



王来法对话健康

患了急性胃炎怎么办？

问：前段时间我在公司搞了个大项目，回家后妻子给我做了一桌好吃的，说是庆祝大项目成功，这一天我食欲也特好，可吃完饭后，突然上腹感到不适发生疼痛，还伴随着恶心、腹泻等，整个人都蔫了。王医师，这是否是胃出了问题，该如何避免这种疾病呢？

答：根据你的描述，很可能是患了急性胃炎，它是一种能破坏胃的最内层——胃黏膜的急性炎症疾病，可能由多种原因引起，发病时会感到上腹疼痛、食欲不佳、恶心呕吐，有时还会腹泻。严重时可能会伤及黏膜下的深层胃壁，引起吐血或便血。不过急性胃炎一般经短期治疗后能够痊愈，不会留有任何后遗症。但若治疗不彻底，或有暴饮暴食、浓茶、烟酒等不良习惯，急性胃炎可能会转变成慢性胃炎。

然而，生活中往往患有此病的患者都不觉得严重，意识不到急性胃炎的危害，认为肠胃病是小病，即使患病也置之不理，这是很严重的错误，而且甚至会造成你的终身痛苦，千万不要遭受到了伤害后才意识到严重性。

急性胃炎在中医属于呕吐、泄泻范围，大致将其分为湿热、寒湿、食滞三类别，治疗中，病

人的情况不同可选用不同的食疗方。比如湿热症可选用藕汁、薏米粥、车前子粥等；寒湿症可选用砂仁粳米粥、姜茶饮、玉米芯散等；食滞症则可选用陈茗粥、山楂糖水、橘饼水等。

那么，急性胃炎需要怎样预防？首先要养成良好的卫生习惯，大家一定要养成饭前便后洗手的习惯，尽量避免病菌侵害。其次要注意饮食卫生，避免进食腐烂变质的食物，隔夜的食物最好避免食用，或者一定要在加热后再食用。还得避免进食生冷刺激的食物和药物刺激。

最后我为大家介绍一下急性胃炎的几种自我按摩方法：

1. 用双手拇指指端同时按揉双侧三里穴3~5分钟，以穴位局部出现酸胀感并向足外踝放射为佳。

2. 用拇指指端按揉内关穴3分钟，同时配合深呼吸，使胃部产生酸胀感。本法尤适用于胃痛伴有恶心呕吐者。

3. 用拇指或拳头抵住中脘穴，随呼吸逐渐用力下压，感觉到上腹胀闷时，在坚持按压2分钟后松手。

4. 摩腹法。患者仰卧，搓热双手后，以一手掌贴于胃部部顺时针揉摩3~5分钟。

特别提醒

男孩全身多处黑斑 感冒药是元凶 致敏药物需终身禁用



■记者王艳 通讯员王雪飞

一次感冒后，雯雯背部出现了黑褐色红斑斑块，有时伴有水疱及渗液。此后4年间，雯雯陆续长了四五块同样的黑斑，直径约2.5~6厘米大小不等。大大小小的医院都去过了，却始终没找到病因。雯雯一家很不安，这是得了什么怪病？

前几天，雯雯在父母的陪伴下来到浙江大学医学院附属儿童医院皮肤科就诊。该院皮肤科医师为雯雯详细地进行了血常规、血小板、血沉及抗“O”等相关检查，均未见异常。进一步询问，雯雯每次长黑斑前都有感冒服药的经历。解热镇痛药对乙酰氨基酚的致敏可能性比较大，雯雯被诊断为固定型药疹。

该院皮肤科副主任李云玲说，浙大儿院皮肤科每年都会遇到十余例固定型药疹。磺胺类药物、解热镇痛药、巴比妥类三类药物是已知的常引起固定型药疹的药物。

一般固定型药疹形态很特殊，易于识别。首先有局部瘙痒，随后出现圆形或椭圆形红斑，颜色为鲜红色或紫红色，水肿性，炎症剧烈者中央可形成水疱。发作越频繁色素越深，愈后可见遗留色素沉着。

皮疹可发生于全身任何部位，尤以口唇及口周、龟头、肛周等皮肤黏膜交界处，手足背、躯

干等处多见。每次服用同样药物后在同一部位发生，也可能会同时增加新的损害。数目可单个或多个，也会有广布全身的病例。皮疹大小一般0.2厘米到数厘米不等。

固定型药疹消退时间一般为1~10天不等，但阴部发生糜烂溃疡者常病程较长，可迁延数十日始愈。多数病例无全身症状，可伴有发热、畏寒、头痛、全身乏力或食欲减退，一般均较轻微。

轻微的局部皮损可用炉甘石洗剂止痒收敛，激素膏膏局部抗炎治疗；有糜烂渗液者可用湿敷治疗。固定型药疹治愈后，可能会留下色素沉着，但是一般不会很明显，而且会随着时间的延长而逐渐减轻或消失。

有些重症药疹发作非常凶险，比如磺胺类、解热镇痛类、巴比妥类、抗癫痫药、抗生素类药物可能诱发大疱性表皮剥脱型药疹、药物超敏反应综合征、皮损迅速加重，全身黏膜受累、伴显著内脏损害，甚至出现全身中毒症状，如高热、恶心、腹泻、谵妄、昏迷等情况，必须立即送到医院抢救治疗。

皮肤科专家建议，如果孩子有类似药物过敏史，家长要做好服药日记，便于医生帮助筛查出可疑致敏药物。一旦发现致敏药物，要立即停用致敏及可疑致敏性药物，并终身禁用。

“海鲜加啤酒 当心乐过头”

痛风是吃出来的“帝王病”

防治此病切记管住嘴迈开腿

■记者王艳

近日，做销售工作的彭先生正好休假，每天晚上总喜欢一边看着电视，一边惬意地喝点小酒。没想到有天和朋友聚餐进食海鲜及啤酒后，他的脚指头抗议了，一连几天又肿又痛，连走路都成了问题。到医院急诊科，医生说啤酒加海鲜诱发了彭先生痛风发作。

痛风是吃出来的“帝王病”

浙江省立同德医院中医内科施仁潮主任中医师介绍，痛风是一种由于嘌呤生物合成代谢增加，尿酸产生过多或因尿酸排泄不良而致血中尿酸升高，尿酸盐结晶沉积在关节滑膜、滑囊、软骨及其他组织中引起的反复发作性炎性疾病。

痛风和饮食有着密切的联系，有人说这是一个“吃”出来的病。相对来说，生活在海边的人得痛风最多。因为常吃到的海鲜里面有大量嘌呤，这种物质会导致体内血尿酸大量生成，而血尿酸水平的增高是诱发痛风的直接原因。再配上啤

酒，不仅同样含有高嘌呤，还能抑制人体内尿酸的排泄。频繁地吃海鲜和啤酒，会使患痛风的概率大大增加。

饮食习惯之外，还与遗传、性别、年龄、生活方式等诸多因素有关，可发生于不同国家和地区不同种族人群。我国痛风患者多见于中年人，近几年有年轻化的趋势。

古时候，帝王南征北伐，容易疲劳过度；风餐露宿，容易风湿入侵；江山到手之后，酒池肉林，饮食没有节制。历史上许多著名的将相帝王都患有痛风，所以痛风在医生这里常被称为“帝王病”。

痛风非小事

施仁潮介绍说，关节疼痛急性发作是急性痛风的典型症状。疾病发作多在轻微损伤、饮食过量或相关疾病以后，特别好发于肢体远端关节，典型的症状发于足趾（足痛风），也可因尿酸盐结晶引起肾绞痛。慢性痛风以破坏性关节变化为特征。

痛风发作后，短则一天，长则7天、10天，发病时疼痛难忍。然

而不少患者好了伤疤忘了痛，认为痛风是小事。殊不知，痛风不仅能引起关节疼痛，还常伴发代谢综合征的其他疾病，如腹型肥胖、高脂血症、高血压、2型糖尿病以及心脑血管疾病等，甚至可能导致急性肾损伤、胃出血、胃穿孔、骨质疏松等。

施仁潮说，痛风的治疗重在平时，痛风的基础是高尿酸血症，故必须对高尿酸血症进行干预治疗。西医常用秋水仙碱、消炎镇痛剂以及抑制尿酸生成的药物来处理痛风病人，不同阶段用不同药物，即使疗效确切，但是副作用颇为严重。

中医也有许多方药可以处理痛风，像是急性的痛风关节炎发作，可依病情选用上中下通用痛风丸、四妙丸、白虎加桂枝汤等，通常可取得不错的疗效。

无肾功能损害或关节畸形者经有效治疗一般都能维持正常生活和工作，更不会影响寿命。但如果治疗不当，急性关节炎的反复发作可引起较大痛苦。有关节畸形和肾石病者则生活质量会受到一定的影响。肾功能损害严重者，预后较差。

健康常识

男性也患乳腺癌

■记者王艳 通讯员张颖颖 吴宪

说起乳腺癌，人们很自然地就和女性联系起来。其实，男性一样可能患乳腺癌，甚至可能比女性还凶险。近日，68岁的吕先生就遭遇了一回，所幸手术及时。

原来，一个多月前吕先生无意间发现自己右侧乳房长了一个黄豆大小的“疙瘩”。因为这个“疙瘩”不痛不痒，他也没有放在心上。前几天他发现原本黄豆大小的“疙瘩”变成了茴香豆大小，摸起来很硬，感觉还有些疼痛。这才在家人的陪伴下来到杭州市第一人民医院瓶窑院区就诊。

该院区外科主任林勇强检查后，为吕先生做手术切除了肿块，几天后化验结果出来了，吕先生患的是乳腺癌，这个结果让他和家人大吃一惊。好在吕先生的乳腺癌还处于早期，手术后对身体健康并没有什么影响。

林勇强介绍，在许多人的意识里，男性和乳腺癌没什么关系。殊不知，目前男性乳腺癌的发病率约为二十万分之一，占男性全部肿瘤的0.2%~1.5%，占乳腺癌的1%左右。男性乳房虽不如女性乳房的“麻烦”多，但一有“麻烦”却比女性凶险得多。

这是因为，在恶性肿瘤初期，患者一般不会有任何感觉，

“冲脱泡盖送” 烫伤应急“五字诀”

裹面粉、抹牙膏、涂酱油统统不靠谱

■记者王艳

夏天衣服单薄，一不小心就很容易被烫伤。烫伤后怎么办？

近期朋友圈“疯传”的一则“小技巧”：烫伤后将伤口处放进面粉里，十分钟后取出，不会出现灼伤的红印或水泡。除了面粉疗法，还有各种千奇百怪的偏方，涂抹牙膏、酱油、鸡蛋清、蜂蜜、芝麻油等等。

浙江省消防总队医院烧伤科主任郭明锋医师表示，这些

偏方统统不靠谱，有可能把创面的实际情况给遮盖掉，给伤口的清洗和消毒带来不便；也可能导致伤口感染，加重伤势，甚至对患者的生命造成威胁。曾有媒体报道孩子不慎被烫伤，面积并不大，但家长送医前按照土办法在孩子伤口上撒盐，最后要了孩子的命！

郭明锋介绍说，烧伤及烫伤属于热力损伤，被烫伤后毛细血管扩张，组织坏死，血浆等液体渗出，因而会形成红肿与水泡，这是一种自然反应。门诊中遇到的患者被开水、热汤、稀饭等热的液体烫伤的比较常见，其中学龄前儿童占很大比例。因此家长需提高警惕，避免让孩子接近热源。

万一不小心被烫伤，千万不要慌乱或使用土办法，而是正确按照“冲—脱—泡—盖—送”五步进行急救：

冲 第一时间脱离热源，进行散热处理，用流动清水冲洗，或将受伤部位浸泡于冷水中，快速降低皮肤表面温度，能清洁创面，并减轻损害和疼痛。降温时不能用冰块，否则骤热

骤冷会冻伤皮肤。

脱 烫伤部位有衣物的，应先用凉水浇在衣服上，小心除去衣服。如果烧烫伤严重，皮肤粘连衣服，千万不能强扯，必要时可用剪刀把衣服剪开、剥离。尽可能保护表皮完整，避免将创面上的水泡弄破。

泡 持续用流动的冷水冲洗20分钟以上，让伤口降温。也可以泡在冷水中，但如果受伤面积太大或年龄太小，则不宜浸泡过久，以免体温下降过度，诱发休克或延误治疗。

盖 用干净的纱布覆盖或包扎。

送 如果伤者的烫伤部位起了水泡，红得比较厉害，烫伤程度往往比较严重，做完降温处理后，应立即将其送到正规医院烧伤科治疗。

郭明锋提醒，烧烫伤后1~3天往往疼痛较轻，常常被忽视，等3~5天后，伤口发炎、创面加深、肿胀、疼痛的再来看病，不仅要忍受更多痛苦，还要花费更多的治疗费用，治疗效果也更相对较差。因此，烧烫伤治疗越早越好。



专家问诊



施仁潮 浙江省立同德医院中医风湿病科主任中医师，浙江中医药大学硕士生导师。兼任省中医药学会营养与食疗分会主任委员、中华中医药学会科普分会常务委员、中华中医药学会亚健康分会委员，系国家中医药管理局中医药文化科普巡讲团专家，曾荣获全国首届百名中医药科普专家、全国优秀中医健康信使称号。

从事中医内科临床工作40余年，擅长治疗骨性关节炎、痛风性关节炎、类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、肩关节周围炎、腰椎间盘突出症等骨关节疾病，慢性萎缩性胃炎、溃疡性结肠炎等胃肠病，对亚健康调理、肿瘤康复有专长。出版了40余种相关著作，取得10余项科技成果。

时令健康

狂犬病可防不可治 天热宠物也抓狂 乱抓乱咬须提防

■记者王艳

近日，记者从省疾控中心获悉，2016年1~7月，全省犬伤门诊狂犬病暴露就诊人数近40万人次；7月暴露就诊人数环比增加3%，较去年同期增加1.83%。省疾控中心专家表示，天气闷热犬类等动物易烦躁，每年7、8月期间都是动物致伤高发时期，另外这个季节人们穿着单薄，也增加了发生狂犬病的风险。

专家介绍，狂犬病是由狂犬病毒导致的，人曾共患传染病，主要影响人体中枢神经系统，其特征性临床表现为恐水、怕风、畏光、吞咽困难、狂躁等。部分患者以高热、头痛、呕吐、咬伤处疼痛开始，继而出现肢体软弱、腹胀、共济失调、肌肉瘫痪、大小便失禁等症。

被携带有狂犬病病毒的犬猫抓咬伤，可能造成狂犬病的传播。狂犬病目前没有有效的临床治疗方法，一旦发病几乎100%死亡，但规范开展暴露前免疫或暴露后预防处置可以有效预防狂犬病的发生。

专家建议高暴露风险者进行暴露前免疫，即未被动物致伤

或未接触狂犬病病毒前进行狂犬病疫苗的预防性接种。狂犬病高暴露风险者包括，从事狂犬病研究的实验室工作人员、接触狂犬病例的医务人员和密接人员、兽医和临时前往狂犬病高发地区的人员。暴露后预防处置是指发生狂犬病暴露后开展的一系列预防处置措施。

省疾控中心专家提醒：任何猫类、犬类都可能侵袭或伤害人，不要因为它的可爱而放松警惕，告知孩童不要与猫、犬等宠物过分密切接触，不要让宠物舔人的口腔、眼睛、肛门等黏膜，也不要让宠物舔人体的伤口（包括细微伤口）。外表正常的犬、猫等动物也可能带有狂犬病毒，关爱流浪动物时，要警惕感染狂犬病病毒的可能性。

文明养宠物，不要随意遗弃宠物，定期给犬、猫等宠物注射兽用狂犬疫苗。

万一被犬、猫等狂犬病宿主动物咬伤后，伤口可采取紧急处理办法：用肥皂水（或其他弱碱性清洗剂）和一定压力的流动清水交替清洗患处伤口至少15分钟，冲洗后请一定要及时前往就近的犬伤门诊进行预防处置。

健康资讯

我国超400万老人 患年龄相关性黄斑变性

■胡浩

年龄相关性黄斑变性是一种可能致盲的常见眼部疾病，目前我国有超过400万老人罹患此病。

为加强对该病的疾病教育，中国健康促进与教育协会近日在北京同仁医院启动年龄相关性黄斑变性患者规范化管理公益项目。

年龄相关性黄斑变性又称老年性黄斑变性，为眼黄斑区结构的衰老性改变。该病大多发生于45岁以上的人群，其患病率随年龄增长而增高。

中国健康促进与教育协会副秘书长陶茂萱介绍，近年来，我国老年黄斑变性患病率不断上升，已成为我国老年人群不可逆视力损伤的主要原因。流行病学数据显示，我国50岁以上人群该病患病率为15.5%，80岁以上为23.5%。为此，项目将在全国9个地区选择在当地学术地位高、公众信任度高的眼科医院作为项目示范基地，以开展患者健康教育大课堂、免费派发健康教育手册等方式，为患者及家属提供全方位的健康指导与帮助。

杭州康顺贸易有限公司不慎遗失由下城区市场监督管理局2015年07月08日核发营业执照正本、副本（执照号码330100000057290），声明作废。遗失2013年12月03日核发税务登记证正本（号码330103143294827）、组织机构代码证正、副本（号码14329482-7），声明作废。

杭州长城机电市场春琴五金机电经营部遗失税务登记证正本、税号：浙税联字33262219540821571001号，声明作废。
临安县盛塑料制品有限公司（税号：33012432819446X）遗失发票统一领购簿一本，声明作废。

杭州斐隼进出口有限公司不慎遗失机动车销售统一发票，税号91330109668036767K，发票代码133001620269，发票号码00514233，声明作废。

富阳市富春街道阿欢陶瓷建材经营部不慎遗失企业公章以及财务专用章各一枚，声明作废。

淳安千岛湖国家森林公园游船有限公司遗失淳安县市场监督管理局2013年6月20日核发的注册号：330127000009538营业执照正、副本；遗失组织机构代码证正、副本，代码：75174266-2；遗失公章、财务章、发票章、法人章各一枚，声明作废。

体彩 20 选 5				
浙江第 16227 期 总投注额: 174894 元				
中奖号码			中奖简序	
04 08 13 16 20			无拖奖序号 (代特等奖号码)	
奖项	中奖注数	每注奖金(元)	中奖条件	
一等奖	4	7688	●●●●●	
二等奖	461	50	●●●●●	
三等奖	6379	5	●●●●●	
兑奖有效期: 自 8 月 22 日起 60 个自然日。				
本开奖结果以公证开奖结果为准, 以后者为准。				
更多信息请见: 浙江体彩网 http://www.zjlottery.com				
2016 年 8 月 21 日				

杭州君泰机电有限公司遗失由杭州市工商行政管理局下城分局2013年05月06日核发的注册号: 3301050000121923的营业执照副本，声明作废。

杭州君泰机电有限公司遗失组织机构代码证副本，代码: 69459458-6，声明作废。

体彩 排列3 排列5		
浙江第 16227 期 总投注额: 1157610 元		
全国第 5 总投注额: 789476 元		
排3买入下票奖池: 146.7472 万元		
排5买入下票奖池: 24655.646 万元		
中獎号码(前三位为排列3) 39721		
獎項	中獎注數	每注獎金(元)
排列3 直選	216注	1040
排列3 組選3	0注	346
排列3 組選6	490注	173
排列5(全國)	17注	100900
兌獎有效期: 自 8 月 22 日起 60 个自然日。 本信息如与公证开奖结果不符, 以后者为准。 更多信息查詢: 浙江体彩網 http://www.zjlottery.com		
2016年8月21日		

杭州乾鼎酒店管理有限公司不慎遗失卫生许可证，法人朱全旺，卫生许可证号：浙卫公证字【2012】第330103000026，特此声明作废。

杭州君悦旅行社有限公司不慎遗失发票专用章一枚，声明作废。

体彩 6+1				
浙江第 16098 期 总投注额: 2119454 元				
中奖号码 1 3 9 6 3 3 + 5				
奖项	中奖号码	中奖注数(元)		
特等奖	139633+5	2注	500000	
一等奖	139633	2注	33767	
二等奖	139632 □ 039633	19注	7169	
三等奖	139631 □ 039630	265注	300	
四等奖	039630 □ 039631 □ 039632 □ 039633 □ 039634	265注	30	
五等奖	039630 □ 039631 □ 039632 □ 039633	4211注	5	
兑奖有效期: 自 8 月 22 日起 60 个自然日。				
本信息如与彩票开奖结果不符, 以 6+1 网站公布之金额和开奖下期。				
本信息如与公证开奖结果不符, 以后者为准。				
更多信息查询: 浙江体彩网 http://www.zjlottery.com				
2016年8月21日				

杭州凯宇塑料厂注销清算公告
杭州凯宇塑料厂注销清算公告: 本厂股东(出资人)已决定解散本厂, 请债权人自接到到本厂书面通知书之日起三十日内, 未接到到本厂书面通知书之日起四十五日内, 向厂清算组申报债权登记, 逾期不申报的视为其没有提出请求。

杭州华锦企业管理咨询有限公司
注销清算公告
杭州华锦企业管理咨询有限公司注销清算公告: 本公司股东(出资人)已决定解散本公司, 请债权人自接到到本公司书面通知书之日起三十日内, 未接到到本公司书面通知书之日起四十五日内, 向公司清算组申报债权登记, 逾期不申报的视为其没有提出请求。

杭州恒安固体废物回收有限公司
不慎遗失企业公章一枚, 声明作废。

临安杰顺通信工程有限公司注销清算公告: 本公司股东已决定解散本公司, 请债权人自接到到本公司书面通知书之日起三十日内, 未接到到本公司书面通知书之日起四十五日内, 向公司清算组申报债权登记, 逾期不申报的视为其没有提出请求。

杭州敬业百货有限公司注销清算公告: 本公司股东(出资人)已决定解散本公司, 请债权人自接到到本公司书面通知书之日起三十日内, 未接到到本公司书面通知书之日起四十五日内, 向公司清算组申报债权登记, 逾期不申报的视为其没有提出请求。

富阳市高桥镇兴旺沙场遗失由杭州市工商行政管理局富阳分局2013年03月25日核发的注册号为330183600142269的营业执照副本, 声明作废。

富阳市宏鑫建材有限公司不慎遗失发票专用章一枚, 声明作废。

富阳市富春街道阿欢陶瓷建材经营部遗失由杭州市工商行政管理局富阳分局2006年12月13日核发的注册号为3301833001370的营业执照副本, 声明作废。