敷剂均匀抹在其颈椎部位,并用保鲜膜盖住,不一会儿,李干直言皮肤开始发红发热。半小时后,他长舒一口气,“肩颈的酸痛感减轻了不少!”

市民赵爷爷因为关节疼到健民叶开泰国医堂咨询。赵爷爷说,他近两周手脚冰凉、膝关节寒湿、肩膀疼痛,尤其在天气变化或低温环境时症状加重,关节处似有锐物嵌入,又像细密的电流窜动。

执业中医师陈浩把脉问诊后判断,赵爷爷退休前长期投身饮食行业,于湿冷后厨忙碌,致使其关节功能渐损、炎症滋生、疼痛肿胀频现。“治疗应着重温经散寒、祛湿通络,改善关节气血循环。我建议针药并用,采用火针针灸驱寒,并服用温经散寒药物。”陈浩说。

三九贴敷强体魄 冬病冬治“附赠”养生锦囊

“三九”是一年中中最寒冷的时候,自然界阳气潜藏。在这一时期贴敷三九贴,是顺应自然界阳气初生的时机,以助人体阳气生长,达到冬病冬治的目的。

“我以前只听说过三伏贴,没想到还有三九贴,有空我也去试试!”武汉固生堂中医江汉分院展台前,孙奶奶拿起医院赠送的“三九贴”卡片,计划周末去固生堂免费贴三九贴首贴。

该院中医内科主治医师余振东介绍,三九贴主要适用于虚寒性疾病患者,此类人群多因阳气不足、寒邪侵袭致病,三九贴借助药物温热之力助阳祛寒。例如老年慢性支气管炎患者,冬季遇寒咳嗽咳痰加重,贴敷可温肺散寒、化痰止咳,减轻症状、减少发病频率。

26岁的赵女士总觉得容易疲惫,上班提不起精神,运动没多久就会气短,经过把脉问诊后,余振东判断这些症状因虚寒体质所致,并且赵女士经常熬夜,导致脾胃虚弱、气血不足,三九贴为适宜选择,也可以通过膏方进行调养。

冬季养生方法也备受市民关注。对此,余振东表示保暖是核心,切不可因追求美观而暴露腰部、腿部、脚踝与颈部,应多添衣物,抵御寒冷侵袭。在饮食上,应适当多吃温热性食物,如羊肉、牛肉、桂圆、生姜等。“鉴于冬季特性,作息方面建议大家早睡晚起,醒来后勿立刻起身,需卧床静卧3—5分钟,缓冲冬日较大温差引发的脑部供血不足状况,保障身体健康。”余振东对市民嘱咐道。

记者赵萌萌

糖友喝8包板蓝根后昏迷 医生:一些中成药添加蔗糖成分,不适合糖尿病患者

近日,40岁的张先生(化姓)因胸闷、乏力、口渴被送进华中科技大学同济医学院附属武汉金银潭医院。入院后,他逐渐出现意识不清、昏迷等症状,被诊断为糖尿病酮症酸中毒。通过及时救治,张先生的生命体征很快稳定下来,而发病起因竟是因为患者此前服用了8包板蓝根颗粒。

喝8包板蓝根颗粒 诱发糖尿病酮症酸中毒昏迷

板蓝根颗粒是常见的中成药,很多家庭常备。为什么会导致张先生出现如此严重的情况呢?当天,在金银潭医院重症医学科的病床上,张先生神志模糊,喃喃自语却又含糊不清,呼吸粗重,还有一股子异味。10分钟前,张先生急诊科测血压207/113mmhg,查血气结果是明显的酸中毒,并且血糖高达32.7mmol/L。急诊科赶紧将张先生送入病房救治。

重症医学科进一步检查发现患者尿酮体3+,结合急诊科检查结果,诊断为“糖尿病酮症酸中毒昏迷,高血压3级”,给予了补液、降糖、降压、纠正酸中毒等一系列对症治疗。4个小时后复查,提示酸中毒较前纠

正,血糖逐渐下降,张先生脱离了危险。

张先生神志清醒后医生询问得知,原来他有糖尿病和高血压病史。但平时因为觉得没有症状就没有遵医嘱进行规范降糖治疗,降压药也停用了。发病前一天晚餐后,张先生感觉腹部隐隐不适,一直腹胀隐痛、胸闷。第二天清早,为了缓解不适,张先生在家翻箱倒柜,自行找到8包板蓝根颗粒,一股脑儿全部冲着喝了。到了下午,他就明显觉得胸闷加重了,并且觉得自己口干舌燥的,不停地喝水,可还是解不了渴,整个人特别难受。张先生赶紧到医院就诊。

一些中成药会添加蔗糖成分 不适合糖尿病患者服用

金银潭医院重症医学科吴文娟主任解释,为了改善药物的口感,市面上的一些中成药会添加蔗糖成分,而且含量还不低,不适合糖尿病患者服用。购买时一定要注意成分配料表。张先生喝下的8包板蓝根让他短时间内进食大量糖分,从而诱发糖尿病酮症酸中毒。

她介绍,糖尿病酮症酸中毒诱因复杂,包括急性感染(消化道、呼吸道、泌尿道感染)、胰岛素不当(减

量或突然中断治疗)、饮食不当(过量或不足、食用过多甜食、酗酒)、胃肠道反应(呕吐、腹泻)等等。糖尿病酮症酸中毒主要表现为三种症状——一是典型的酮症酸中毒症状,包括“三多一少”:多饮、多食、多尿、体重减少,即经常觉得口渴,每日饮水量不自觉增加,经常觉得吃不饱,或吃饱后很快又觉得饥饿,尿量相比之前增加,体重下降过快,如1个月内体重下降超过4公斤;二是表现于消化系统症状,食欲不振、对平时喜爱的食物也没有兴趣,恶心、呕吐、腹痛,人总是感觉倦怠、昏睡、头痛,甚至出现意识模糊、反射迟钝;三是表现为呼吸系统症状,代谢性酸中毒刺激延髓呼吸中枢,可引起深而快的呼吸,部分患者呼出类似烂苹果的气味(丙酮气味)。

吴主任还提醒,健康人士也不宜短时间内大量服用板蓝根颗粒。板蓝根性苦寒,经常吃也易伤脾胃,引起腹泻、消化不良等不适。如长期大量服用板蓝根,在肝脏解毒能力下降时,还易引起蓄积中毒,出现消化系统和造血系统损害,如上消化道出血、白细胞减少等。专家强调,如果身体检查出异常情况,一定要按照医生的医嘱来治疗和规范用药。

记者张金玉 通讯员林坤 许丽