

在不增加膳食总热量的前提下,增加膳食钙摄入量可以显著减少人和动物的体脂肪比例,减少发生肥胖的危险。特别是摄入低脂酸奶。

驱蚊手环致宝宝皮肤过敏

宝宝驱蚊最好还是选蚊帐

□记者 黄珊

夏天蚊虫多,皮肤娇嫩的婴儿成了这些蚊虫首选的“美味佳肴”。宝宝被蚊虫叮咬不仅皮肤红肿发痒,还有可能感染疾病。夏季婴儿该如何防止蚊虫叮咬,在选择防蚊产品时又需要注意什么?记者请教了咸安区妇幼保健院新生儿科主任李波文。

化学驱蚊伤皮肤

市民汪女士抱着才几个月大的宝宝焦急地向医生求助。“宝宝手腕上一圈都泛红,还很痒,不知道是不是过敏了。”汪女士称,因为天气转热,蚊虫多,所以给宝宝手上戴了一个最近很流行的驱蚊手环,希望能减少蚊虫的叮咬,没想到出现这种情况。

医生检查后发现,原来宝宝手上的不适正是因为这个驱蚊手环引起。医生表示,防蚊手环、驱蚊贴直接接触宝宝皮肤,如果是过敏体质的宝宝,很可能因此过敏。李波文建议,宝宝不要长时间佩戴此类防蚊产品,家长一旦发现孩子皮肤出现红疹等情况,应立即取下防蚊手环。

现如今,市面上各种各样的驱蚊产品真不少,但是要用在婴幼儿身上时就要多加注意了。“婴幼儿皮肤娇嫩,驱蚊产品在接触宝宝皮肤时,有可能会产生一定的刺激性。”李波文表示,宝宝最好不要使用直接接触皮肤的驱蚊产品,并且在使用驱蚊

花露水时,也一定要稀释后使用。

记者了解到,大多驱蚊产品包装上面都印有“微毒”字样,如果这些产品直接接触到婴幼儿皮肤,多少会有些影响,如果是敏感肌肤的婴幼儿则有可能导致皮肤红肿,严重的甚至溃烂。

物理驱蚊更安全

既然市面上很多驱蚊产品都含有“微毒”,那么是不是婴幼儿就不能使用这些产品呢?李波文表示,驱蚊方法分为化学方法和物理方法。对于皮肤娇嫩的婴幼儿来说,最好的驱蚊办法就是使用物理方法。

李波文建议挂蚊帐为婴儿驱蚊,不仅没有刺激伤害性,而且安全又环保,在宝宝睡觉时都能保证不被蚊虫叮咬。若是白天宝宝活动时,只要大人辛苦点,随身带把扇子将蚊子赶走即可。

若一定要用化学驱蚊法,最好用一些老牌产品,并稀释后使用,这样安全性比较有保障。



土豆蜂蜜汁治疗胃痛

健康达人:李女士

私房秘籍:自制土豆蜂蜜水

市民李女士今年54岁,患胃病已经有10多年了,病情一直久治不愈。李女士称,3个月前,在报纸上看到一则用土豆蜂蜜汁治疗胃痛的方子,便尝试着用此方治疗了20天。在用药后,就取得了很好的疗效,发生胃痛的次数明显减少了。

李女士向其他胃病患者推荐这个方子:先取新鲜土豆一个,蜂蜜适量。将土豆洗净,切成薄片,调入清水中捣成烂糊,用干净的纱布包裹起来,绞出汁液,调入蜂蜜即可,在每日清晨空腹服20毫升,连续服用20天为1个疗程。(此方法仅供参考)(黄珊)

相关链接:

网友支招宝宝如何驱蚊

- 1、及时清理垃圾,不要留死水。
- 2、关上门窗,在窗前放置一个盆子,盆中加点混合洗衣粉的水,第二天,水盆中就会有一些死去的蚊子。每天持续使用这种方法,蚊子会越来越少。因为洗衣粉带碱性,蚊子不宜生长在带碱的水中,可是洗衣粉中有香料,又会让母蚊误以为有食物就将卵产在其中,从而就达到了灭蚊的效果。
- 3、如果一不小心还是被蚊子给咬了,也不要急着用手抓。来一点盐水或牙膏,涂在患处可以迅速帮你止痒。
- 4、用一些空酒瓶,每只酒瓶装进约10毫升的糖水溶液,轻摇几下,使瓶子内壁周围粘上糖液,分别摆放于蚊虫活跃之处。蚊虫闻到糖味,会自动投入“瓶中陷阱”被粘死。
- 5、用透光性强的桔红玻璃纸套在60瓦的灯泡上,蚊子会四处逃散。



昨日,咸宁结核防治院举行政风行风、医德医风专题会议。全院干部职工58人主动在该院“政风行风、医德医风公开承诺书”进行签名。(夏咸芳 陈腾)

爱尔眼科:一生光明,值得托付



记者:是否拥有先进技术、优秀人才、高端设备对于眼科专科医院来说,尤为重要的。请介绍一下你们目前在这方面的实力?

爱尔眼科:在发展的过程中,爱尔眼科凝聚和培养了经验丰富、开拓创新的管理团队和技术精良、治学严谨的技术团队。目前有眼科医生一千多名,其中高级职称医生四百余名,包括一批硕士生导师、博士生导师,博士、博士后,欧美访问学者以及临床经验丰富的核心专家。先后成立了集团青光眼学组、屈光学组、斜视与小儿眼科学组、视光学学组、白内障学组、眼底病学组、眼眶及眼整形学组、眼表疾病及角膜病学组和一家眼科研究所。

各学组、研究所全面开展全眼科领域的临床、科研、教学工作,并在集团的支持下引进了各种国际先进的检查、治疗、研究设备,包括:角膜共聚焦显微镜、UBM、激光断层扫描分析仪、多焦及传统电生理、免散瞳眼底照相机、多波长氪激光、博士伦个体化手术工作站、多种国际主流准分子激光设备等。实力雄厚、梯队合理的眼科医

团队,国际主流、高精尖新的技术设备,为老百姓的眼健康提供了最可靠的保障。

记者:据了解,爱尔眼科是一家全国连锁的专科医院,请问这能给咸宁本地市民看眼病带来更好的服务吗?

爱尔眼科:随着医保体系的完善和患者分级转诊体系的推进,中国眼科医疗服务行业“全国分散、地区集中”将进一步强化,加之医疗资源分布不合理,造成了老百姓“看病难”的现状。所以在新一轮的医药卫生体制改革中,国家提出“建立符合我国国情的医药卫生体制,逐步实现人人享有基本医疗卫生服务”的新医改目标。

爱尔眼科顺应国家医疗卫生政策的趋势,借助上市的有利条件,针对中国目前眼科行业的现状,创造性地确立了“三级连锁”发展模式,在爱尔眼科的三级连锁医院的平台上,集团专家资源共享,疑难病联合会诊;整合了各种资源(人才、技术、物流、市场等),使之在各级爱尔眼科医院内充分共享,从而提高了整体医疗技术、管理、服务水平,降低了运作成本、提高效率,咸宁

爱尔眼科医院集团是中国第一家IPO上市的医疗机构,也是中国最大规模的眼科医疗机构,目前已在全国范围内兴建了近50家专业眼科医院,被评为“中国最具特色实力眼科医院”。

目前,爱尔眼科集团投资的咸宁爱尔眼科即将盛大开业,这将会给咸宁眼科专业带来什么新变化?广大咸宁市民是否将获得更高水平的医疗救治,享受更加专业的眼科医疗服务?带着这些疑问,记者走进正在筹建中的咸宁爱尔眼科医院。

爱尔眼科医院的成立,将使眼科医疗服务不断贴近老百姓,为民众提供高质量的、多层次的眼科医疗服务。

记者:不出远门,就能享受到优质、高效的医疗卫生服务,是咸宁市民长期以来的愿望。而高水准的医疗品质及服务理念是赢得病人信赖的关键,请谈谈医院在这方面做法?

爱尔眼科:我们坚持“一切以患者为中心”的理念,着力为患者提供“人性化服务”,解除患者的心理障碍和负担。我们将人文文化融入每个环节,营造出高层次的服务理念和人文关怀,满足患者生理、心理和精神全方位需求。使患者能切身体会到医院对他们的尊重、理解和关怀。

同时,高水准的医疗品质使爱尔眼科得到广大患者的信赖。专业的医疗技术队伍、规范的医疗护理操作、严谨的工作作风,是其医疗质量的有力保障;平实的诊治费用、便捷的就医流程、24小时的专业咨询热线、完善的回访制度、优雅的就诊环境,能够让每一位患者朋友得到超性价比服务。

记者:据了解,爱尔眼科一直热心于参加和组织各类社会公益慈善活动,请问院方为什么会如此看重公益活动?

爱尔眼科:在始终追求社会责任和自身发展的和谐统一的宗旨下,爱尔眼科通过全面开展防盲治盲工作、投身社会公益和帮助弱势群体参与共建和谐社会。多年来,爱尔眼科各级医院实施眼科慈善手术10万多次,开展眼健康普查活动近3万次,为贫困患者减免费手术达10万余台(直接免除的手术费用近2.8亿元),社区免费筛查1.8万多场;基层医疗健康教育行动3万余次,直接或间接使近1.2亿人了解了眼病相关知识,实施义诊150万人次。

在全国各地,爱尔眼科各级医院为贫困患者减免手术费用、公众健康教育、基层眼科医生培训及各类自然灾害捐款不遗余力地工作,得到了当地政府和老百姓的高度赞扬。这些都让人有理由相信:爱尔眼科将联合社会各界,通过不懈的努力来逐步实现我们的伟大理想——“使所有的人,无论贫富贵贱,都能够享受到眼健康的权利。”(夏咸芳)