

高血压病须终生治疗

哪些人容易患脑血管病？脑血管病能及时发现吗？能否有效地预防和治疗该类疾病？7月5日上午9:30~10:30,本报健康热线0551-2623752,邀请安医大二附院副主任医师赵兵博士与读者交流。以下内容根据电话录音整理,未经其本人审定。

郑卫 记者 王松青/文 倪路/摄

本期指导专家
赵兵



医学博士、副主任医师、硕士生导师、安徽医科大学第二附属医院神经外科主任、安徽医科大学脑血管病研究中心主任

独家秘籍

从事神经外科临床工作十余年,擅长脑血管病的手术与介入治疗、颅脑与脊髓肿瘤的微创外科手术。在国内及国际顶级神经外科学术期刊上发表临床研究论文数篇,获得国家级自然科学基金项目。

三高是脑血管病高危因素

读者:脑血管病有几种?哪些人容易得病?

赵兵:脑血管病是供应颅脑的血管发生病变,主要分两大类:出血性脑血管病(包括高血压性脑出血、脑动脉瘤或脑血管畸形等破裂出血)、缺血性脑血管病(包括脑梗塞、烟雾病等)。三高(高血压、高血糖、高血脂)、吸烟、酗酒、体重超标、缺乏体育锻炼、心脏病(房颤)、有脑血管病家族史等人群容易患脑血管病。

突发头痛、呕吐要警惕

读者:脑血管病都是突然发病吗?如怀疑发生了脑血管病该怎么办?

赵兵:出血性脑血管病多为急性起病,表现为突然发生头痛、呕吐、一侧手脚无力、口齿不清或不能说话、神志不清、大小便失禁等。缺血性脑血管病发病相对较缓慢,表现为一侧手脚无力、口齿不清或不能说话,一般没有头痛或仅轻度头痛。如果出现上述症状,说明有可能发生脑血管病,在专业医护人员赶到前,应将患者平卧,头偏向一边,抬起下颌部,防止缺氧,并尽快送到医院进行救治。

高血压病须终生治疗

读者:高血压需要一直吃药吗?血压正常后能停药吗?

赵兵:一旦确诊高血压,需立即开始治疗,可先进行非药物治疗,如低盐饮食等。如血压还是高,须开始药物治疗,并长期监测血压,一般每天早晚各测量一次,根据血压调整用药。即使血压完全正常,也应坚持一直服用药物,不能突然停药。在调整药物的时候,也不能随意更换,应在医生的指导下进行。

四项措施可预防脑血管病

读者:怎样预防脑血管病的发生?

赵兵:主要的预防措施有:1、无高血压病史的中年人或35岁以下有高血压家族史的人每半年或一年应测一次血压,一旦发现高血压应立即开始非药物或药物治疗,并持之以恒;2、定期体检,40岁以上的人应每年体检一次,检查心脏、血糖、血脂有无异常,如有异常,应立即开始治疗;3、改变不健康的生活方式,注意参加体育锻炼、起居饮食应规律,注意劳逸结合,少吃盐,多吃蔬菜水果;4、克服不良习惯,戒烟,适量饮酒,不可酗酒。

下周预告

夏季传染病 肠道疾病高发

下周二,专家传授远离疾病秘籍

夏天是各种传染病、肠道疾病和皮肤病发病的高峰期。蚊子、老鼠、苍蝇多,这些动物传播的疾病很常见。如登革热、黄热病、疟疾、流行性乙型脑炎、血吸虫病、流行性出血热、鼠疫、钩端螺旋体病、肺结核等。气温高,食品易被蚊虫叮,而且易腐败,因此肠胃道传染病也很常见。如霍乱、伤寒、副伤寒、菌痢、甲型肝炎、戊型肝炎、阿米巴痢疾等。天气炎热,人们贪凉,所以在河水、湖水中的病原体,也可能引起传染病的爆发,比如血吸虫病。

夏季为何易拉肚子?常见通过蚊虫传播的有哪些传染病?哪些肝炎好发?老人如何预防“热中风”?如何预防手足口病?胃口偏差,我们该吃些什么?夏季如何饮食调理?下周二(7月12日)上午9:30~10:30,本报健康热线0551-2623752,将邀请安徽省中医院感染二科主任施卫兵副教授与读者交流。施卫兵擅长运用中医、中西医结合方法治疗各种急性慢性肝炎、感染性腹泻、发热性疾病等。读者可登录星空社区(www.xksq.net),向医生提问。

陈小飞 记者 王松青

怎样消除脸上的粉刺及疤痕



■ 患者:我长痘已经8~9年了,严重的时候满脸都是,还留有很多颜色深浅不一的痘印和凹凸不平的疤痕……我该怎么办呢?

■ 专家:粉刺又叫青春痘、痤疮,是

青春期常见的一种毛囊皮脂腺慢性炎症性疾病,表现为粉刺、丘疹、脓疱、结节、囊肿、瘢痕等,多发于面部、背部及胸部等皮脂溢出部位。有些患者由于处理不当,脸上留下一大堆颜色深浅不一黑黑红红的痕迹,严重的会留有坑坑洼洼的疤痕,这就是我们俗称的所谓“痘印”和“痘疤”。

目前我们主要采取以下三种方法联合治疗,见效快,已成功让数千名患者达到了理想的治疗效果。

■ 中西医三联理疗法

>> 该疗法在运用中医药调理的过程中,结合光动力理疗系统治疗,可同时达到排毒、杀菌、抑菌、修复受损细胞、恢复皮肤生态平衡多重功效,利用中医的合理调配,深层清除体内湿、热、火、炎、毒,阻断痤疮发病根源。对痤疮各期,痤疮印记,痤疮凹疤均可进行全面系统的治疗,疗效明显,深得患者们的信赖。

■ 水氧活肤祛痘疗法

>> 水氧活肤祛痘疗法利用高频电



磁波对皮肤组织所产生的热效应,有效收缩皮脂腺,改善毛孔通路,使代谢更通畅,从而达到长期有效治疗青春痘的目的,同时对清除皮肤过敏原有良好的效果。其中,水氧混合颗粒中的氧气可有效改善皮内环境中的氧饱和度,从而改善皮肤的新陈代谢。

近年来,水氧活肤祛痘疗法风靡全球,它以见效快、效果突出,能达到长期有效治疗青春痘的目的,同时对清除皮肤过敏原有良好的效果。

■ 激光祛痘嫩肤疗法

>> 激光祛痘嫩肤疗法所采用特定波长的彩光,对祛痘具有很强的功效,从而使新生的小痘痘及时隐退。另外,激光还



可以使生过青春痘后留下的凹凸不平的痕迹恢复平整,再加上具有激光磨削祛疤作用,从而使除痘祛疤双向作用合为一体,使对青春痘的治疗更具完美。

该疗法需要配合皮肤的代谢周期来进行,一般需要2次以上,每次治疗之后,皮肤也需要一定适应时间,因此,总疗程不是一两天即可完成,不过完成之后,就可以达到非常理想的治疗效果。

在整形行业的非手术项目中,激光祛痘之所以深受年轻人群体推崇,因为这种方法和传统的方法不一样,它是从根本上进行治疗,不像一般的产品见效慢而且会复发,还可能出现一些其它的皮肤问题,如过敏等。进行一定疗程的激光治疗后,不仅效果明显且有效抑制粉刺的复发。

温馨提示:爱美之心,人皆有之!每个人都有追求美的权利,如果你正为粉刺所烦扰,您现在就可以通过以下方式:

① 拨打专家热线:0551-5201113(白天),5201111(晚上);② 加入QQ互动平台:8005201112;③ 登陆官网:pfb.xdfk.net 咨询,我们将给您一个满意的答案!

合肥现代妇科医院 - 皮肤病专业。地址:合肥市和平广场西南侧,乘130、149、154、163、3、6、106、118、132、139、155、302路公交车到和平广场步行即可。