

一根小银针 千里送福音



本报讯 10月5日—7日，全国著名耳聋治疗专家黄存增教授千里迢迢从北京赶到建德开展耳聋义诊，我市37位耳聋患者得到了这难得的治疗机会，他们原来失聪的

耳朵都重新听到了声音。黄存增教授长期从事耳聋专科诊疗，集五十余年中西医结合治疗的研究和临床经验，为了取得针灸治疗耳聋的效果，他长年坚持在自

己的两耳侧扎针试验，经他手治愈的耳聋患者已有十万多例。10月5日，黄存增教授趁来建德为友人扎针的机会，主动表示愿意在建德多住一天，为建德的耳聋患者开展义诊。10月5日从高铁站到达宾馆后，黄教授顾不上休息，就为那些慕名而来的患者进行针刺治疗。当天下午，9名接受治疗的耳聋患者都听到了声音。10月6日，又有15名患者接受了黄教授的治疗，其中有当年新安江水电站的建设者、有教师、公务员、农民，甚至还有闻讯从金华等地赶来的患者。10月7日早晨，黄存增教授要离开建德了，一见酒店大堂里还坐着几个慕名来求医的老年人，他毫不犹豫地把他们请到就诊的地方坐下，经过交流，然后再为这些患者扎针。来求诊的患者都是带着愁容进来，张着笑脸离去，一个患者对着黄教授深深地连鞠十多次躬才高高兴兴地回家。

(通讯员 彧华)

冷空气上线，高血压患者要勤测血压

据杭州市气象局消息，冷空气来了。本周天气以阴冷为主，16—20℃，早晚稍微有些凉。除了关注天气变化，记得及时添衣外，医生提醒高血压患者需勤测血压。秋冬季的血压一般比夏季高，这是温度降低导致血管收缩，以及天气寒冷排汗减少的原因。老年人的血压往往会逐渐升高，且表现为收缩压升高，舒张压下降的趋势，这是血管弹性变化的结果。血压过度波动，会产生不利的临床后果，有可能导致脑血栓、脑溢血、心肌梗死的发生增加。因此，高血压患者在气候变化时需要勤测血压，以便及时了解自身的血压波动特点。最好在早晨服药前、服药1—2小时后以及晚餐前应至少测量3次血压。每次测血压至少测2回，每回间隔1分钟，然后取平均数。如果更换降压药物，应在药物变动2周后获取1周的

血压值，并交给医生评判。为减少血压波动，最好服用长效降压药物，而且早晨一起床就要吃药。有些引起血压剧烈波动的继发性高血压的疾病，也要到专科去诊断治疗。有些人在入职体检、健康体检、职业病体检中测量血压时发现血压高，往往以为得了高血压，于是非常焦灼。其实未必，这可能是由于见到医生后精神紧张，血液中出现过多儿茶酚胺，使心跳加快，同时也使外周血管收缩，阻力增加，产生所谓“白大衣效应”，从而导致血压上升。这种情况，在家中自测血压或24小时动态血压监测（自身携带测压装置，无医务人员在场）时，血压是正常的。量血压要选择左臂还是右臂？最好左右都测量一下，通常以高值为准。多测量几次求平均数，血压值更准确。

(摘自“健康杭州”)

-高血压诊断标准-

18岁及以上成年人，在未服用抗高血压药情况下，非同日3次测量，收缩压（SBP）140mmHg和/或舒张压（DBP）90mmHg者，可诊断为高血压。

18岁以上成人血压水平的定义和分类			
类 别	收缩压 (mm Hg)	和	舒张压 (mm Hg)
正常血压	<120	和	<80
正常高值血压	120~139	或	80~89
高血压	≥140	或	≥90
1级高血压（轻度）	140~159	或	90~99
2级高血压（中度）	160~179	或	100~109
3级高血压（重度）	≥180	或	≥110
单纯收缩期高血压	≥140	和	<90

学会了，进入下一条 >>

健康小知识（十六）

坚持正规治疗，绝大部分肺结核病人能够治愈。肺结核的卷土重来，并迁延难愈，与不及时治疗、治疗过程不规范等有关。其实肺结核病并不可怕，只要坚持正规治疗，绝大多数病人都是可以治愈的。国家对此实行免费检查和免费抗结核药物治疗，患者可以到所在地的结核病定点诊治机构就诊。DOTS即直接督导下的短程化疗是当今全世界公认的治疗结核病最有效的方法，患者应按照医生的要求，坚持全程、按时、按量服药，以免转化为难以治疗的耐药结核病。

典型误区

一、症状好转后就可以减药或者停药了。肺结核是一种慢性疾病，必须坚持全程、按时、按量服药。在用药后短期内可能出现症状缓解甚至消失，但并不表示病菌已经被彻底杀灭。擅自减药停药之后，蛰伏的结核杆菌死灰复燃，大量繁殖，导致结核复发，而且容易转化为难以治疗的耐药结核病。二、结核病复发时，按上次的药方自购药物服用即可。

既然上次的药方有效，直接沿用不就行了？不是的，结核杆菌很容易产生耐药性，经过上次的治疗，病菌可能对上次的药物产生了耐药，因此对现在的治疗效果大打折扣，也是许多患者感到奇怪，同样的药物为何不管用了？因此在疾病复发时，应求助专科医生确定新的方案，必要时根据药敏试验选择治疗方案。三、结核病治疗周期长，费用昂贵。国家致力于落实肺结核病患者的归口管理和督导治疗，实行肺结核病人治疗费用“收、减、免”政策，凡是到结核病定点诊治机构就诊的患者都能够享受到相应的减免。



爱护未成年人健康成长

人人有责

