

快速问专家



近报顾问委员会专家
刘小民

医学博士、副主任医师，山东省千佛山医院神经内一科副主任。美国南加州大学凯克医学院高级访问学者，山东省医学会神经病学分会神经遗传病学组组长，山东省脑血管病防治协会慢性脑缺血专业委员会委员，山东省疼痛研究会神经内科专业委员会委员。

主治急慢性脑血管病，擅长周围神经疾病、运动神经元病、肌无力、神经系统遗传变性病方面的诊治，对头痛头晕、焦虑抑郁、痴呆、帕金森病等神经系统常见病多发病具有较丰富的临床诊治经验。

专家门诊：周一全天。预约电话：0531-89269012。

手脚麻木不能大意

高先生：医生您好，我今年50多岁，之前患有腰椎间盘突出，近半年来，右侧手臂部和右腿总是酸麻，特别是睡醒和饮酒之后，手部麻的比较厉害，请问是神经的问题么？和颈椎或脑部是否有关系？需要做何种检查或治疗？

专家：如果50多岁出现手脚麻木，要考虑是否是属于颈椎病、腰椎病或脑血管疾病，不能大意，建议到医院进行专业的诊治。

颈椎腰椎骨质增生，椎间盘突出压迫神经根，在早期可以出现肢体麻木，随病情加重可出现肢体无力，手部肌肉萎缩，下肢僵硬感，行走不稳，坐骨神经痛等症，可以进行颈椎腰椎CT，也可以进行核磁共振，检查是否存在压迫脊髓、神经根等情况。如果压迫不严重可进行药物保守治疗，服用维生素B1、维生素B12等营养周围神经药物，病情严重则需要进行外科手术。

近年来脑血管病发病率越来越高，且呈现逐渐年轻化趋势，50多岁患脑血栓、脑出血患者逐渐增加，这是由于脑动脉硬化等原因造成的，而有些脑动脉硬化堵塞的表现就是肢体麻木。脑血管病导致的麻木有其特点，大多突然发生，持续数分钟，数小时消失，有时持续数天，并且多为偏身性，一侧面部、舌头、一侧上肢下肢麻木感，伴有说话不清楚，一侧肢体乏力或无力，走路不稳、眩晕等。这其中有一种情况需特别注意，叫短暂性脑缺血



患者正在进行核磁共振检查。图/东方IC

发作，每次发作时肢体麻木无力持续时间多在3小时以内，可反复发作，如不给予积极干预则可能发展成大的脑血栓。

此类问题的检查主要是颅脑CT和核磁共振，颅脑CT或MR平扫。主要看是否存在脑梗死，急性或慢性，若要看脑梗死的严重程度，就要做颅脑CTA或颅脑+颈部的MRA，为下一步的治疗提供依据。如果脑动脉硬化很明显，则要服用预防血栓、抗动脉硬化的药物，同时积极控制脑血管病的危险因素，如控制血压、血糖、尿酸等。饮食也

需要引起足够重视，少吃盐、少吃油、少吃糖，戒烟戒酒，多吃蔬菜水果和粗粮，避免过度劳累。

此外，其他疾病也会引起肢体麻木，如糖尿病周围神经病、周围神经炎、自身免疫性周围神经病或药物中毒等，此种情况需要做肌电图了解周围神经损害的严重程度和部位，给予营养神经甚至激素治疗。

如若通过一系列查体化验检查都没发现问题，则属于躯体化障碍，这种情况多见于焦虑抑郁患者，需服用调节神经药物进行缓解。记者 刘一梦 整理

● 儿科门诊

治疗儿童发烧 退热贴不是标配

退热贴越来越成为有娃家庭的标配，小儿发烧，先往额头贴一贴，省得体温太高“烧坏脑袋”。但实际上，退热贴只能起辅助作用，一般发烧也不会“烧坏脑袋”。

北京世纪坛医院新生儿科主任王天成介绍，市面上常见的退热贴有很多种，温度低于人体温度，贴到孩子额头上后，通过接触传导起到降温作用。有些退热贴还添加了薄荷、冰片等中成药成分，使皮肤感觉更加清凉。不过退热贴不是药物，算是一种辅助医疗手段。王天成说，本质上它就是一种物理降温方式，和温水沐浴、酒精擦身、敷冰袋等做法类似。

但发热是身体在细菌、病毒刺激下的防御反应，是对免疫系统的刺激和启动。物理降温并不能从根本上治疗发热，只能局部暂时降低身体温度，使用不当还有可能给孩子带来新的危害。高烧的小孩身体本来就很热，忽然接触过凉的退热贴可能会引起寒颤，这时肌肉收缩产生的热量不一定比冷敷带走的热量少，而且孩子会不舒服。此外，有的小孩对退热贴过敏，皮肤发红发痒，家长需要密切注意。

王天成建议，孩子体温到了38摄氏度就应及时使用退烧药。孩子发烧温度上升得快，并且越是体质较好的小孩，发热反应会越强烈，温度也更高，因此稍早使用美宁、布洛芬等退烧药可以更快把体温控制住，避免高热惊厥的发生。

据《科技日报》

● 家庭药箱

这6种药 别在睡前吃

止咳药。有慢性呼吸道疾病，特别是痰多的咳嗽患者，睡前服用止咳药易导致痰液在支气管腔中滞留，会阻塞呼吸道，出现憋闷、呼吸困难等不适。

利尿药。氢氯噻嗪、环戊噻嗪等利尿药，服后1小时就会发挥作用，反复小便影响休息。宜在清晨空腹口服。

钙剂。睡前服用钙剂，会诱发胃肠疾病、尿路结石。由于除部分钙剂被小肠吸收外，另一部分要通过泌尿道排出体外，人熟睡后尿液中的钙会滞留在尿路中，久之形成尿路结石。

糖皮质激素。人体肾上腺皮质激素分泌高峰在上午7时左右，此时用药疗效最佳，其他时间服用不良反应大。

中枢兴奋剂。如治疗小儿多动症的药物哌甲酯等，睡前服用会引起失眠。每日最后一次服药至少应在睡前4小时。麻黄素片、麻黄素滴鼻液及含麻黄素的复方制剂等，也不适宜睡前服用。

促进胃动力药。夜晚不进食，胃不需要动力。

据 39 健康网

科学备孕，来听听讲座

夫妻二人体检报告都正常，为啥一直怀不上宝宝？济南市中心医院生殖医学科主任张迎春表示，大多数患有不孕不育的夫妇其实可以通过调整心态，找到明白医生获得及时的帮助，得到心爱的宝宝。本周六，张医生现场进行科学备孕讲座，并免费为30名市民提供咨询、义诊服务。

讲座时间：4月28日(周六)上午9:30至12点

讲座地点：大明湖党群服务中心。该中心位于按察司街66号大明湖小学西邻100米路南，大家可以乘坐K59、101、K50、K151、31路公交车在青龙

桥站点下车后步行200米即可到达该中心。如果您找不到具体位置，可拨打该活动中心咨询电话(0531)88519171咨询。

专家介绍：张迎春，山东大学附属济南市中心医院生殖医学科主任，主任医师。北京大学医学部妇科内分泌专业医学博士，山东大学人文医学研究中心人文医学博士后，山东大学、泰山医学院硕士研究生导师。从事妇产科临床工作25年，专攻妇科内分泌疾病诊断与治疗15年。

专家门诊：周一、周二、周四全天
咨询电话：(0531)85695182

缺牙的危害你知道吗

牙齿的好坏直接影响着身体的健康，为了让广大市民了解到缺牙对人体健康的损伤，以及如何对待修复牙齿等问题，济南市口腔医院口腔专家王强将在本周五的科普讲座现场给市民朋友进行科普知识宣讲，同时免费为50名市民提供现场义诊服务。

讲座时间：4月27日(本周五)上午9:30-11:30

讲座地点：济南燕山办事处社区卫生服务中心，山大路204号。大家可以乘坐49、K80、K94、K96、102、119在燕子山小区下车，往北步行100米即可到达该服务中心。如果您找不到

具体位置，可以拨打该服务中心电话(0531)88520281咨询。

专家介绍：王强，口腔医学博士，副主任医师，济南市口腔医院修复科副主任。山东省口腔医学会老年口腔分会常委、口腔生物分会委员。

擅长用种植义齿、全瓷美容冠桥、固定义齿、活动义齿、套筒冠义齿、精密附着体义齿等进行各类复杂病例的修复及美学修复。

门诊时间：周一、周四、周日在济南市口腔医院(大观园)；周三在济南市口腔医院高新院区。

咨询电话：(0531)86261634

疾病预防>>

“怕强凌弱”的手足口病进入高发期

□记者 刘一梦 通讯员 陈彦

春季万物生长，令宝宝难受、家长头疼的手足口病逐渐活跃了起来。济南市疾控中心的工作人员介绍，每年3、4月份，手足口病发病开始增多，5-7月是发病的高峰。根据手足口病历年来的发病规律与特点，今年将会是手足口病高发年。

“手足口病‘怕强凌弱’，最爱挑小朋友下手，值得注意的是，同一宝宝可因感染不同型肠道病毒而出现多次发病。”济南市疾控中心的工作人员介绍，手足口病是由多种肠道病毒引起的常见传染病，以婴幼儿和小学

生为主。

啥是手足口病？据介绍，大多数患者发病时，往往先出现发烧症状，手掌心、脚掌心、臀部出现斑丘疹和疱疹，口腔黏膜出现疱疹或溃疡。部分患者可伴有咳嗽、流涕、食欲不振、恶心、呕吐和头疼等症状。

手足口病传播途径较多，主要通过密切接触病人的粪便、疱疹液和呼吸道分泌物及被污染的手、毛巾、手绢、水杯、玩具、餐具、奶瓶、床上用品等而感染。少数患者病情较重，可并发脑炎、脑膜炎、心肌炎、肺炎等，如不及时治疗可危及生命。

预防手足口病的关键是注

意家庭及周围环境卫生，“勤洗手、喝开水、吃熟食、勤通风、晒衣被”的15字口诀是预防的关键。而在流行期间，可每天晨起检查孩子皮肤，查看手心、脚心及口腔有没有异常，并注意孩子体温的变化。

值得注意的是，手足口病的传染性不容忽视，成人也会感染手足口病，并把病毒传染给孩子。因此成人也需要做好防护，外出回家后要用肥皂或洗手液洗手，避免传染给孩子。

此外，6月龄至5岁儿童可以通过接种肠道病毒71型灭活疫苗的方式，减少病毒引起的手足口病重症病例的发生。

足不出户 在这里找专家

读者朋友们，本报诚邀您加入近报读者健康服务微信群，也是本报活动发布群。

在这里，您可以了解到各类讲座信息、义诊活动，不错过任何一场适合自己的专家讲座。还可以咨询各类健康问题，我们将为您邀请省内知名专家进行权威解读，让您足不出户“挂专家号”。



近报读者活动群
扫二维码加入