

游泳时耳朵进水,孩子患上中耳炎

医生:细菌容易“盯”上儿童,游泳要注意水质

近日,杭州萧山一位家长给两个孩子报了暑假游泳班。没想到,刚游了一次,孩子耳朵内



1 游泳患上中耳炎

杭州萧山一位家长的两个女儿游了一次泳就说耳朵疼,在家待了一个星期,鼻炎开始复发,流鼻涕、打喷嚏。一开始,家长没往游泳方面想,给孩子喷药、洗鼻子治疗。眼看孩子耳朵好了,教练也在催,家长就让孩子继续去上课。

然而游完泳回来,两个孩子就发烧了。第二天起来,孩子说耳朵疼,经医院诊断为中耳炎。

家长说,本来夏天游泳是孩子最快

乐的事情,孩子现在还想去,她也不想退款,可是又担心是水质有问题。游泳馆每天那么多人,继续游岂不是更严重?

据医生介绍,每年七八月,医院耳鼻喉科总会有很多患上中耳炎的病人来就诊,其中以小朋友居多,基本都存在因洗澡或游泳导致耳朵进水的共同点。

杭州市中医院耳鼻喉科主任陈志凌表示,一般情况下,洗澡、游泳过程中导致的耳朵进水都是外耳道进水,而外

耳道和中耳之间有耳膜阻隔,能阻挡异物和细菌进入中耳,不会引发中耳炎。

如果本身存在耳膜穿孔的情况,或者正处于中耳炎急性发作期,那么就不建议去游泳,尤其是水质卫生不达标的游泳馆。

另外,如果在游泳过程中发生呛水,导致卫生不达标的水通过鼻腔或口腔进入鼻咽部的咽鼓管,再通过咽鼓管达到中耳,就有可能引发中耳炎。

2 为啥儿童更容易中招

儿童的外耳道比成人平,容易进水,咽鼓管的构造也与成人不同,两端接近水平位,管径均较为粗大,且比较短,因此鼻咽部的分泌物容易经此流向中耳腔,引起中耳炎。同时,儿童的免疫力较弱,容易患上上呼吸道感染,而上呼吸道感染也容易通过咽鼓管向中耳蔓延。

医生建议,小朋友在游泳前,家长可以先带着孩子去医院把耳内耳垢清理掉,防止游泳时池水把耳垢泡软、膨胀,如果池水较脏就更容易造成感染。

游泳过程中出现外耳道进水,可以用棉棒放在外耳道口轻轻地把水吸出,也可以把进水的耳朵向下,用同侧的手掌按压耳廓,利用负压将水吸出;如不

小心被水呛到之后,千万不要用双手捏住鼻子擤鼻涕,可用生理性海盐水冲洗鼻腔。

需要注意的是,患有急性发作的鼻炎、鼻窦炎、过敏性鼻炎以及中耳炎、鼓膜穿孔或外伤的人应该避免游泳,及时治疗,以免加重病情。

据杭州日报

只因爱吃烧烤竟致重度贫血

武汉43岁的吴先生因酷爱吃烧烤,没想到患上痔疮,竟致重度贫血。

吴先生平时饮食重口味,常约朋友吃夜宵,尤其钟情烧烤。吴先生4年前患了痔疮,却没当回事,觉得不是大病。今年夏天欧洲杯期间,他连续好几天和球友看球吃烧烤。

一周前,吴先生上厕所开始便血,他以为和以前一样过几天就好了。但接下来几天,他持续便血。近日,他再次便血,起身回房后竟两眼一黑,晕倒在沙发上十几分钟。清醒后,他意识到病情的严重性,赶紧去武汉市中心医院杨春湖院区就诊。

医生检查发现,吴先生血红素只有正常人一半,重度贫血。胃肠痔瘁外科医生详细检查后,诊断为痔疮3度脱垂,病情严重。

医生分析,痔疮重度脱垂会引起急性大出血,吴先生长期慢性失血,加上这次急性出血,才导致重度贫血。如不尽快治疗,后果不堪设想。随后,吴先生接受了补铁等对症治疗,血红蛋白上升,并最终通过手术解决了痔疮问题。

专家介绍,不良生活饮食习惯是痔疮诱因。九成以上患者饮食不健康,喜油腻辛辣,长期吸烟、喝酒、熬夜,会加重病情。久站久坐也易致肛周血管曲张,形成痔疮,像老师、办公室人员、服务员等是高发人群。

专家提醒,痔疮小、症状轻时以预防为主,出现便血、疼痛等症状要尽早就诊。有痔疮或肛肠问题的患者,若长期不管不顾,保持不健康饮食,会增加患癌风险。

据长江日报

阿尔茨海默病越来越年轻化

沧州中西医结合医院神经内科 袁春晓 单永琳

也许有一天你会发现,你最关心、熟悉的人,记忆正在被悄悄“偷”走,他们可能会忘记回家的路,忘记最爱的你,甚至忘记吃饭、睡觉,成为我们最熟悉的陌生人,而造成这种情况的罪魁祸首便是痴呆。

什么是痴呆与认知障碍?痴呆是一种以获得性认知功能损害为核心,并导致患者日常生活能力、学习能力、工作能力和社会交往能力明显减退的综合

征。患者的认知功能损害涉及记忆障碍、学习能力、定向障碍、语言功能、计算能力、视空间能力、分析解决问题等,其本质是脑组织受损和不可逆的退行性变。

阿尔茨海默病作为痴呆最重要的病因,是一种临床常见的神经系统退行性疾病,给患者、家庭和社会带来了沉重的精神和经济负担。目前,中国60岁及以上人群痴呆患者约1507万,其中阿

尔茨海默病患者达983万。数据表明,首次确诊阿尔茨海默病的人群中,年龄在60岁至79岁之间的人群占比最高,为62.1%。

值得注意的是,60岁以下的阿尔茨海默病发病患者在本次调查中占到了21.3%,相比国际上报道的早发型阿尔茨海默病占比5%—10%更多,表明阿尔茨海默病在我国发病越来越年轻化。因这类罹患人群尚处工作年龄,需

要引起全社会的高度重视,强化全人群健康教育,加强疾病预防、早期筛查和诊断。

痴呆和认知障碍的几个典型症状:记忆力变差;语言障碍,有口说不出;对时间和地点迷失;丢三落四;把东西放在不适当的地方;判断力降低;做熟悉的事情变得困难;逻辑障碍;失去做事的主动性;情绪或行为异常;逃避工作或社交;性格转变。

品尝舌尖上的美食 发现不一样的精彩 名优特产品展销中心等您来

这里,有最具特色的沧州非遗美食;这里,有汇聚文化内涵的农副产品。自名优特产品展销中心正式成立以来,便得到了很多市民朋友的认可。

在这里不仅可以购买到沧州各县特色传统美食,而且可以购买到省外原产地特色产品。目前,名优特产品展销中心已入驻沧州本土几百种产品,以及几十余款外省域原产地特产。外源地产品合作的省份已扩展到四川、内蒙古、大连、福建、云南、海南等多个省份。

名优特产品展销中心现已入驻的产品,包括任丘今亿根纯红薯粉条、东光连镇王记花生米、东光桑葚干、刘记酥糖、盐山蜜薯、南皮祁家窝头面、河间驴肉、

任丘王疯子红咸菜、南皮寨子甜醋、沧县原生态蜂蜜、宋馍馍面花、荞麦片、桑叶小麦粉、蔬菜面、橄榄油、桑葚干红、灯笼红玉米糝子、石磨面粉、石磨杂粮粉、老冰糖、古法红糖、稻时佳五常大米、盐皮蛋、崔一元小磨香油、芝麻酱、白小嘴山药、铁棍山药、时记益养黑粮、时记八珍杂粮、时记黄金小米、金丝小枣醋、时记芝麻酱花生酱礼盒、广盛源寨子甜醋、广盛源寨子老醋等,这些产品均可现场购买。

熟食及水果类的产品可进行预订,包括:盐山朱记扣碗、盐山刘记猪蹄、奇美香肠、南皮孙家老席、东光李文煥烧鸡、东光李保贞烧鸡、碧洁农业桃子、番

茄、甜瓜、丰稔农业蔬菜等。

名优特产品展销中心除了销售特色美食,还创办了“赶小集”“小小集”等一系列活动。“赶小集”邀请商家现场销售的沧州美食,吸引了不少铁杆粉丝;名优特产品展销中心推出的“小小集”活动,也让不少读者眼前一亮。

为了更好地服务“三农”,解决产业一线的实际问题,发挥助农、带农、联农、扶农作用,沧州日报社“助农产品推广总站”以及三家乡镇驻沧报“助农产品推广站”,在名优特产品展销中心举办了挂牌仪式,三家农业合作社成为首批签约单位。

在推出系列活动的基础上,名优特

产品展销中心围绕线上,开展的社区营销群、会员群也红红火火。目前,线上已发展会员数千人。独具特色的美食,让会员拍手称赞,评价度极高。

名优特产品展销中心也期待您的光临与合作加盟。

地址:沧州市运河区浮阳南大道新闻大厦门口北第三个门市 沧州日报社·全媒体融合发展交流中心

乘坐1路、138路、29路、158路公交车即到

营业时间:上午9:00—12:00
下午2:30—5:00

咨询电话:18931777908
15132731602