

喜欢染发的童鞋要注意了,如果你打算染的颜色越淡,像银白、淡黄,那么你所受到的化学制剂的危害将比染成红色、紫色等深色更大。因为要想将原先的黑色变成淡色,就必须先褪去原色,然后才能着色。而这种褪色剂对人体的健康所带来的伤害是相当大的,比着色剂要大得多。

气温骤降 警惕心血管病趁冷作乱

专家:注意饮食,适当锻炼



本报讯(记者夏咸芳)近日气温骤降,医院里心血管病人也急剧增多,咸安区中医医院副院长汪洋告诉记者,秋冬交替之际,天气大变脸,让许多人身体耐受不了,导致血管痉挛,这就增加了心血管疾病的发病率。其中以胸闷、胸痛、心梗、心衰等方面疾病最为明显。

两大原因易诱发心血管疾病

近日,家住温泉希望桥的刘先生早上起床时,突然感到一阵剧烈的胸痛,呼吸受阻,家人连忙将其送至医院,被诊断为急性心肌梗塞。

对此,咸安区中医医院副院长汪洋表示,气温骤降,心血管类疾病高发,即便此前未发现患过相关疾病,其病症也很可能会在这时表现出来。

汪洋称,引发心血管疾病,主要有两大原因,一是外因,如季节交替变化,突然而至

的寒冷让人体无法立刻接受,从而刺激人的血管发生剧烈收缩,导致心肌梗死等缺血性的心血管意外的发生。此外,寒冷会导致病人血压升高,诱发脑溢血等疾病;二是内因,心脏不仅是一个泵血器官,更是一个智能器官,不良的情绪会对心脏产生影响。在过度悲伤或过度兴奋的气氛中,人体的交感神经系统分泌出大量的压力激素,使心跳加速、动脉收缩,进而导致某些心脏病发作的症状,如心痛、气短和休克等。

五类人群成心血管病高发人群

据相关调查显示,心脑血管系统疾病在世界和我国都属于三大死亡原因之一,具有发病率高、致残率高、和死亡率高的“三高”特点。那么,哪些人群成心血管疾病高发人群呢?

汪洋表示:五高(高血压、高血脂、高血

糖、高盐、高压力)、饮食及作息不规律、喜欢抽烟喝酒、肥胖者、老年人都是心血管疾病的高发人群。

此类人群平时身体看似没什么大问题,但到了秋末冬初之际,各种诱发症状就会表现出来。例如,高血压患者往往会出现胸闷、结膜下出血等症状;部分中老年人晚上睡觉时会出现胃疼,往往以为是饮食不当所致,实际上可能是心血管病突发而引起的诱发症。他建议,市民如若发现自己出现自己头晕加重、胸闷、胸痛、心慌气短、四肢麻痹等不良反应时,都应引起重视。

寒潮来袭如何保护心血管

寒潮来袭,市民如何保护自己的心血管呢?

对此,咸安区中医医院副院长汪洋称,患有心血管疾病的市民除了坚持合理用药外,最关键的是要保持健康的生活方式,注意健康饮食,适当身体锻炼,少生气,不发火,平衡心理,保持乐观的心态;饮食要少盐少脂,戒烟限酒,由于秋冬季节气温低气候干燥,需多喝温开水,及时补充身体水分,可降低血压粘稠度,减少血栓的形成。同时,可进行适当运动,但不要选择跑步、爬山等激烈性的运动。除此之外,健康人群也应每年体检一次,及时监测日常血压值,自身了解身体状况。

在10月下旬到11月期间,尤其要注意第一次冷空气降温天气过程,对大风降温天气,应尽量少出门或不出门,如果必须出门办事的,应采取可行的保护措施,比如多加衣服,戴上帽子,围上围巾,戴上口罩等等。

已患上心血管疾病患者要坚持服药,保持血压稳定。切忌随意停服。当出现不适症状时,应尽快到医院诊治或迅速拨打120,以免错过最佳治疗时间。

医生简介:



汪洋:咸安区中医医院副院长,内科副主任医师。咸宁学院本科毕业,从事内科诊疗工作24年,在上级医院进修内科1年,擅长内科心血管、内分泌等疾病诊治和急诊抢救工作。

坐诊时间:周一上午周四上午



**咸安区中医医院
咸宁市惠民医院**

★新农合定点医院
★市、区两级职工医保、居民医保定点医院
★商业保险定点医院

**走中西医结合之路
发挥中医特色优势**

**健康热线:8324525/8016228
院址:咸安区长安大道73号
网址:<http://www.xaqzyyy.com>**

医学验光很重要

“双眼视功能”检查先进全面



本报讯(记者夏咸芳 通讯员周泉)你的眼睛常常酸涩流泪吗?你所配戴的眼镜常常久视会眼花吗?你的双眼常常出现重影吗?你是否想带着孩子一起,验配一副真正适合自己的眼镜呢?最新医学资讯显示,配镜有了新主张:医学验光很重要,“双眼视功能”检查先进全面。近日,记者走进咸宁爱尔眼科医院,去了解一下爱尔验光医疗进展。

“戴眼镜是少儿矫治近视的主要方法,一定要专业医学验配。”一走进咸宁爱尔眼科医院,该院医学验光配镜部主任郭立烨就首先向记者表示:眼镜作为矫正视力的医疗

器械,非简单商品,配镜前的验光更是一个科学、专业、严谨的临床诊断过程。

在现场记者看到许多小朋友正在接受检查,郭立烨主任告诉记者,青少年由于眼球正处于发育阶段,视物模糊不一定单单就是近视造成的,在验配眼镜之前,得先进行医学诊断,然后再进行医学验光和双眼视功能检查,爱尔眼科为您提供终身的解决方案。

郭立烨主任介绍,儿童验光配镜,首先要散瞳,这样才能检查出其真正的屈光状态;另外,医学验光还要在常规验光基础上,做主视眼、眼位和调节力的测定及双眼调节平衡试验、瞳距测量等,并根据这些结果结合具体情况,给出最合适的个性化配镜处方。

郭立烨主任进一步介绍:国际上随着眼视光学的发展,“双眼视功能检查”已成为验光配镜的一项重要内容。双眼视功能,是指外界物体在两眼视网膜相应部位所形成的像,经过大脑的视觉中枢融合为一,使人们感觉不是两个相互分离的物体,而是一个完整的立体形象。双眼视功能主要检测双眼的调节和聚散功能,双眼的融像功能以及调节异常和眼球运动。双眼视

功能检查具有非常重要的作用。根据双眼视功能检查结果,合理矫正、科学训练,能解决成年人由双眼视功能异常引起的视疲劳、眼酸、眼胀、视近困难等症状,解决少年儿童由于双眼视功能异常引起的近视度数加深过多过快的问题。

相关链接

“双眼视功能”检查:

解决成年人由双眼视功能异常引起的视疲劳、眼酸、眼胀、视近困难等症状

解决少年儿童由于双眼视功能异常引起的近视度数加深过多过快的问题。

生活中,有很大一部分视功能较差的患者:1.看书、近距离工作后头疼、困乏;2.注意力不能集中,工作、学习效率低;3.阅读速度慢,记不住读过的东西;4.从黑板抄写笔记困难;5.看近时间长后看远不清楚,而看远后再看近也不清楚;6.阅读后眼睛疲劳、眼疼、眼酸、眼干、不舒服、视物重影;7.阅读时文字移动、跳动、游动或在纸面上漂浮,偶尔会“串行”;8.近视度数增长过快存在以上症状的朋友都建议来院做双眼视功能检查。

医生简介:



郭立烨

视光部负责人,国家二级验光技师。从事医学验光与配镜十多年,曾前往国家卫生部视光学研究中心——温州眼视光学院学习和深造,理论知识扎实。擅长小儿斜弱视的验光检查,可独立完成渐进多焦点镜片与MCT、RGP镜片的验配。

**EYE
咸宁爱尔眼科医院**

★市直城镇职工基本医疗保险定点机构
★居民基本医疗保险定点医疗机构
★新型农村合作医疗市级定点医疗机构

联系电话:0715-8687222

交通指南:市内乘2路、6路、8路、K2路车到“金源小区”站下即到

地址:咸宁市长安大道31号(咸安体育中心对面)

活动链接

1、咸宁市少年儿童近视防治项目全面开展

为让更多少年儿童通过“医学诊断、医学验光、医学配镜”科学有效矫治近视,咸宁爱尔眼科医院,在社会各界的支持下,推出“咸宁市青少年近视防治项目”:从即日起至2014年11月1日,18岁以下的近视患者,提前电话或网络预约报名,可免费享受

咸宁爱尔眼科专家的医学诊断(免挂号费和58元常规检查费),配镜还可享受相应优惠。

2、控制近视新技术全民共享月验配MCT(角膜塑形术),免费体验

据了解,MCT作为新型的硬性隐形眼镜,在材质和功能等各方面都极大区别于常规软性隐形眼镜,可以有效控制和延缓近视

的发展,而且视觉质量好,对眼睛的损伤因透氧性高也极大减少。

为帮助更多的少年儿童能够享受到国际先进的近视矫治技术,咸宁爱尔眼科医院推出“角膜塑形术、控制近视增长,免费体验”活动。2014年11月1日—12月31日,18岁以下的近视患者,在咸宁爱尔眼科医院可免费体验MCT。