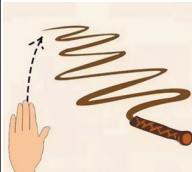




微信扫一扫  
游戏玩起来  
看图猜成语

①



②



③



④



⑤



⑥



答案见下期中缝,也可关注“老年生活报”微信,回复“230626”查询本期答案(可扫描本报一版上方二维码)

6月21日  
6版中缝答案  
《看图猜成语》:  
1、出口成章;  
2、对牛弹琴;  
3、金蝉脱壳;  
4、如虎添翼;  
5、三长两短;  
6、雨后春笋。

## “老烂腿”高发 患者该如何科学治疗

**李明**——北京华医堂周围血管医学研究院院长,系全国卫生产业企业管理协会适宜技术工作委员会常务理事、中国民族医药学会“瑶医学分会理事”。2010年至今从事下肢血管病治疗,创建了交离靶点疏通疗法,具有丰富的临床经验。其治疗团队每周一、二、三坐诊于青岛乐康中医院。

烂腿的出现。患者一旦治疗不当,很可能出现截肢的危险。

静脉曲张在发病的早期一般没有任何症状,这就使得很多患者放松了警惕,任由疾病发展,这种错误的思想将会给疾病的治疗带来极大难度,并且会引发严重后果。因此,患者一旦患病一定要高度警惕并积极、科学地进行治疗。

**问:**临床上治疗“老烂腿”一般有哪些方法?必须要手术治疗吗?

**李明:**临床上治疗老烂腿的方法有多种,如果患者担心手术风险,可以采用“疏通”的方法,即通过股动脉加压疏通,联合浅静脉回流瘀滞,以及高淤高粘流动缓慢的血液,且通过对高淤高粘血液的疏通,

改善血管内膜损伤,恢复血管内膜功能,增加血细胞带氧量,恢复血管弹性,来治疗老烂腿。

**问:**生活中应该如何避免“老烂腿”的出现?哪种检测方式可以诊断出这一疾病?

**李明:**要想预防老烂腿的出现,对于静脉曲张患者、糖尿病并发症患者以及下肢动脉硬化闭塞症患者

来说,应该定期进行腿部B超检测。对于50岁以上的中老年人,即使平日没有不适症状,也应定期进行检测,只有这样才能做到早发现、早治疗,以便更好地预防老烂腿的出现。**沈健**



### 健康宝典

#### 夏季常见消化系统疾病,您中招了吗

炎炎夏日让许多人的不良生活习惯暴露无遗,随之而来的是胃肠功能紊乱、急性肠炎、食物中毒等消化系统疾病的伺机“突袭”。

**在自身没有基础疾病的情况下容易引发**

**急性胃肠炎** 一般会导致呕吐、腹泻等不适症状。如果饮酒太多,呕吐剧烈的话,还可能引起贲门撕裂所致的呕血。

**胃肠道感染、感染性腹泻** 如果吃了存放过久的食物(比如凉拌或者未煮熟的食物、冰箱里冷藏过久的食物等),可能引起胃肠道感染,感染性腹泻。

**急性胃扩张、胃潴留** 如果过于大量的进食,除了消化不良、恶心、呕吐之外,还可能引起急性胃扩张、胃潴留(指胃内容物积贮而未及时排空)。

#### 皮肤敏感者如何顺利度夏

夏季多雨空气中湿度较大,也会刺激皮肤,进而引起湿疹或促使湿疹复发。皮肤敏感者如何顺利度过这个恼人的夏天?

药物治疗应规律、足量,不可因治疗效果不理想或者未达到满意效果自行停药。当病情得到一定程度的缓解后,也不可随意停止激素治疗,需要在医生指导下,根据具体情况,逐渐缓慢地减少激素剂量。用

**如果本身就存在基础疾病,可能导致疾病的复发和加重**

胆道结石的患者,可能诱发胆囊炎、胆管炎。

痛风的患者,如果大量的饮酒、吃海鲜、内脏为主的烧烤等等,容易因为嘌呤的摄入增加诱发痛风的再发或者加重,造成关节疼痛。

本身有胃食管反流、胃十二指肠溃疡、溃疡性结肠炎等消化系统的患者,可能因为高油腻、辛辣的食物刺激引起症状的加重,甚至诱发出血、穿孔等严重并发症。

慢性肝病、肝硬化的患者,如果摄入辛辣、坚硬或者蛋白含量过高的食物,可能引起食管曲张静脉出血、肝性脑病、昏迷等。

糖尿病患者,不当饮食会造成血糖的波动、甚至酮症酸中毒等急症。

**朱铄**

药过程中若出现不适,应及时就医。

在湿疹治疗过程中,应保持室内的环境洁净卫生;做好皮肤护理,时刻保持皮肤洁净,出汗后尽快擦掉汗液,使用温水沐浴,洗澡后外用润肤乳;避免反复接触容易过敏的物质;清淡饮食,减少摄入海鲜、牛羊肉或酒精类饮料;保持愉快的情绪,规律作息习惯,避免熬夜,从而提高身体抵抗力。

**毕新岭**

## 中老年人为什么要补充维生素C

随着年龄的增长,中老年朋友人体内的维生素C水平呈较低状态,当缺乏维生素C时容易发生呼吸道感染,所以,老年人应多吃富含维生素C的食物,如鲜枣、红果、橙子、柠檬、柑桔、猕猴桃、酸枣等。蔬菜中的油菜、小白菜、雪里蕻、柿椒、辣椒、苦瓜等维生素C含量也较高,而对于一些吸收较差的

老人也可以直接口服高含量的沙棘VC片。

为了让读者朋友及家人身体健康,老年生活报康康商城限时团购一批沙棘维生素C片6瓶只需99元,由于此次优惠产品数量有限,还望广大朋友抓紧时间报名申购,感谢您的合作和理解!不能到店的读者可免费邮寄货到付款!



**0532-80632815 400-6179-028**

**老年生活报康康商城康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁)**

乘车路线: 125.206.218.220.25.32到延安三路南九水路下车即到; 225.232.314.125.206.218.220.25.32.104海信立交桥南站下车沿延安三路直行300米丽达购物广场旁; 地铁2号线芝泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。