

名医名片



和惠云

云南省中西医结合医院副主任医师、内二科副主任,20年来均工作于临床一线及二线,有丰富的临床经验,熟练掌握内科学系统尤其消化系统疾病诊治。擅长胃和十二指肠疾病的诊治。

门诊时间:星期一、三、五全天。



嚼饭菜喂孩子 你的口水会传染“HP”

很多人拿到胃镜检查报告单时,都会询问医生“HP是什么?”HP是幽门螺杆菌的简称,是人类至今唯一一种已知的胃部细菌,定植在胃粘膜上皮细胞表面,感染后会导致胃炎、胃溃疡、十二指肠溃疡和胃淋巴瘤甚至胃癌。流行病学调查表明,我国HP感染率很高,成人感染率达40%-60%。怎样知道是否感染HP,是否需要治疗呢?

和惠云介绍,幽门螺杆菌感染后会有反酸、烧心、胃痛、口臭以及反复发作的上腹部不适、嗝气、饱胀感、恶心、呕吐等症状,但通常不典型,一般需要通过检查来判断有无HP感染。检测方法分为侵入性和非侵入性两大类,前者需通过胃镜检查取胃黏膜活组织进行检测。后者主要有碳13或碳14尿素呼气试验、粪便幽门螺杆菌抗原检测及血清学检查。以上检测方法都存在局限性,需要结合临床。省中西医结合医院开展的组织学检查和幽门螺杆菌培养和药敏,提高检测准确性和敏感性,可指导抗生素使用。

传播途径 接触感染者唾液

不少病人经过HP根除治疗一段时间后,会再次感染,或将细菌传染给密切接触者。和

惠云表示:幽门螺杆菌通过以下方式传播:口口传播,家长将食物嚼碎后喂给孩子,如家长有慢性胃炎,会将病菌通过口口喂养方式污染给孩子。恋人亲吻,幽门螺旋杆菌存在于感染者的唾液、牙菌斑中。飞沫传播:患者打喷嚏可以通过鼻腔将幽门螺旋杆菌一起排出,并且有浓重的异味,需区别于口腔炎症。

怎样预防 注意口腔卫生

防止病从口入。饭前便后要洗手,禁止吃生冷等不新鲜的瓜果蔬菜,吃前清洗干净。很多专家倡导使用一段时间漱口水和抑菌牙膏,修复口腔问题如蛀牙,牙垢,牙结石等。定期更换牙刷,牙刷不要放在卫生间内,放在阳光照射到的地方。在药物治疗期间,分餐消毒碗筷。 本报记者 陶彦然

公告牌

省中医健康讲座 银屑病防治

银屑病对患者的身体健康和精神状况造成了很大影响,那么平时该如何防治呢?

讲座时间:1月20日(周五)下午2:30

讲座地点:省中医院1号住院楼5楼会议室(光华街120号)

专家介绍:杨恩品:教授、硕士生导师,云南中医学院外科教研室主任,擅长治疗银屑病、过敏性皮肤病、毛发疾病、带状疱疹、色素性疾病等。杨瑾:医学硕士、主治医师,擅长痤疮、黄褐斑、扁平疣、面部皮炎、敏感肌肤、脱发等损性皮肤病的诊治等。

12320专家热线 心理问题及心理疾病的防治

您觉得压力大无法排解吗?您感到焦虑、抑郁吗?云南12320健康热线携手省二院(红会医院)临床心理科专家为您解答!

专家介绍:李培凯,副主任医师,省医学会精神病学分会委员、省医学会心身医学分会委员,擅长疏导心理问题及心理疾病防治。

热线时间:1月19日上午9:00-11:00

欢迎拨打公益热线:12320 云南12320健康热线是一条政府设立的卫生计生公益热线电话,提供健康咨询、投诉举报、戒烟干预等服务。

省中医健康讲座 如何防治心脑血管急症

心脑血管急症有的患者在送往医院途中即告死亡,如何将防治、救治再提前,成为了与死神争夺分秒的战斗。

讲座时间:1月17日(周二)

讲座地点:省中医院(滇池院区)行政办公区(职工停车场内)4栋1楼4101室

专家介绍:叶勇 主任医师、教授,硕士生导师,云南省中医医院急诊科/重症医学科主任、中华中医药学会高级营养师,擅长中西医结合急危重症救治、临床营养支持、亚健康人群及慢性病人群的康复保健。

省中医健康讲座 感染性疾病应做哪些检验

感染性疾病的诊断除了依据临床表现外,更主要的是病原学的诊断,因此有效利用检验诊断的信息进行病原诊断显得十分关键。那么,感染性疾病的诊断应该做哪些检验呢?

讲座时间:1月18日(周三)下午2:30

讲座地点:省中医院1号住院楼5楼会议室(光华街120号)

专家介绍:李亚波副主任医师 毕业于昆明医科大学临床医学,主要从事感染性疾病免疫检验工作。

小儿便秘若长期未能得到治疗,会影响患儿生长发育、智力发育。云南省中医医院儿科在治疗儿童功能性便秘方面具有独特优势,在辨证论治的基础上除了内服中药外,还可运用推拿、耳穴贴压、中药贴敷等绿色疗法解决宝宝排便困难。

专家介绍:王艳芬 副主任医师、副教授,全国第五批刘以敏名老中医学术继承人。现就职于云南省中医医院,从事儿科医、教、研工作。云南儿科学分会青年委员,世界中联小儿脑瘫专业委员会理事,世界中联儿保专委会会员。

出诊时间:周二下午、周日上午(光华院区) 周四全天(滇池院区)



小儿便秘别着急 中医特色疗法能解决

小儿推拿

实证便秘:清大肠、退六腑、运内八卦、摩腹各200次、清补脾土150次、按揉足三里200次、推下七节骨50次。每次15~20分钟,每天1次,5天为1疗程,必要时可连续治疗2~4个疗程。

虚证便秘:补脾经、推肾水、摩腹各200次、清大肠200次、按揉足三里、推上三关200次,捏脊反复5~8次。每次15~20分钟,每天1次,5天为1疗程,必要时可连续治疗2~4个疗程。

耳穴推压

选穴:直肠下端、大肠、便秘点,以75%酒精棉球消毒双耳廓,取1粒王不留行籽置于0.3x0.5平方厘米医用胶布上,粘贴在选好的耳穴上,每日按压耳穴3次,以局部疼痛能忍受为度,两耳交替治疗,3天换1次。

穴位贴敷

杏仁6g、大黄3g、木香3g等诸药研末,捣

杏仁和热醋为泥糊状,摊于纱布,敷脐6~8小时后取下,一般用药1次即可。

预防调护

- 1. 饮食要多样化,少吃生冷食物,食量不能过少、不能过于精细,应富含纤维素,如藕、胡萝卜、白菜、韭菜、茄子、苹果等。
2. 吃奶的小婴儿可适当多加一些糖,可加些米汤饮食,给予果汁菜汤等,以防大便过干、过硬造成便秘。
3. 家长把手掌焐热,轻轻按摩小儿腹部,以肚脐作为中心点,按顺时针方向按摩,一共10次,休息5分钟,再进行10次,反复按3~4次即可。

本报记者 闵婕



云南省中医医院 云南中医学院第一附属医院 YUNNAN PROVINCIAL HOSPITAL OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE

长期腰背疼要注意 小心强直性脊柱炎找上你

高致残 一旦出现腰背疼要重视

“强直性脊柱炎在我国的发病率约为0.25%左右,患者超过300万。”省一院风湿免疫科林俊主任医师介绍,此病是个高致残的疾病,主要以脊柱和关节受累为主并累及其他器官,比如说眼睛、心脏、肺、肾脏等。病人典型的症状是腰背部慢性疼痛,伴有早起腰背部疼痛僵硬不好活动,活动后减轻,休息后加重。此病发病的确切原因不明。40岁以下的年轻人,出现3个月以上慢性腰背疼痛,症状在夜间休息时较重。另外,年轻男性往往以下肢的单关节炎起病,一旦出现就应该引起重视。

早诊治 有遗传倾向发现苗头赶紧治

此病有家族遗传倾向,如家族里曾有人患病,更要早期来诊治。因与遗传有关,这类病人做HLA-B27基因筛查,90%的病人都呈阳

性。“一旦得了强直性脊柱炎,就是终生疾病,越早控制,致残几率就越小。”林俊介绍,由于病因不明确,所以目前无法治愈,大部分人经过正规治疗都能很好控制。此病通常推荐非甾体类抗炎药配合慢作用药物进行治疗,但此类药物起效较慢。抗TNF拮抗剂是专门针对强直性脊柱炎、类风湿关节炎研制出来的新药,此类药物起效快,给病人带来了较好疗效,由于价格较贵,未进入医保,尚未普及。没有相关禁忌症而又有条件的病人可早期使用,控制脊柱及关节病变,保持生活自理能力。

林俊提醒,对此类病人来说,配合非药物治疗,睡硬板床,保持正确的身体姿势,做弯腰、踢腿、游泳等锻炼都是不错的选择,但应避免冲击力强的运动。 本报记者 王劲松

强直性脊柱炎是引起人类残疾的又一个“杀手”,人们对它的认知不够明确,全国多家大医院风湿免疫科专家呼吁发起成立强直性脊柱炎认知日,帮助患者早期诊断,降低致残率。那么,强直性脊柱炎究竟是什么病呢?云南省第一人民医院风湿免疫科主任医师林俊介绍,强直性脊柱炎多发于40岁以下的年轻男性,起病隐匿,不易发现和引起重视。如果得不到早期治疗,会导致脊柱及外周关节畸形。