

程序员小伙一天报废两个键盘?

“水手”与交感神经过度兴奋有关

无论春夏秋冬,手心的汗就像没关紧的水龙头般不停地往外冒,手里需随时拿着纸巾,不停地擦拭,不能与人握手,自己只要一紧张,双手就会不停冒汗,手汗多到什么程度呢?如果任汗水顺着双手往下淌,地上能留下一摊汗水。

炎热的夏天,有手汗的朋友更难熬!这段时间,杭州市中医院心胸外科的门诊总体病人比平时多了一倍。“大多数人治疗只需一个微创手术,门诊第二天就可以入院,有暑假的学生、老师,这个阶段来治疗最妥。”该院心胸外科杨勇教授说。

杭州30岁的小陈,是一家网络公司的程序员。近日来门诊时说,自己只要一紧张,双手就会不停冒汗,手汗多到什么程度呢?如果任汗水顺着双手往下淌,地上能留下一摊汗水。

小陈回忆,他从六七岁开始就已经患病了,每次一紧张或兴奋,手上的汗就特别多。到了该谈恋爱的年纪,也不敢向喜欢的女孩表白,担心拉手的时候会吓到对方。

大学毕业后,小陈入职一家网络公司当程序员,每天和电脑打交道。前段时间,小陈为了赶在最后期限完成项目,一直在电脑前忙碌着。可能是因为紧张,他的双手不停冒汗,到中午的时候,电脑键盘居然失灵了。

下午开始,小陈又换了个键盘。但是因为手汗太多,到了晚上键盘又不灵光了,有好几个键按不出来。后来去修键盘,维修人员检查了一下,发现是键盘进了水,等水干了就不影响使用。但是小陈心里知道,键盘里面不是水,而是他的手汗。

因为这一手汗症状已严重影响了生活与工作,小陈选择了微创手术。杨勇主刀,在小陈单侧腋下开了一个1厘米的小切口,然后通过胸腔镜切断控制手汗的胸交感神经。整个过程只用了10分钟左右。手术第二天就出院,小陈的双手开始逐渐升温,第三天他就上班了。

杨勇说,手汗症的发病原因目前仍不明确,从解剖学角度来说,是由交感神经兴奋、局部汗腺分泌过于旺盛引起的。一般来说,手汗症多发于16~25岁的青少年人群。杨勇提醒,患者不要轻信偏方。泡出汗的药水,或是口服中药,大部分都是治标不治本的。微创胸腔镜手术是目前治疗手汗症的主流方法。

据悉,杨勇每年做一百多例手汗症手术,到目前为止累计手术一千多例。杨勇对几个病例的印象很深刻:有一个16岁的女孩,是个高二学生,因为第二年就要参加高考,担心考试的时候一紧张,手汗会把考卷弄湿,写在考卷上的字都糊掉了。

还有一个20多岁的电工,在安装电路的时候,因为手汗多,导致电路短路触电了。幸亏当时身边的同事急救,否则可能有生命危险。

徐尤佳

三伏养生莫贪凉

俗话说:“冷在三九,热在三伏”。7月17日正式入伏,一年当中气温最高的盛夏来袭。此时为一年中气温最高又潮湿闷热的日子。人们会感到精神不济、四肢乏力、食欲不振,做事效率低,怎样才能舒适健康地度过三伏天呢?三伏天应该如何养生呢?

在许多人印象中,在烈日下劳作才容易中暑,其实在高温且通风效果不好的环境下,人体最容易受到暑邪侵袭,在温度较高的环境中,保持通风尤为重要。

专家表示,频繁穿梭于高温环境和低温空调场所者,肌体忽热忽冷调节不过来,更容易患上暑湿感冒,大热天人们在室外行走时,皮肤上的汗腺大开,突然进入到空调环境中,这时体内的暑热还没来得及排完,寒气就突然袭来,很容易出现各种不适和病症,伏天切勿贪恋空调房。另外,长期吹电风扇、洗冷水澡来降温,都易引发暑湿感冒和各种病症。

夏天人体阳气最重,阳盛阴衰,体内寒气易解。中医养生讲究的原则之一就是顺应自然规律,夏季切勿贪凉,尤其三伏天稍动就大量出汗,继而产生强烈的口渴感,此时用冷饮解暑降温且不知节制,对身体有害无益。过于贪恋冰冷食物会引起肠胃不适,过度贪凉易致内寒过甚,以至于体内阳气更衰,要定时喝水,白开水、茶水等就是比较好的选择,勿等到感到口渴再去饮水,定时补水且水温以温热口感为宜。

三伏天如何养生?专家表示,三伏天最易伤脾,常使人四肢发软、胸闷、食欲不振,可致肠炎、痢疾等疾病。饮食以清淡为主,有营养、易消化、忌生冷油腻。清热祛湿的食品有冬瓜、黄瓜、苦瓜、山药、芹菜等。黄瓜生吃最好,苦瓜是体热者最好的选择。薏米红豆也可达到良好的祛湿效果。在作息方面,要注意规律作息,中医倡导“子午觉”,午时(11:00-13:00)午睡20-30分钟;子时(23:00-1:00)最好是24:00之前休息,保证充足睡眠。

王君平

风湿病存在四大认识误区

我国对风湿病的研究起步较晚,很多患者缺乏必要的风湿病知识,存在不少认识误区。

误区一:风湿病就是类风湿。从严格意义上说,风湿是一组侵犯关节、骨骼、肌肉、血管及有关软组织或结缔组织为主的疾病的总称,而类风湿特指类风湿关节炎一个独立的常见疾病。老百姓常常把风湿理解为传统意义上的风湿热,即患者出现发热、游走性关节炎及结节红斑等,目前医学界把风湿热归入反应性关节炎。

误区二:类风湿性关节炎是不死的癌症。类风湿性关节炎是一种病因未明且以慢性、炎性滑膜炎为主的自身免疫性疾病。其主要特征是手、足、腕、踝及膝等大小关节反复肿胀、疼痛,经常伴有外周器官受累及血清类风湿因子或抗环瓜氨酸肽抗体阳性。由于认识不足,大多数患者未能及时诊治,部分患者导致关节畸形及功能丧失。不少患者因此对类风湿性关节炎产生恐惧心理,认为一旦患病必导致终身残疾。随着研究不断深入,治疗方法在不断进步,该病对患者造成的影响已越来越小,只要早发现、早期得到规范治疗,绝大多数类风湿性关节炎患者可以长期正常生活和工作。

误区三:千万不能使用“激素”。很多风湿科医生都听到过患者说:“大夫,千万别给我用激素。”“大夫,您给我开的药中有激素吗?”患者所说的“激素”即肾上腺皮质激素。为什么患者对肾上腺皮质激素如此反感 and 恐惧呢?这主要是对肾上腺皮质激素缺乏系统、完整的认识。肾上腺皮质激素是由肾上腺皮质束状带分泌的一类甾体激素,主要为皮质醇,具有调节糖、脂肪和蛋白质的生物合成和代谢的作用,还具有抑制免疫应答、抗炎、抗毒、抗休克作用。之所以称其为“糖皮质激素”,是因为其调节糖类代谢的活性最早为人们所认识。肾上腺皮质激素具有较强的抗炎及免疫抑制作用,被广泛应用于多种风湿病、肾病及血液病的治疗中。但长期大剂量使用带来的副作用也是不可避免的,如水钠潴留、向心性肥胖、诱发或加重高血压和糖尿病、诱发或加重感染、导致骨质疏松等。因此,需要有丰富经验的医生全面综合分析病情,严格控制肾上腺皮质激素使用的时机、时间和剂量。同时还要在合适时机给予免疫抑制剂治疗,并对骨质疏松副作用给予预防性药物治疗,如同时服用钙剂、维生素D和双膦酸盐等。在应用肾上腺皮质激素过程中,还应定期监测血压及血糖等指标的变化,必要时给予对症治疗,达到既能有效控制病情又能最大限度降低肾上腺皮质激素副作用的效果。

误区四:风湿病是免疫功能低下。许多人在得知自己患风湿病以后,常说的一句话是:“我的免疫力太差了,应该吃点增强免疫力的药物。”风湿病的发病多与自身免疫功能紊乱密切相关,感染因素、环境与物理因素、内分泌因素等也是风湿病发病的重要原因。所谓免疫功能紊乱,并不是免疫功能低下,而恰恰是肌体部分T或B淋巴细胞异常活化,产生多种致炎性细胞因子,造成组织器官不同程度的损伤或破坏。因此,风湿病的治疗常常应用免疫抑制剂,其目的是抑制异常淋巴细胞或炎性因子的破坏作用。

苏茵



一天万人敷贴“三伏贴”

7月17日迎来今夏入伏的第一天,浙江省中医院的针灸科、儿科、耳鼻喉科、妇科、小儿推拿科、风湿免疫科、呼吸内科等七大科室针对不同人群,同步推出“冬病夏治”特色治疗项目,全天接待前来敷贴“三伏贴”的患者逾万人。同样,杭城的各家中医院、国医馆及老字号中药房均从当日起开始为市民“冬病夏治”。

据中医理论,三伏天是一年当中气温最高的日子,人体经络疏松,气血流通,有利于药物的渗透与吸收,通过药物敷贴等中医治疗手段,调节脏腑功能,增强抵御疾病能力,对慢性支气管炎、肺气肿、哮喘、鼻炎、风湿性关节炎、类风湿性关节炎等冬天气易发疾病具有明显的治疗预防效果。

于伟

28岁的他第二性征却像7岁男孩

这是一种先天发育不良性疾病,致病原因是基因缺陷

前不久,家住宁波的小丁被母亲催促着去杭州市红十字会看病。困扰他的是,虽然长得人高马大,但总是没有力气,性发育也异于常人……

小丁是家中独子,今年28岁,身高1.72米,体重170斤。机械控制专业本科毕业已有5年,毕业后从事过专业对口工作,但因需要一些体力而放弃。现在家附近的小镇开网约车。

没有女朋友,一天到晚玩电脑,母子关系一度很紧张。更让丁妈妈着急的是,最近两年小丁走路时双侧膝关节酸痛。在宁波多家医院骨科就诊,医生都说可能是“风湿性关节炎”,疼痛时用消炎药塞肛可暂时止痛,但过段时间又复发,小丁很痛苦。经表姐介绍,丁妈妈带着小丁来到杭州市红十字会医院骨科就诊。

郑琦主任医师看过小丁的膝关节X线片后,发现他腿骨的干骺端骨骺线竟然还没有闭合!难道就是传说中的骨骺清奇?会不会存在代谢性骨病?郑琦推荐小丁到院内分泌科就诊。

红会医院内分泌科副主任医师胡永宾接诊后,发现小丁体型肥胖,驼背,娃娃脸,无须,双侧乳房明显发育,但男性第二性征却发育不好,像7岁男孩。追问下去,小丁说自己高中毕业时才1.6米,是班里公认的矮个子,但几个月前的高中毕业10周年同学会上,他的出现让不少同学震惊,他长高了12厘米!许多人围上来,纷纷向小丁讨教成年后再长高的秘诀。

胡永宾说,这其实是一种先天性性腺发育不良性疾病,因基因缺陷所致。主要见于两种疾病:卡尔曼综合征和克林费尔特综合征,两者均可导致睾丸

成雄激素不足,没有性发育。

雄激素缺乏会导致骨质疏松,长期坐姿不对容易出现驼背及脊柱侧弯,骨质松软还易骨折。胡永宾曾接诊过一位32岁患者,骨折了11次。

雄激素缺乏还可以导致肥胖及乳房发育,可致长骨骨骺不闭合,持续长高至三十多岁。膝关节因骨骺不闭合且骨质疏松难以承受超重的体重,致使双膝关节酸痛。

为了进一步明确病因,医院检测了小丁的性激素水平,发现睾酮及黄体生成素、卵泡刺激素均明显偏低,骨密度检查提示骨量明显减少,头颅磁共振提示一侧嗅神经发育不良,从而确诊小丁患的是卡尔曼综合征。

明确诊断后,胡永宾为小丁制定了治疗方案,治疗3个月,他已经明显感到了身体的变化,包括声音变得低沉,睾丸出现胀痛的感觉,嘴唇周围出现了细小的绒毛,这给了他很大的信心。

胡永宾介绍,卡尔曼综合征也被称为“嗅觉缺失-性腺功能减退综合征”,由于染色体中某个基因有缺陷,使得嗅觉神经和促性腺激素神经元均发育不良,影响嗅觉(有些患者可能无明显嗅觉减退)和第二性征的发育,不能启动青春期。

“卡尔曼综合征可能遗传于父母,也可能由于胚胎时期出现基因突变而首发,主要多发于男性,男性和女性的发病比为10:1。”胡永宾说,这病是完全可以治疗的,性激素替代治疗后以上大多症状可以明显缓解,可以过正常男性生活,甚至可以生育子女。

俞茜茜 张弛

大江东
智慧大江东,魅力生态城

作为国家高新区和杭州国家自主创新示范区核心区的大江东,围绕汽车及零部件、新能源新材料、轨道交通、机器人及自动化、临空产业、生命健康、航空航天7大产业园建设,正在成为浙江先进标准创制的引领辐射区、经济转型升级的主战场、先进智能制造的新高地。

欢迎您来大江东投资、创业、生活!

联系方式:杭州大江东产业集聚区科技局 0571-82987316, 82987403

义蓬科创园

地理优势:位于大江东青六路与义府大街交叉口,毗邻杭州萧山国际机场,坐拥产业、交通、配套等多项得天独厚优势。从科创园出发经德胜路到杭州主城区仅30分钟,规划中7号、8号地铁穿境而过,与上海、南京、宁波等城市形成1小时生活圈,是创新创业之地的不二之选。

产业定位:以生产性服务业和生活性服务业为主攻,重点发展新技术、新材料等高端研发、跨境电商、电子商务等产业及税源经济。

优惠政策:入驻该园区的企业可以享受租金减免返还,装修补贴,人才政策以及公司注册代办等多种优惠政策。

联系方式:何乐意 13706501901

创新中国产业园·东新分园

园区概况
创新中国产业园东新分园暨智谷创新广场地处下城区善贤路4号,已规划地铁五号线, BRT快速公交换乘中心,交通便利。总面积27368平方米,共地上四层,地下一层。

园区定位
以建设创新型科技园区、大学生创业基地为重点。为产业化企业、大学生创业、初创期的小微科技企业的孵化培育、服务式小型办公室等提供多种办公创业空间。

园区配套
公共服务大厅(含总台服务、洽谈区、小型会议室、大型多功能会议室、休闲吧、咖啡吧等)、内部食堂、健身活动中心、桌球娱乐室、顶楼足球场等。提供免费注册代办(大创免费代办)及财务委托管理,企业参加区组织的创业实训及一对一团队辅导等多种服务。旨在打造服务式创新广场,企业家的创业俱乐部。

招商热线
钟先生 18105711266 0571-56920112

创新中国产业园作为浙江省杭州市下城区未来发展“两轮驱动”的重要组成部分,引领高新技术产业向前推进,我们将着力把“产业园”打造为集信息软件、电子商务、物联网、生物医药、健康服务、新能源、节能环保等高新技术企业,以及科研设计院所、科技创新载体、科技金融等高新服务业企业于一体的现代示范园区。我们诚邀您的加盟。

联系方式:杭州市下城区科学技术局
0571-85820615

创新中国产业园·集品科创分园

创新中国产业园·集品科创分园坐拥杭州中央商务区,位于商业发达的和平会展中心东300米,交通便利,距地铁口仅150米。这里是创新创业的集聚地,这里是人才荟萃区,这里是杭州政策高地! 欢迎合作,欢迎加盟,多谢关注,推介有奖。

联系人:沈先生 电话 13958026342