豆 专 家

冬季适合男士的饮品 枸杞豆浆

中年男士的工作、生活压力大，也会受到一些男科疾病的困扰，比如肾虚、前列腺方面的问题，所以男士在平时的饮食中，要适当增加一些补益肝肾的食物。

枸杞豆浆

配料：湿黄豆 2 杯，枸杞 1/3 杯，花生 5 颗

做法：将黄豆、花生、枸杞洗净，放入营养王豆浆机中，加水到中水位线，按“好豆浆”键。

提示：可以在这个豆浆中加山药、核桃等，可以根据自己口味增减。以上所有原料，都可以互相混合搭配到豆浆中。

气温变换 小心四种假感冒

在季节转换时，有几种常见病和感冒初期症状相似，专家提醒，要注意区分，对症下药，否则会延误病情。

1.鼻炎：打喷嚏、鼻涕多、鼻子堵，早起一出门，走不了几步路，鼻涕就感觉总也擤不完。

辨别：除上述症状外，鼻炎还会有头疼、颈肩酸痛等症状。一般来说，感冒是自愈性疾病，几天后症状就会好转，而鼻炎如果不积极治疗症状会更严重。

2.咽炎：有不少人感冒前会喉咙疼，两三天后就开始感冒。但有时候，咽痛也可能是咽炎在作怪。咽炎对冷空气很敏感，容易和感冒混淆。

辨别：咽炎患者喉咙会出现异物感，总想清清嗓子，早起刷牙时会恶心。有咽炎者不应随便使用胖大海润喉，可以去医院进行雾化吸入治疗，或者倒杯热水经常用水蒸气熏嗓子。

3.肺炎：无论是成人还是儿童，肺炎都是比较麻烦的病，初期与感冒相似，发热，有轻微咳嗽。

辨别：肺炎病人会出现呼吸困难、剧烈咳嗽、口唇发绀等现象。儿童患肺炎多半会发烧，持续两三天，退热药只能暂时降温，一会儿温度又会升高。也有的儿童发烧症状并不明显，要格外引起重视。

4.病毒性心肌炎：初期与感冒相似，通常是累出来的。

辨别：除了感冒症状，病毒性心肌炎常有气喘不上来的感觉，需要时不时长吸一口气，才会感觉舒服些。胸闷、心慌时，可以摸一下自己的脉搏，若感觉比平时快很多就要留意，去医院作相关检查。 **（王玉琴）**

纠正行业不正之风 人人有责

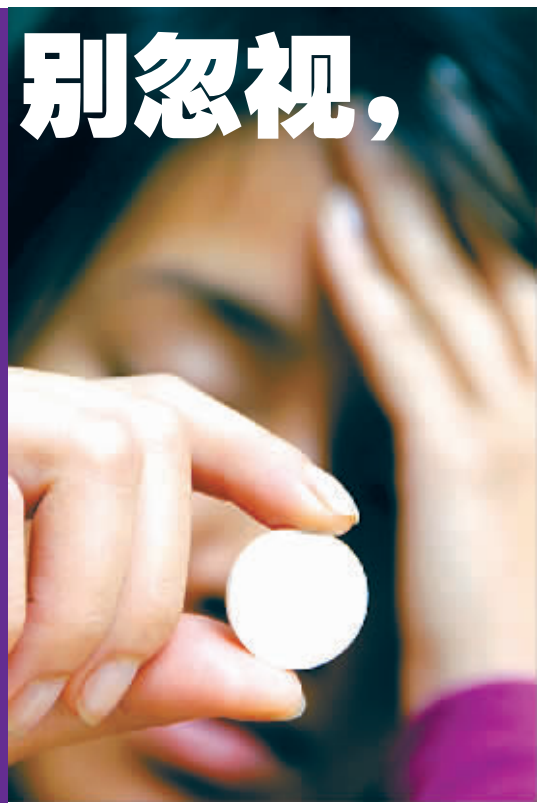
- 骗取新农合资金
- 医疗乱收费
- 无证行医
- 医疗服务粗暴
- 雇用医托
- 医院出租承包科室……

发现以上情况，请及时拨打我们的有奖新闻热线！本报将派记者实地采访、落实情况，并为举报者保密。

新闻热线
13592220126 13592220031
13033905685 13526297566

慢性头痛别忽视，提防脑膜瘤

成年后出现癫痫尤须注意



头痛是极常见的现象，很多人都知道头痛的滋味。因为常见，所以人们也不太在意，头痛时或咬咬牙挺过去，或自己买点止痛片吃。不过专家提醒，反复出现头痛症状千万别掉以轻心，因为慢性头痛有可能是脑膜瘤的“警信”。

脑膜瘤多为良性 同样危及性命

40 岁的薛女士头痛、头晕近一年，起初并不在意，自行吃止痛药，但不见好转，还渐渐出现四肢无力、走路不稳的现象，这才去医院求医。经核磁共振检查，发现其右脑有一个直径 6 厘米的肿瘤，诊断为“脑膜瘤”。

解放军 458 医院神经外科主任唐运林教授介绍，在颅内肿瘤中，脑膜瘤很常见，占颅内肿瘤的 19.2%，仅次于胶质细胞瘤。发病以成人多见，儿童较少，女性多于男性。脑膜瘤原发于蛛网膜内皮细胞，颅内蛛网膜颗粒与蛛网膜绒毛分布较多之处，都是脑膜瘤的多发部位。脑膜瘤在颅内分布很广，几乎各部位都可发生。此外，脑膜瘤有多发的特点，大的如拳头，小的如核桃或粟粒。

脑膜瘤的发生，并非单一因素，可能与一定的内环境改变和基因变异有关，也可能与颅脑外伤、放射性照射、病毒感染等因素有关。虽然脑膜瘤多为良性，但随着肿瘤的长大，同样会导致颅内压升高，压迫脑组织，形成脑疝，导致中枢神经损害，危及患者生命。

慢性头痛、突发癫痫 做做脑部检查

脑膜瘤是一种缓慢生长过程的肿瘤，其出现症状平均约为 2.5 年。唐运林教授指出，肿瘤部位不同，可出现不同症状，如头痛、癫痫发作、视力、视野、嗅觉或听觉障碍及肢体运动障碍等。如肿瘤长在颅顶，多会出现头痛、癫痫发作；长在前颅底，多会出现视力下降、嗅觉消失；长在颅后窝，则表现为听力下降、面部麻木、走路不稳等。“但患者往往以头痛和癫痫为首发症状”。

突发癫痫：在脑肿瘤疾病中，癫痫的发生率约为 30%。脑膜瘤引发癫痫的原因可能为肿瘤位于运动、精神情感区，肿瘤的压迫和刺激引发癫痫。以往并无癫痫病史者（尤其是成人）突发癫痫症状，应到医院做脑部检查，排查脑膜瘤。

慢性头痛：由于肿瘤生长缓慢，脑组织及脑血管具有一定的代偿能力，故虽有肿瘤存在，但早期症状并不典型，常表现为头痛。最初，病人常常只有轻微头痛，呈间歇性，多在肿瘤的邻近部位，容易被忽略为一般性头痛。随着肿瘤的长大，颅内压力增加，头痛变为经常性，程度逐渐加重，或伴有视力减退或一侧肢体无力。

因此，唐运林教授提醒：“对于持续出现的慢性头痛或成年人出现癫痫发作现象切勿轻视，应及早到医院神经外科就诊，及早排查，千万不能图暂时缓解而随意服用止痛药或口服抗癫痫药，以免耽误宝贵的治疗时机。”

头部 CT、MRI 可确诊 治疗以手术切除为主

脑膜瘤的临床特点是发病缓、病程长。不同部位脑膜瘤可有不同的临床表现，因成年人发病较多，故成年人有慢性头痛、癫痫、一侧或两侧视力减退、共济失调等，特别是伴有进行性加重的颅内压增高症状时，要考虑脑膜瘤的可能性。通过做头部 CT、核磁共振(MRI)或头部 PET/CT，可对脑膜瘤早期确诊。

脑膜瘤属实质外生长的肿瘤，大多属良性。对脑膜瘤的治疗，以手术切除为主。原则上应争取完全切除，并切除受肿瘤侵犯的脑膜与骨质，以期根治。越早发现，越早手术，效果越好，风险越小。

（胡菁）

保健美食话玉米

玉米的学名玉蜀黍，也叫包谷、六谷、棒子、珍珠米等，是杂粮的一种。果实可以供食用、酿酒、制淀粉及作饲料等。

玉米的果实营养丰富。据科学测定，每 100 克玉米面中含蛋白质 9.0 克、脂肪 4.3 克、碳水化合物 72 克，能产生热量 363 千卡；又含钙 22 毫克、磷 310 毫克、铁 3.4 毫克、维生素 B1 0.45 毫克、维生素 B2 0.11 毫克、尼克酸 1.7 毫克等。玉米粒底部有个小白点的胚，更含营养精华，除上述营养外还有丰富的维 E、锌等。

把鲜玉米棒子煮熟啃食玉米，或把子粒剥下煮鲜玉米粥吃，不仅味道可口，并且更有食疗保健功效（当然玉米面也同样有）：一是健脑提神，因玉米脂肪富含多种不饱和脂肪酸，有护脑降脂作用。二是防癌抗癌，玉米中的微量元素镁能抑制癌细胞发展，含有的谷胱甘肽能使某些致癌物质失去毒性，其纤维素能吸附致癌物，减少它们与肠壁接触。

三是降血压、血脂，因其不饱和脂肪酸能清除血管壁上的胆固醇。四是预防胆结石，因其能使胆盐和胆固醇保持正常比例。五是安神、延年益寿。

（新民）

博爱孕育讲堂

前沿技术之宫腹腔镜

我们先看一个小故事：

周文曾经是一个幸福的女人，有疼爱自己的丈夫和一对双胞胎儿女，虽然生活并不富裕，但日子却过得平静而甜美。谁知道天有不测风云，因为丈夫遭遇车祸，让她的幸福生活戛然而止。

失去丈夫后，周文凭借着柔弱的肩膀，独自将一双儿女抚养大，吃了很多苦。“我妈不容易啊！她常常一个人夜里躲在被子里偷偷地哭！”女儿婷婷回忆。周文为了让孩子们不受欺负，没有再嫁，白天她在街办工厂做工，晚上还要到夜市摆摊挣钱来贴补家用，这一做就是整整 15 年。

周文患的是子宫肌瘤，她患这病很久了，她已经忘了有多少年。周文几次悄悄到各大医院进行问诊，医生都建议她进行手术治疗，但她一想到手术台上的情景就感到害怕，一想到丈夫被疼痛折磨得失去了血色的脸，就让她不寒而栗。任何手术都是有危险的，她一直担心，“万一自己就这么去了，两个孩子怎么办？”

于是，一次次治疗的念头都被周文压制住了。虽然母亲悄悄隐瞒着，但她的儿女婷婷和小刚还是无意之间发现了母亲的病情。虽然孩子们多次劝说，治疗时间始终被周文一拖再拖。前不久，周文下腹疼痛实在难以忍受，才在女儿的陪同下，来到周口博爱妇科医院进行了检查。

经过系统检查，医生发现，周文的子宫肌瘤直径竟然达到 15 厘米，传统的保守疗法已经无法医治，经过医院的专家会诊后，决定采用国际先进的宫腹腔镜微创技术进行治疗。医生介绍，宫腹腔镜技术的成熟应用，不仅改变了以往传统开放手术疗法创伤大，也减轻了手术对患者产生的负面影响。

在手术中，医生顺利切除了周文体内一个重达 2.25 千克的肿瘤，终于卸下了困扰她多年的包袱。手术伤口仅仅贴了一个创可贴！“现在我的病完全好了，心里也亮敞了！很感谢周口博爱妇科医院，让我在今生能够看到我的儿女成家生子，一家人平安！”康复出院的周文终于露出了微笑。

前沿技术之宫腹腔镜介绍

随着科学技术的发展，宫腹腔镜技术治疗子宫肌瘤已被誉为是 21 世纪的手术。该手术集光电、超声、视频、医疗技术为一体，通过特制的宫腔电切镜，可以看到并切除子宫肌瘤，既保留了子宫，又不用开腹，创伤小、出血少、恢复快，并发症少，不影响卵巢功能。

宫腹腔镜临床应用的最大优势在于能进入子宫腔内，对所观察的图像具有放大效果，以直观准确和微创的特点成为检查不孕症、宫内节育器、治疗子宫出血和矫治子宫畸形以及手术分离宫腔黏连、切除宫内肌瘤和息肉等病变的主要方法。被誉为“治疗子宫内良性病变的理想手术方式”，“保存生活质量的手术”。

Baidu百度 周口博爱妇科医院 搜索
促康热线:0394-8366555
新农合定点医院