



六种症状可能是癌症早期征兆

六种症状可能是癌症早期征兆

不少人在得知患癌时,已经到了晚期,其实生活中一些小征兆,就可以帮人们揪出那些不易察觉的癌。台湾最新一期《康健》杂志撰文指出,六种不易被察觉的癌症,可以通过小细节发现。

感冒老不好,小心鼻咽癌。

台湾马偕医院血液肿瘤科主任谢瑞坤指出,鼻咽癌初期症状不明显,很难早期发现。如果出现流鼻血和一些感冒症状,如流鼻涕、咳嗽等,却一直没好,或平时不常感冒的人,连续感冒,就要有所警觉,尽快去医院检查。谢瑞坤表示,因为淋巴肿大而导致鼻塞或影响视力时,大多已经发展到中、后期了。

腰老疼,有肿块,提示肾脏癌。

肾脏位于后腹腔,空间很大,与此相关的疾病早期不容易发现。基隆长庚医院癌症中心主任王正旭提醒,如果发现血尿、腰部疼痛,腹部有肿块,就要小心是肾脏癌,应尽快做进一步检查。此外,爱吃止痛药或常染头发的人,可能是肾脏癌的高危险群,建议定期接受尿液检查及超声波检查。王正旭还补充,常染头发除了与肾脏癌有关,也与膀胱癌有关,因为染料会透过泌尿系统代谢,如果长期堆积在肾、膀胱,就可能

春季注意防过敏

阳春三月,正是去户外游玩的好时节。不过,有很多人兴致颇高地春游回来后,却沮丧地发现自己出现了鼻痒、打喷嚏、眼红、皮肤痒等不适症状。出现这类症状的话,应该考虑一下自己是不是遭遇了过敏。

1.过敏性鼻炎与感冒症状相似。春季花粉满天飞,尘螨、粉尘等在潮湿的空气中含量较高,因此很容易诱发过敏性鼻炎。春季少去花草、树木多的地方,还应该少到垃圾及杂物的堆放处,因为那里灰尘比较多,也易引发过敏。

2.儿童频发过敏性紫癜。10岁以下的儿童最容易患上过敏性紫癜,最明显的症状就是腿部、膝关节皮肤上有疹子,会伴有肚子痛等。在春季,过敏体质的儿童要注意防寒保暖,预防感冒,忌食刺激性或海鲜类食物,平时要增强体质,提高机体抗病能力。

3.眼痒小心卡他性结膜炎。卡他性结膜炎具有季节性,容易反复发作,常常会在春季发作,进入夏季后,症状逐渐减轻或消失,到了来年春季又复发。青少年和儿童患

美国研究发现父母患老年痴呆可影响子女记忆力

美国波士顿大学的最新研究显示,阿尔茨海默氏症或其他痴呆症患者的子女成年后记忆力比父母未有此类病症的人差。

苏达·塞沙德里领导的研究小组将于2009年春在西雅图举行的美国神经病学学院年会上发表其研究结果。

为了证明成年人患痴呆症可能受父母的影响,研究小组对平均年龄为59岁的715人进行了有关视觉和语言记忆力的测试,并且让他们接受了核磁共振检查。

在这些被测试者中,有282人的父母中有一人或双方患有阿尔茨海默氏症或其他痴呆症,而其他人的父母则没有。

科学家们还检测出哪些人携带ApoEε4基因。这种基因被视为患痴呆症的危险因素。那些拥有这种基因和父母患有

(医药)

吃盐并非越少越好

吃盐并非越少越好

生活中许多人知道高盐饮食对健康不利,片面地认为吃盐越少越好,甚至不吃盐,其实这是个误区。天津市第三中心医院营养科主任齐玉梅说,食盐的主要成分是氯化钠,其中39%是钠,61%是氯化物。食盐在人体内可分解成钠离子和氯离子,分别发挥着生命活动极为重要的作用。钠离子能维持人体全身血液容量和细胞渗透压,维持神经与肌肉的正常兴奋和应激性,激活人体肌肉收缩等多种功能;氯离子则可帮助调节人体酸碱平衡,生产胃酸和激活淀粉酶。世界卫生组织提倡低盐饮食而非不吃盐,建议每日食盐量应控制在5克左右。

齐玉梅说,高盐饮食会大大提高高血压患病率,这也是我国北方地区高血压患病率高于南方地区的重要原因。但并非所有吃盐多的人都会发生高血压。研究表明,约有1/5的人对盐敏感,这些人食盐过多时会发生高血压。目前医学尚不能分

辨出对盐敏感的人群。所以医生主张限盐,鼓励低盐饮食。但低盐饮食也并不是说吃盐越少越好,更不是不吃盐。若过度限盐会产生一定的副作用。钠盐摄入不足,会使机体细胞内外渗透压失去平衡,促使水分进入细胞内,从而产生程度不等的脑水肿,轻者出现意识障碍,包括嗜睡、乏力、神志恍惚,严重者

可发生昏迷。若长期过度限制盐的摄入,会导致血清钠含量过低,从而引起神经、精神症状,出现食欲不振、四肢无力、晕眩等现象,严重时还会出现厌食、恶心、呕吐、心率加速、脉搏细弱、肌肉痉挛、视力模糊等症状,医学上称为“低钠综合征”。急剧限盐能使体液容量下降,血管紧张素系统及交感神经系统活性增加,可导致部分病人的血压反而升高。

齐玉梅认为,高血压患者及其高危人群、糖尿病、肾病和慢性胃病者应严格限制食盐摄入量。而对于

专家告诫家长：手足口病可防可控不可怕

本报讯(记者 宋蓉)“医生,我儿子有点发烧,屁股上有几处疱疹,喉咙处也有,听说是手足口病……吓死我了,能治好吗?”3月30日,记者在市中心医院小儿门诊室采访时,李女士抱着两岁的儿子焦急地问医生。

查看过患儿症状,市中心医院小儿科主任医师郭秋芬告诉记者,该患儿是典型的手足口病症状。当日,记者在走访的市内几家医院中,也有同样症状的小患者。记者从市卫生局了解到,目前,我市已出现手足口病例,未出现病重患者。专家告诉家长,手足口病可防可控并不可怕。

郭秋芬说,部分患者初期有轻度感冒症状,如咳嗽、流鼻涕等。由于口腔溃疡疼痛,患儿常常拒绝进食。口腔粘膜疹出现比较早,主要位于舌及两颊部,唇齿侧也常发生。手、足、臀等远端部位出现皮疹或疱疹,内有混浊液体,一般不疼、不痒,愈合后不留疤痕。手、足、口、臀部的皮疹或疱疹在同

一个病人不一定全部出现。大多数患儿在一周以内体温下降、皮疹消退,病情恢复。少数患者可引起心肌炎、神经源性肺水肿、无菌性脑膜脑炎等并发症,个别重症患儿病情进展迅速,易发生死亡。

手足口病多发生在5岁以下孩子身上,请家长放心,该病可防可控,不用过分担心。郭秋芬提醒家长,当发现孩子发烧、有皮疹等症状,应尽快到正规医院就诊。孩子患病后应暂停去幼儿园或学校,避免传染他人,发生交叉感染或是感染其他疾病。根据医生的建议,决定是否留院观察或住院治疗。

市疾病预防控制中心有关人员告诉记者,手足口病传播途径多,主要通过密切接触病人的粪便、疱疹液和呼吸道分泌物(如打喷嚏喷的飞沫等)及被污染的手、毛巾、手绢、牙杯、玩具、餐具、奶瓶、床上用品等而感染。手足口病目前没有疫苗,但只要早发现、早治疗,是完全可防可治的。

美国医学专家最新发布：五大健康问题可遗传

每个父母都希望自己的孩子聪明健康,但一些遗传疾病却常让家长十分担忧。据美国“父母”网站近日报道,美国亚特兰大医学博士詹尼弗·舒指出,五大常见健康问题与遗传密切相关,及时预防可以让孩子远离这些疾病。

视力问题。近视、色盲和弱视常具有遗传性。美国巴尔的摩儿童眼科专家斯图尔特·丹克奈医学博士说,父母都近视,孩子近视几率是25%—50%。色盲基因仅由母亲携带,且仅男孩会患病,几率是50%。如果孩子头疼,看书、看电视或放学回来眯眼睛、流泪,就应带孩子去医院检查。

湿疹。湿疹跟过敏一样,属于过敏反应的一种,遗传几率是50%。常有父母说:“我们都没有湿疹呀!”美国辛辛那提儿童医院医疗中心临床遗传基因主任霍华德·萨尔医学博士指出:“父母遗传给孩子的是过敏基因,不是具体的过敏疾病,所以湿疹也可能是遗传引起的。”在所有过敏性疾病中,婴儿期发病的只有湿疹。如果发现孩子的脸颊、肘关节和膝关节内侧皮肤痒,起红斑,就要及时就医了。此外,德国慕尼黑理工大学的一项研究发现,父母分居或者离异,孩子患湿疹的几率会增加3倍。

偏头痛。如果父母一方有偏头痛,孩

子患病几率是50%,如果父母都患病,遗传几率更高。偏头痛症状包括头前侧或者两侧刺痛、恶心、呕吐以及怕光、怕声音,偏头痛常会在8岁左右发作。

肠易激综合征。澳大利亚悉尼大学的一项研究认为,患肠易激综合征的人,其直系亲属也有此类症状。美国马利兰大学医学院儿科临床助理教授丹·列维指出,其典型症状是痉挛性腹痛或者便秘和腹泻交替出现。如果医生诊断是此类疾病,就要督促孩子改变生活方式,多吃一些含益生菌的食物。

情绪低沉。某些心理问题和情绪状况与家族遗传有关。如果家族中有抑郁症、躁狂症和强迫症等病史,就要注意孩子是否有烦躁、焦虑、注意力不集中以及厌食等情况,以便及早求助医生。

(姜汉忠)



影响健康的3种情绪

影响健康的3种情绪

脾气暴躁发火的时候,血压会升高。这正是人们吵架时经常出现的情况,其影响将是长期的,事情过了一个星期,一想到那次吵架,你的血压会再次升高。如果最近有什么不愉快的事情或者跟别人吵过一次,最好不要耿耿于怀,忘得越快越好。

开怀大笑科学家发现,笑能使紧张的肌肉松弛,压力激素的产生也会减少。不仅如此,笑还能降低血压,增加血液的携氧量。美国马里兰州医疗中心的心脏专家发现,压力增大会破坏血管的保护层,笑可以将这种不需要的压力拒之门外,从而降低心脏病的发病危险。笑的时候,人身上有四百块肌肉会产生运动,所以笑还能减肥。有研究人员估计,笑上一百次相当于在划船机上有氧训练十分钟,在运动自行车上有氧训练十五分钟。

(劳报)



吃饱就睡害处多

吃饱就睡害处多

晚餐与入睡的时间间隔,可直接影响人的健康。根据临床资料显示,泌尿系结石、胃及十二指肠球部溃疡出血、结肠癌、冠心病、高血压、神经衰弱等疾病的发生,与这一时间间隔有一定关系。

有些人习惯于“吃饱了就睡”,这无异于“睡以等病”。因为,晚饭后不久就睡眠,机体大部分组织器官开始进入代谢缓慢的“休整”状态,而胃肠道却被迫处在“紧张工作”中,造成机体部分状态不平衡。这样不但影响了睡眠,更易导致消化不良。“吃饱了



就睡”还会造成胃肠蠕动减慢,部分蛋白质不能被消化吸收,在肠道内停留时间延长,在厌氧菌的作用下,产生胺类、氨等有毒物质,增加肝肾的负担和对大脑的毒性刺激。

晚餐不久就睡眠,使本来晚上活动少的机体热量消耗更小,易造成肥胖;还可引起血胆固醇特别是低密度和极低密度脂蛋白胆固醇增高,这类胆固醇容易在动脉壁上沉积,引起动脉粥样硬化,易导致冠心病、高血压的发生。

(郭晚)

美国研究发现压力大也会让人拉肚子

为什么人们在压力大时更容易生病呢?据美国一网站近日报道,美国犹他州西南医学中心的研究人员最近发表论文称,它们在能引起腹泻的大肠杆菌上,发现了一种能感受压力的受体。

压力越大,受体就越发催生大肠杆菌生成,让你拉肚子。除此之外,压力让你生病也是这个受体在作怪。犹他州西南医学中心的副教授维萨博士说,这些受体通过肾上腺素和磷酸盐,从人身上感觉到压力,并帮助病原体促使人体生病。“如果我们知道病原体是如何感觉到受体发出

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)

的信号,就能找到干预并阻止信号传播的方法了。”

(李林)