



扫一扫

更多精彩活动和免费礼品等你来

年货
销售
渐火

●记者 叶子

灌香肠、买新衣……离春节越来越近,大街上的“年味”越来越浓,置办年货成为各个家庭的头等大事。昨日,记者在温泉中心市场、温泉中百仓储等商超市场看到,坚果、干果和糕点等销售摊位上,不少市民正忙着选购。

“过年的时候,买瓜子、坚果也需要市民多加留意。”温泉中心市场做坚果生意的周先生建议,市民在选购坚果和瓜子类的食品时,最好在买之前

业内人士提醒:

采购食品要认准商家包装凭证

先尝一下,味道跟平常吃的有没有什么异常。像核桃等炒货,市民要注意其表面是不是看着发亮,像打过蜡一样的,这样的炒货最好别买。周先生提醒爱美女士,瓜子、核桃等坚果,本身就是可榨油食物,油脂含量高,如果摄入过量,很容易引起肥胖。

“过年晒点腊肉、腊鱼等腌制食品,是一种传统。现在年轻人忙于工作,于是去超市买点腊肉等就成了不错的选择。”温泉中百仓储熟食区一销售员介绍,选择腊肉等腌制品的时候,首先要看肉的表面有没有长毛,也就

是有没有真菌繁殖,然后仔细闻一下,腊肉有没有出现腐败的臭味。

“采购年货首先要认准正规店铺,尽量别去流动摊贩处购买。同时,消费者在购物后一定要记得找商家索要票据等购物凭证。”市食品药品监督管理局徐唐超提醒,消费者在采购食品时,尽量不要买散装年货,因为正规包装的食品都有“身份证”,追根溯源比较容易,相反,散装食品容易掺假货陈货。徐唐超建议,市民在购买年货遇到问题时,可以直接拨打12331进行投诉。

咸宁万佳贝妇产科医院

开展孕妈咪课堂大型公益讲座

本报讯(记者 夏咸芳)孕妇能看电视吗?能用手机吗?能上网吗?生病了能吃药吗?元月15日,咸宁万佳贝妇产医院在该院门诊大厅举办了大型孕妇公益讲座活动,吸引了众多准爸妈前来听讲。

活动当天,记者在现场看到,80余名孕妇和她们的家属们济济一堂,场面非常热闹。讲座中,万佳贝产科主任樊云仙围绕孕产期知识、孕妇饮食、胎动计算等话题与在座准妈妈及其家属们进行讲解。受到孕妇们的一致好评。

来自温泉福星城的刘女士告诉记者,她怀孕已经三个月了,之所以选择在万佳贝医院生产,关键是考虑到医院离家近,同时医院所提供的月子餐也相当吸引她。

家住温泉黄畈三组的王女士,已经怀孕8个多月了,王女士称,吸引她过来待产的,主要是万佳贝医



院环境好,医生服务态度好。

采访中,记者发现,除了已经现场签约,决定在此生产的孕妇外,还有些孕妇是得到消息,特意前来参观的。作为本次活动的举办单位,咸宁万佳贝医院还特意在活动结束后,预留了一点时间,让现场孕妇和

妇产科医生进行交流。

本次活动还穿插了现场抽奖环节,奖项数额较大:有价值4888元的分娩套餐全免,有价值4888元的分娩套餐半价和价值500元和300元的代金券,获奖的准妈妈们喜出望外,满载而归。

年底了,别让肛肠病提前来“拜年”

●记者 夏咸芳

年底,肛肠科迎来就诊高峰。其中,痔疮患者人数最多,肛痿、肛裂、肛周脓肿等患者数量逐年增加。咸宁市中医医院肛肠科张主任表示,冬季寒冷,人体免疫力下降,加之年底摄入高蛋白、高脂肪食物增多,运动减少,许多人很久没犯的肛肠病变会卷土重来。这期间做好早期预防很关键,别让肛门疾病提前来“拜年”。

据咸宁市中医医院肛肠科张主任介绍,痔疮很容易成为春节前后的“节日病”,患者只要一不注意它就可能发作或加重。节日期间的人们往往都有很多聚会、酒宴,在酒精、辛辣的刺激下,很容易导致直肠黏膜血管曲张、扩大,从而导致痔疮突发,轻者便血、眩晕,重者可能导致痔疮急性嵌顿、坏死等严重后果。

那么该怎样预防痔疮发作?咸

宁市中医医院肛肠科张主任提示,要从这几个方面入手:首先,有了便意不要强忍,排便时不要看书看报、久蹲不起或过分使劲用力。因为这样会使肛肠充血,导致肛垫下移导致病理性肥大脱垂出血,而诱发痔疮甚至可使病情快速加重。其次,建议入冬以后要特别注意饮食的调理,要多喝开水、饮淡茶,多吃萝卜、番茄、梨、百合、银耳等菜类食物,还要适当增加粗粮、豆类和蔬菜、水果等含纤维的食品,这样可以给机体补充水分和增加肠蠕动,防止便秘,也可改善或控制痔疮症状。另外,冬季期间是痔疮高发期,因冬季气压较底,空气干冷,特别是在室内取暖时,身体内水分丢失过多,再加上不少人在冬季无节制进补,导致消化系统功能紊乱从而引起便秘和腹泻,而便秘和腹泻都是诱发痔疮的重要原因。因此改善便秘是预防痔疮的一个重要前提。

张主任还提醒,对已治愈的患者,

更应注重在冬季对痔疮等肛肠疾病的预防,避免痔疮复发。一旦发现出血、疼痛、脱出、嵌顿或血栓形成等症时,就要考虑到医院进行检查。尤其是在发现血栓时,不良的生活习惯很容易造成痔中的血液循环受阻而使血液凝结成块,从而引起敏感疼痛。值得一提的是,由于肠肿瘤初期症状与痔疮类似,临床上将肠癌当成痔疮的患者高达70%。由于误诊误治,耽误了肠肿瘤的治疗时机,硬把病情拖到了晚期,最终酿成大祸。因此,对便血、肛门疼痛、瘙痒、坠胀、便秘等常见肛肠病的科学检查和规范肠肿瘤筛查,就显得尤为重要。

据悉,因年终将至,外出务工人员陆续返乡。咸宁市中医医院肛肠科特开展“喜迎家人归 豪礼送健康”大型公益活动,所有到院的返乡患者可享受电子肛肠镜免费检查,凭火车票、汽车票、机票等可报销路费,最高报销500元。咨询电话:8897872。

赤壁市成功发现并处置一例输入性恶性疟病例

本报讯(记者 叶子 通讯员 但丽琼)日前,赤壁市人民医院查出1例从非洲莫桑比克输入的恶性疟病例,赤壁市疾控中心接到疫情报告后,立即组织专业人员赴医院进行了流行病学调查,采集血样进行复检,检出恶性疟原虫阳性,向患者提供了抗疟药,并对密切接触者及家属进行了面对面的健康教育工作。

目前春节临近,正值境外务工人员返乡高峰期。赤壁市疾控中心相关负责人表示,该中心下一步将继续加强健康教育,要求各医疗机构提高对传染病疑似病例的敏感性,利用各种媒体和宣传渠道,广泛开展疟疾防治知识宣传活动,提高人群尤其是往返于高疟区人员的自我防护意识,对高疟区回来人员进行血检筛查,做到早发现、早诊断、早治疗。

你问我答

咸安区张女士问:医生您好,我的宝宝今年9个月了,新生出来的两颗牙齿之间缝隙较大是怎么回事?然后我想问问宝宝几个月会自己走路,什么时候戒奶好?

湖北科技学院附属第二医院儿科周医生答:这种情况是属于正常的,孩子的乳牙,生长激素是正常反应,这种情况有利于以后恒牙的生长,因为,恒牙占的空间比较大,如果乳牙分布得比较紧密,很可能会影响恒牙的生长,造成外观畸形。此外,正常情况下,宝宝站立和行走需要十个月,母乳喂养有条件的话可以持续到一周岁左右。

咸安区王先生问:拔完牙,脖子两侧涨的难受。牙稍微有些疼,淋巴结有些肿痛,吃什么药见效?

湖北科技学院附属第二医院口腔科孔医生答:根据您的描述,应该是有一些上火和炎症反应所造成,在这种情况下,可以配合口服一些甲硝唑片,牛黄解毒片,清热解毒口服液,可以改善和缓解这种情况。如无缓解,请尽快到医院进行检查。

温泉城区刘女士问:医生您好,我今年47岁,嘴里发酸有好长时间了,也吃过中药,还是不见好,请问有没有好的治疗方案?

咸安区中医医院北门分院内科王医生答:你好,口中自觉有酸味多见于胃炎、胃酸、感冒和胃十二指肠溃疡。建议经常吃含锌多的食物,口服硫酸锌或摄入含锌丰富的动物类食品、贝类水产品。同时建议去正规医院检查并及时治疗。(叶子/整理)