

退休医生遭遇“千日咳”，病因竟是胃食管反流

一成咳嗽者或有这样烦恼

近来，多地被严重的雾霾笼罩，造成咳嗽等呼吸道疾病增加。其实，除了雾霾等环境因素，近年来另有一种疾病也正在诱发咳嗽甚至哮喘增多。

“我从医几十年了，没想到自己会被无穷尽的咳嗽及其他不适折磨4年多。”已退休的黄医生在浙江省人民医院肝胆胰外科治好了顽固性咳嗽，近日到医院复查时感叹不已。

老医生无奈“千日咳”

“这咳嗽怎么这么难治啊！”黄女士今年70多岁，退休前是杭州郊县某医院的一名内科主任医师。大约4年前的秋冬季节，黄女士开始胃不舒服，还时不时夹杂几声咳嗽。“天凉了，加上年纪大起来，胃不适，咳嗽几声也是免不了的。”作为一名经验丰富、阅病无数的内科医师，起初并未重视。

没想到，这病居然与她“扛”上了，死缠烂打，就是不离身。配置中药调理，前后两年，一直未见改善。更让她苦恼的是，2014年后病情加重，以前是早、晚症状明显，白天还好；渐渐地发展至从早到晚，折磨不停；烧心症状愈发明显，发生剧烈咳嗽准时还会发生呕吐（呕吐型咳嗽），以致夜不能寐，长期如此，体质明显下降。几年来，黄女士辗转多家医院四处求医问药，日常饮食上非常注意，即便如此，咳嗽及胃不适依

30年她接生了1.6万个宝宝

一生只爱一件事，一生只做一件事。

绍兴市中心医院分娩室助产士马利娥，在她30年职业生涯中只做“接生婆”，已接生了1.6万个宝宝。由于接生时很可能需要长时间保持一个姿势不变，今年49岁的马利娥有腰椎不好等职业病，作为分娩室年纪最大的助产士，她依旧轮值夜班。领导曾主动提出为她换岗，她却拒绝了这份好意。“我享受新生命诞生时的喜悦，我热爱这份工作，就让我继续留在一线吧。”岁月匆匆，当年19岁的小姑娘已成了大家眼里的接生“外婆”。

1986年7月，马利娥毕业于舟山卫校助产专业，同年8月被分配至绍兴第四医院（中心医院前身）分娩室从事助产工作。

回想起当年的时光，马利娥忍不住感慨万千，时代变了，真的变了，在生孩子这件事上，最老派的人也变得开通了。产房，从绍兴民间迷信的说法来看，虽是新生命诞生之地，同样是带着血光的“暗房”。男人，作为一家之主是不能进入产房的，否则会对他的前途带来不利。在过去，马利娥见过一些老人不允许儿子踏进产房，特别是过年时节，那更是千万不能打破的禁忌。眼下，这可成了过时的规矩。“医院出了各种政策，老公陪产还得花钱，可柯桥人都争着陪产呢。”马利娥说起这些，禁不住笑了。

“现在巨大新生儿越来越多，接近三成的孩子都是巨大儿，真是让人忧心。”马利娥表示，很多人以为宝宝越大越好，这是营养吸收、身体健康的表现，殊不知这是彻彻底底的一种误解。她记得很清楚，医院曾接生过一个宝宝，生产时超过5.5公斤。由于宝宝身材过于巨大，生产时造成肩难产，虽然医护人员和产妇一起努力，可宝宝还是遗留了肩部神经受损的结果。“其实这件事完全可以避免，第一点，产妇待产时，没有听从医生的医嘱，没有控制好体重，造成巨大儿；第二点，生产前，医生建议产妇剖腹产，可产妇坚信自己是二胎，顺产没有问题。”

30年的时光一闪而过，凭着自己努力，马利娥现已晋升为妇产科副主任护师。据了解，绍兴市中心医院虽然不是专业的妇保院，但近几年分娩的产妇数量已突破7000人/年，在绍兴市排名第二。

去年初，一位正在陪护产妇的妈妈突然拉着当时值班的马利娥的手，显得很激动，原来这位妈妈当初生女儿的时候就是马利娥接生的，如今她的女儿也来分娩，又是马利娥接生。“我热爱这个岗位！”马利娥说，在这个工作岗位上，她不求名、不求利，只求每一个经手的妈妈和宝宝都能健康、平安、快乐。

叶红 单明铭

然异常剧烈，“每次咳嗽时都恨不得把胃里的东西都吐出来。”

做过无数次的贝餐和胃镜检查，有医生说黄女士好像是食管裂孔疝，胃食管反流炎。考虑到年纪和病情，主要以吃药保守治疗为主，但症状一点也没有改善，这让黄女士痛苦万分。

一个多月前，黄女士来到浙江省人民医院。肝胆胰外科主任医师王知非为她做了“食管24小时PH监测”，结果明确地诊断为“胃食管反流”。根据病情，王知非认为采用微创手术较好。胃食管反流一般采用药物治疗；病情严重且药物无法控制情况下，应考虑外科微创手术。几天后，由王知非主刀施行胃折叠手术。术后第二天，黄女士咳嗽就止住了，其他胃不适症状也随之消失。

一成咳嗽者或有这样烦恼

王知非介绍，胃食管反流病及其并发症的发生是多因素的。其中包括食管本身抗反流机制的缺陷，如食管下括约肌功能障碍和食管体部运动异常等；也有食管外诸多机械因素的功能紊乱。该疾病在中国有5.5%~7.5%的发病率，与慢性咽炎、胃炎、肺部疾病、心血管疾病等易混淆。

据研究，咳嗽、哮喘患者中近50%与胃食管反流

宋黎胜



山村百花会 孝敬摆首位

春节前，武义县坦洪乡上陶村举行迎新春文艺百花会。

演出前村里的晚辈为76位80岁以上的老人

戴大红花、送上长寿红包，并摆上水果、茶水，让长辈坐前几排观看村民们自编自演、反映孝老敬老、时尚奔放的精彩节目。

张建成

关节炎是冻出来的？

胡某年轻的时候经常骑摩托车上下班，最近几年感觉关节疼痛，去医院一查竟是得了关节炎。他觉得肯定是自己年轻时骑摩托把关节冻坏了。

受凉后腿痛确实是关节炎的表现之一，但寒冷本身并非导致关节炎的原因。也就是说，如果关节已经处于疾病期，受冻可能会间接加重病情。目前已有的证据表明，引发关节炎的三大因素分别是年龄、长期劳损和活动不当。

人到40岁时，负重关节都会有一些骨关节炎的病理改变。一些过度使用的情况，比如职业损伤、运动过量等，关节会提前达到使用寿命，提早出现骨关节炎。与其说骨关节炎是一种疾病，不如说是一种关节对于磨损的自然反应。

中年后应当如何保护自己的骨关节？首先是保持体重，不能太胖，太胖会增加关节的负重；其次是选择适合自己、不伤关节的运动方式，量力而行，如爬山、跑步机跑步、爬楼梯、女性常穿高跟鞋等都会加重关节负担，应尽量减少，少久站、少提重物也能避免膝关节负荷过大；最后是有有效预防骨质疏松，已经出现骨质疏松的中老年人应及时治疗。生活中建议穿厚底且有弹性的软底鞋，以减少膝关节所受的冲击力，避免膝关节发生磨损。

李人杰

睾酮药品或引起心血管风险

国家食品药品监督管理总局日前发布第七十三期《药品不良反应信息通报》，提示关注睾酮药品引起的心血管风险。

睾酮是维持男性生长发育和雄性特征的一种非常重要的激素。在性腺机能减退男性中，睾酮水平异常偏低，会影响正常的性发育。睾酮药品通过弥补体内缺乏的性激素，有助于恢复男性正常的睾酮水平，以确保男性正常的性发育、成熟。

2014年，美国食品药品监督管理局（FDA）、欧洲药品管理局（EMA）、加拿大卫生部等国外监管机构，相继发布了关于睾酮药品的安全性信息，主要涉及心血管事件风险。国家药品不良反应监测中心对国家药品不良反应监测数据和国内文献开展了分析评价，结果显示国内心血管系统损害病例报告较少，无国外关注的心脏病发作、脑卒中和死亡等病例报告。

据了解，睾酮的不良反应主要累及胃肠损害、皮肤及其附件损害、全身性损害等，表现为恶心、呕吐、腹痛、皮疹、瘙痒、痤疮、头晕、乏力、头痛、肝功能异常、肝细胞损害等。

国家食品药品监督管理总局建议：

1. 医务人员应关注睾酮药品的心脏病发作、卒中和死亡等风险，在治疗过程中加强睾酮激素水平的检测，发现相关药品不良反应及时上报。
2. 患者在使用睾酮药品过程中，当出现如胸痛、呼吸急促或呼吸困难、身体部分或一侧虚弱、口齿不清等症状时，请立即就医。
3. 药品生产企业应当加强不良反应监测，并及时将相关安全性信息传达给医务人员和患者。

糖友应多吃“苦”和“酸”

中医在认识、治疗疾病中注重“天人相应”和“道法自然”。喝苦药，加糖；炒菜时，糖放多了加醋，醋放多了加糖。苦和酸是甜的天然搭配。苦味是甜味的对立，酸味是甜味的中和。“苦酸制甜法”来源于中药四气五味理论及中医阴阳理论，针对糖尿病的典型症状尿甜，像炒菜一样采取苦酸味药物的治疗，达到降低血糖的目的。

“苦酸制甜法”适用于肥胖Ⅱ型糖尿病前期、早期、中期患者，或Ⅱ型糖尿病血糖难以控制者。目前，Ⅱ型糖尿病中80%是肥胖患者，其中大多数并无消渴的主症——“三多一少”（吃得多、喝得多、尿得多、体重减少）。基于这类患者的病机演变过程，将其划分为郁、热、虚、损四阶段。在以郁、热为主的阶段，病机重在郁热，此期应重在清郁热，郁热不清则耗气伤阴。产生郁热的原因或为饮食失节，或为情志失调。

糖尿病是一种复杂的慢性疾病，中医辨证或似“无证可辨”，或似“包罗万象”无从下手。“苦酸制甜法”在辨证思维指导下，可不拘泥于方证，在其他主方应用基础上加减苦味酸味药也有一定的降糖作用。单味中药治疗糖尿病，用法简单，药专力宏，若能用之得当，可使其发挥较大的疗效，较好地控制糖尿病人的血糖，将单味中药适当地用于复方及中成药，将起到更好的治疗效果。多年的研究发现，有降糖作用的中药非常多，如黄连、白芍、绞股蓝、芦荟、葫芦巴、苦瓜、枸杞等。常用的酸味药有乌梅、白芍、酸枣仁、五味子、生山楂、山萸肉、石榴皮、五倍子、怀牛膝等。针对降糖效果不理想的患者，可在辨证论治基础上选择苦味酸味药物配合降糖。日常生活中，糖友们可适量食用苦瓜、枸杞、山楂、乌梅等苦味酸味药食同源的蔬菜水果来辅助调理血糖水平。

值得注意的是，“苦酸制甜法”治疗糖尿病应灵活变通，苦寒之品易伤胃阳，应用不当易致胃脘胀满不舒、纳差、呕吐等症，尤其在长期大量应用时应注意避免苦味酸味太过损伤机体。在临床上多配以生姜及大枣，生姜味辛温属阳，一则以护胃阳，二则辛味苦味搭配。在应用苦寒药时，既要抓住疾病的主要矛盾，适时应用，又要兼顾个体，把握好节奏和尺度。

全小林



戴上走运彩 来年更精彩

为什么天啦们年年都戴走运彩 为什么公司老板一定要一片红 为什么过年一定要把好运带回家



扫一扫 好运到





正宗走运彩 源自万事利·G20国礼丝绸万事利荣耀出品