



# 高温天气 小心这些高发病

文/羊城晚报记者 余燕红 通讯员 田乃伟



图/视觉中国

## 急性胃肠炎患者翻番

夏天是急性胃肠炎的高发季节。记者在医院看到刚“缓”过来的徐大伯。他说，自己前一天晚上过生日，一家人下馆子。点了很多生鲜贝类，还开了一打冰啤。没想到吃完饭不过5分钟，他就连续呕吐了5次，之后又不停跑厕所。家人把他送到医院时，他已四肢瘫软，连话也说不出，一个劲发抖，护士给他搬来了两床棉被。经诊断，徐大伯是突发急性胃肠炎伴中度脱水。好在经过紧急对症处理，他很快就康复了。医生嘱咐他，接下来几天，饮食要清淡点。

该院消化内科主任医师胡宝春表示，急性胃肠炎多与不洁饮食有关。夏天气温高，食物很容易变质，人们吃了变质的食物，肠胃就会抗议。此外，由于高温，脾胃功能变弱，一些市民不好好吃饭，水果、冷饮当饭，正餐不吃，夜宵狂吃，这些不良饮食习惯都可能诱发急性胃肠炎。

急性胃肠炎最主要的表现是呕吐和腹泻、腹痛。但不同人群表现会有差异。胡宝春说，青壮年出现频繁呕吐、腹泻，虚脱或合并高热时应尽快就医，老人、孩子容易脱水，腹泻超过5次应就医。此外，青壮年要特别注意病毒感染后引发的病毒性心肌炎，老年人应警惕由此引发的心肌梗死和脑梗。

## 35岁女性美腿变烂腿！ 艾灸不能医治下肢静脉曲张

文/羊城晚报记者 余燕红 通讯员 李培艳 许咏怡

35岁的王女士（化名）是一名爱美的女性，平时喜欢出入各种美容院做各种各样的美容。两年前，她的右小腿开始出现“蚯蚓状”肿物，长期站立行走后明显，卧床休息后减轻。

一开始，王女士并未给予太大的重视，而肿物逐渐明显影响美观，以至于夏天不敢穿短裙短裤。偶尔一次在美容院做美容时，王女士听工作人员介绍说可以做“艾灸”根治，遂在美容院花了一万多块钱做了“艾灸”治疗。做完“艾灸”后，不仅蚯蚓状肿物没有消失，反而小腿皮肤出现了红肿、发黑、疼痛等症状，王女士万般无奈之下才来广州医科大学附属第二医院血管外科就诊。

血管外科主任林少芒教授接诊后发现，王女士原来得的是“下肢静脉曲张”，右小腿皮肤“艾灸”后出现烫伤合并感染、溃疡、结痂，遂将她收入院治疗。经过详细的检查，发现王女士右下肢大隐静脉存在严重的返流合并浅静脉曲张，皮肤软组织感染，经过正规的抗炎治疗后采取了微创静脉手术，王女士的右下肢静脉曲张才得到了彻底治愈，遗憾的是右小腿的皮肤因为感染、溃疡、结痂遗留永久性的瘢痕。

下肢静脉曲张中医艾灸不能医治！

下肢静脉曲张是指大腿内侧的浅表静脉由于血液回流障碍，发生了伸长、扩张和蜿蜒扭曲的情况。多见于持续性长期站立、重体力劳动、久坐久立等高危人群。“静脉曲张十分常见，但极易被患者忽视。

## 各类皮肤病患者也大增

高温天，各类皮肤病也容易找上门来。该院皮肤科副主任医师刘成介绍，门诊中以下几类患者近来明显增加——一类是真菌感染的患者。真菌喜欢温暖潮湿的环境，夏天人们出汗多，形成了非常利于真菌繁殖的湿热环境，因此，花斑癣（俗称汗斑）、股癣和脚气高发，既有新发患者，也有旧疾复发和加重的患者。

一类是昆虫叮咬的患者。

夏天蚊虫多，人们裸露在外的皮肤也多，不少人被蚊虫叮咬后引起过敏，诱发丘疹性荨麻疹。

这种皮肤病伴随剧烈骚痒，可反反复复持续一两个

月，非常恼人。

还有一种情况很常见，就

是蚊虫明明只叮咬了一两处，身上冒出的包块却有五六六个。刘成解释，这就是碰到人们常说的毒蚊子毒虫子了，这些昆虫的口器中含有多种毒素，咬人后这些毒素会随血液循环走，引起皮肤反应。

最后一类是夏季皮炎。对于皮肤敏感的人群，高温出汗会引起许多皮肤小问题，如红疹、瘙痒等，多发于四肢。等到天气凉一些，又或是在空调房间里就不药而愈了。针对高温天好发的皮肤病，刘医生建议，要注意个人卫生和环境卫生，勤洗澡勤打扫，做好皮肤防护，去户外最好穿长裤，饮食要清淡，重口味会加重皮肤不适。

## 提醒> 一冷一热，小心孩子患上“空调病”

高温天，各种疾病的发病率增加。广东省总队医院儿科副主任医师冯哲说，对低龄儿童来说，空调房内外冷热不均，体温与室温反复冲突，难以在短时间内调节，就会造成人体的不适及免疫功能的下降引起热感冒，患上“空调病”。

冯哲建议，夏天空调温度不要太低，26℃~28℃为宜，并注意室内外温差，一般相差8℃左右即可。夜间房间温度同样应在26℃~28℃之间。不要让孩子贪凉，避免暴露在风口下。

另外，幼儿体温调节中枢和汗腺未发育成熟，对室内外温差需要一个逐步适应的过程。孩子从室外进入空调间时，建议先洗脸、擦擦汗，稍微降降温。进入后不要直接对着空调冷风吹。外出前先关停空调，使室温上升至外界气温相近时才能离开。

## 当心脏有这四种情况时，建议做冠状动脉造影

文/羊城晚报记者 张华 通讯员 李依颖

近年来，由于肥胖、高血压、高脂血症等疾病的增多，冠心病发病率也呈现上升的趋势。据统计，每年全球因冠心病死亡的人数居死因的首位，远远超过癌症，冠心病引起的急性心肌梗死，不稳定型心绞痛，心力衰竭，心律失常都是致死元凶。

然而，冠心病早期症状不明显，等到发病时，症病情已经很严重了。因此，需要更早地发现冠心病，给予一定的预防措施，才能避免疾病的加重。

如何能早期诊断出冠心病？广州市番禺区中医院心血管内科主任祁家祥指出，目前冠心病的确诊手段主要有两种：冠状动脉造影和冠状动脉CTA（冠脉CT血管成像技术）检查。冠状动脉造影是将导管从桡动脉穿刺送到冠状动脉口，将

造影剂注入冠状动脉，显示是否存在冠状动脉狭窄。冠状动脉CTA是静脉注射造影剂后多层CT扫描重建冠状动脉图像的检查方法。

专家表示，前者结果准确性高，是诊断冠心病的金标准；血管造影时如发现严重血管狭窄，可以直接介入治疗。

而后者创伤小、费用低，门诊即可完成，在血管问题不大时比较准确，而血管问题较大时则相对不太准确。

通过优缺点的对比，祁家祥主任建议做冠脉造影检查的主要原因是高度可疑冠心病的人群，一般来说有以下四类：

（1）具有冠心病的危险因素（高血脂、高血糖、高血压等），胸痛、胸闷符合心绞痛发作特点，伴有心电图改变；

（2）近来符合心绞痛发作特点的症状发作频繁；

（3）急性心肌梗死患者，有典型症状，伴有出汗等，有心电图典型改变；

（4）曾经放过支架的患者，最好选择冠脉造影复查。

而建议做冠脉CTA检查的多考虑冠心病可能性不大，并需要确诊的人群。因为冠脉CTA最大的特点是阴性时准确性高，也就是说，如果冠脉CTA正常，得冠心病的可能极小。比如：

（1）对于病变不严重，症状不典型，无缺血心电图改变，心肌酶正常的，冠心病可能性小，推荐做冠脉CTA；

（2）反复多次就诊，大量无创检查均未能确诊，心理负担重者，也可以选择冠脉CTA排除诊断。

## 绝经后大姨妈又来？不是“返老还童”！

文/羊城晚报记者 陈辉 通讯员 戚正涛

绝经，顾名思义，是指女性永久性无月经状态，是一种正常生理状态，我国的平均绝经年龄约为49.5岁。如果绝经后“大姨妈”又来了，可不可是“返老还童”，应该及时就医。

近日，广州中医药大学第三附属医院妇科接诊了一位59岁的患者的郭姨。已经绝经11年的她在今年1月再次出现阴道流血，郭姨不以为然，以为是“返老还童”的好事，加上疫情原因，迟迟未到医院诊治。拖了五个月后郭姨阴道流血量较前增多，伴下腹隐痛。6月19日，郭姨去到医院一检查，没想到竟然是子宫内膜癌！不幸中的万幸是盆腔MRI评估郭姨尚处于子宫内膜癌早期。充分做好各项术前准备后，6月28日郭姨顺利完

成了手术治疗。

女性在绝经前后往往月经不准，那么怎样才算是绝经后出血？广州中医药大学第三附属医院妇科李坤寅主任医师介绍，绝经后出血是指女性在月经停止1年或以上，再次出现阴道流血，被视为老年女性妇科恶性肿瘤的主要症状之一，是一种不正常的现象，往往可能提示是疾病。比如子宫内膜癌，约90%患者出现阴道流血或阴道排液，其中阴道流血常常表现为绝经后出血，且出血量一般不大。而郭姨正是绝经11年后出现的阴道少量流血。除了肿瘤之外，子宫内膜息肉、宫颈息肉、子宫黏膜下肌瘤、子宫内膜炎、老年性阴道炎、宫内节育环久置不取等妇科良性疾患亦可引起绝经后出血。当绝经

期遇上阴道流血，切勿掉以轻心，应及时前往医院妇科就诊，排查恶性疾患，早期干预，早期治疗。

子宫内膜癌是女性生殖系统三大恶性肿瘤之一，平均发病年龄为60岁，其中75%发生于50岁以上妇女。对于中老年女性该如何预防子宫内膜癌？李坤寅主任医师介绍，子宫内膜癌多发于肥胖、高血压、糖尿病、不孕不育、长时间服用雌激素及他莫昔芬或者绝经延迟的老年女性，而郭姨就是一位体形偏胖，同时合并高血压、糖尿病的患者。此类高危人群平时应注重健康管理，适当锻炼身体，保持心情舒畅，规律作息，控制好血压、血糖，避免长时间大剂量使用激素类药物。

作为“热带水果之王”，芒果有着浓郁的果香和甜美的果肉，一口咬下去满满的幸福感。吃完了芒果可别丢啊，它还是味中良药，具有止咳的作用。

果核性味酸、涩、平，具有健脾消食、化痰止咳、行气散结的作用，正适合此类咳嗽。

止咳食疗方：芒果核生鱼贝母汤

材料：芒果核（干品）约100克，生鱼1条，贝母15克，生姜片适量。

方法：将处理好的生鱼洗净，擦干水分。烧一壶水，备用。开火热锅后加入适量油和生姜片，放入生鱼，用慢火煎至微黄色，加入烧好的开水，盖上锅盖，快火煮6~7分钟。

长期在岭南地区生活的人普遍体质湿重，易生病。“脾为生痰之源，肺为储痰之器”，脾生痰湿往往也会导致痰停于肺，出现咳嗽咯痰等症，多为咳嗽重浊、痰白质黏。

林国华认为，此类咳嗽，应当肺脾同治方可止咳，宣肺化痰以治其本。肺的宣发肃降与脾运化水湿的功能恢复，气机升降和水液代谢正常，标本同治，痰湿已去，咳嗽即愈。芒

## 吃完芒果别丢核，还有这个妙用！

文/羊城晚报记者 陈辉 通讯员 陈思宇 张秋霞

作为“热带水果之王”，芒果有着浓郁的果香和甜美的果肉，一口咬下去满满的幸福感。吃完了芒果可别丢啊，它还是味中良药，具有止咳的作用。

广州中医药大学第一附属医院康中心副主任林国华教授介绍，生活在岭南等湿热地区的人们，无论大人小孩，咳嗽时不妨试试芒果核。

长期在岭南地区生活的人普遍体质湿重，易生病。“脾为生痰之源，肺为储痰之器”，脾生痰湿往往也会导致痰停于肺，出现咳嗽咯痰等症，多为咳嗽重浊、痰白质黏。

林国华认为，此类咳嗽，应当肺脾同治方可止咳，宣肺化痰以治其本。肺的宣发肃降与脾运化水湿的功能恢复，气机升降和水液代谢正常，标本同治，痰湿已去，咳嗽即愈。芒

2020年8月4日/星期二/品牌运营中心主编

责编 余燕红/美编 丘淑斐/校对 赵丹丹

A15

# 广东爱牙工程启动，看牙补贴正式发放

“广东省爱牙工程”派福利，即日起致电 020-8375 2288 申领 5000 元 / 颗种植牙补贴，抢 0 元种植牙方案设计名额，0 元数字化矫牙口扫名额，享百位博硕学位种植名医亲诊，免挂号费、专家会诊费、种植方案设计费！



数字化舒眠无痛种牙帮万千市民修复缺牙



缺牙难受，种牙能增寿

种植牙舒适无痛种牙技术受宠于万千市民

## 哪些人用亲骨型无牙颌即刻种植牙？

德伦口腔亲骨型无牙颌即刻种植牙技术，实现可视化、精准化、舒适种牙，结合自带愈合基台的亲骨型种植体，能显著提升骨结合效果，缩短愈合期，取得初期稳定，实现快速戴冠，用少量的种植体就能轻轻松松恢复全口牙，特别适用于半口 / 全口缺牙、高难度缺牙人群。

## 什么是数字化舒适无痛种牙？

将数字化贯穿整个种植治疗过程，利用计算机辅助医生完成包括颌骨模型的建立、假牙的制作、种植体的植入等环节，并在数字化软件设计上反复设计模拟定下种植方案后输出导板，并在多种数字诊

疗方案的帮助下帮助客户安全、舒适、无痛、高效地完成种植。

## 广东省惠民看牙补贴正式发放

“广东省爱牙工程”是由广州广播电视台《G4 出动》主办、广东省临床医学学会协办、广东省老年基金会为指导单位，德伦口腔为承办单位及唯一技术指定单位的援助活动，为更多市民“看好牙，易看牙”，推出系列补贴政策，拨打 020-8375 2288 申领补贴：

- 5000 元 / 颗进口种植体补贴
- 10000 颗明星时尚美牙免费试
- 8000 元起矫牙补贴
- 10 元购德伦口腔【全家福卡】

## 通知 《广东省爱牙工程》

### 进口种植牙 补贴5000元/颗

- 博硕专家联合会诊
- 亲骨型种植齿原装进口
- 数字化种植方案多重大关
- 数字化舒适无痛诊疗

申领热线: 020-8375 2288