

健康

周刊



警惕空调病 资料图片 请作者与本报联系,以奉薄酬

天气炎热 除了预防中暑,还要预防“空调病”

8月16日 星期二 乐山市人民医院

连日来,乐山持续的高温天气让很多人不得不长时间待在空调房里,其中一些人也因此住进了医院。这到底是什么原因呢?16日,记者在乐山市人民医院看到,好几个“空调病”病人正在接受治疗。“他们都是因为空调吹多了才来治病的。”急诊科医生李泽兴告诉记者。

据了解,“空调病”更像是一个社会诊断而非医学诊断,是指长期处在空调环境中产生的一系列让人身体不适的症状,又叫“空调综合征”,一般会出现头昏、鼻塞、流涕、关节酸痛等症状,对于女生来说,还可能导月经失调。如果长时间直吹空调,也可能造成暂时性面瘫。

一直以来,很多人只知道空调吹多了会感冒,却不知道还会导致面瘫。对此,李泽兴解释,夏天天气炎热,吹空调后,人的面部会因受凉而导致肌肉的紧张程度增

高,尤其是睡着时吹空调很容易受寒,而这些风寒会作用在面部增加肌肉的紧张度,肌纤维之间的空间就会变得狭窄,对神经血管的压迫就会增加,导致血液循环障碍,影响面神经非特异性炎症,从而会导致面瘫。

那要怎么才能预防空调病,正确使用空调呢?

李泽兴说,每天开空调2-3小时需要把窗户打开通风;温度不能太低,26℃左右就好;有条件的还可以配置加湿器,防止空气干燥;尽量不要在空调下面直吹,在空调房里面最好盖个空调被。

李泽兴建议,天气炎热,市民平时要注意休息,适量运动,提高抵抗力,远离冷风侵袭,健康快乐地度过三伏天。

记者 曾梦园

05

健康关注
口腔健康
从“齿”开始

06

健康综合
主动脉壁间血肿
不容小视

07

健康教育
“秋老虎”发威
高温作业要当心!

08

健康聚焦
《关于进一步完善和落实积极
生育支持措施的指导意见》

手握“金刚钻” 巧施“瓷器活” 市中医医院眼科完成一例高难度复杂性视网膜脱离复位术

本报讯(记者 王倩)近日,患者王先生因“左眼视物不见2+月”来到市中医医院眼科就诊。经详细专科检查后发现,患者“左眼视力仅有光感,角膜白斑,人工晶体眼,左眼视网膜全脱离成‘漏斗状’”,诊断为:左眼孔源性视网膜脱离(D3级属终末期)、巨大视网膜裂孔、左眼人工晶状体眼、左眼高度近视、双眼角膜白斑。

“这样的眼部情况可谓是‘一塌糊涂’,也是我从业多年来少有遇到的病例。”该院眼科主任邹浩东有着丰富的视网膜脱离手术经验,查看完患者的情况后也不禁倒抽了一口冷气,“所有最复杂的情况,这个患者都遇上了。”据邹浩东介绍,这种情况手术难度极高,医生面临着巨大挑战,如果不及手术时治疗,患者的视功能将出现不可逆转的损害,最终导致失明并可出现其它并发症。

面对患者及家属殷切的期望,邹浩东团队为患者制定了周密的视网膜脱离复位手术方案。术中使用了目前最先进的蔡司高清手术显微镜及全市唯一一台高速(转速每秒10000转)微创斜面玻切手术系统。在这两个“金刚钻”的加持下,加之医生精准娴熟的手术技巧,历时3个多小时完成了这台难度极大的手术。术后患者的视网膜完全平复,术后第一天患者就重见光明。

据了解,以前这类复杂性、高难度手术,患者只能到成都、北京、广州等地的上级医院治疗,不仅增加了患者的痛苦和负担,还会因治疗时间的延误让患者留下终身遗憾。如今,市中医医院眼科凭借高超精湛的手术技巧和先进的诊疗设备,已经能独立完成这类手术,并且具有手术时间缩短、手术并发症减少、安全性提高、患者手术体验明显改善等优点。该院眼科每年成功完成各类眼底病手术400多台,邹浩东自豪地说:“正是因为有了技术和设备的‘金刚钻’,我们才能巧施这些高难度的‘瓷器活’”。

健康小贴士——

原发性视网膜脱离是眼科的急重症之一,对患者视功能的威胁很大,常见症状为:眼前漂浮黑影增加,闪光幻视,视野缺损(眼前黑影遮挡),视力下降等。易患人群为:近视人群(特别是高度近视患者)、老年人、眼部外伤者、内眼手术者、玻璃体/视网膜变性患者。目前手术是治疗的唯一手段,治疗延误常会导致失明,越早治疗,成功率越高,得到挽救的机会越高。医生建议,易患人群在日常生活中尽量不要揉眼,少做剧烈运动,定期到正规医院眼科进行眼底检查。

疾病预防与控制
乐山市疾病预防控制中心 协办

献血,让世界更健康
献血咨询电话: 0833-5188116
团体预约电话: 0833-2503103
乐山市公民献血办 乐山市中心血站

乐山市卫生健康委员会 协办
乐山市健康教育协会 协办