

安全用药

长期服用胃药可能会损伤大脑

有胃病的人都知道,胃病复发率相当高,因此在民间常有“老胃病”的提法。胃病老复发,自然要经常服用胃药。可却很少有人知道,长期服用铋剂类的胃药,会损伤大脑,导致记忆力变差。

我们俗话说的“胃病”,一般是指由于各种原因导致的胃黏膜慢性炎症和消化性溃疡,其中慢性胃炎通常占有胃病的80%以上。

要治好胃病,关键问题是胃黏膜的修复与再生。只有使受损的黏膜恢复到正常的健康状态,才能从根本上治好胃病。丽珠得乐、胃得乐、胃必治等铋剂类药物能在胃部形成保护膜,还能杀灭幽门螺旋杆菌,是非常有用的胃药。然而,慢性胃病经常反复发作,需要长期用药。医生在给患者开铋剂类药物时,医嘱疗程一般最长是两个月。有些老胃病患者,可能一开始还在医生的指导下用药,但时间一长,自以为久病成医,他们就自行到药店买药,一连服用几个月甚至一年。殊不知,这样做会有危害。

铋剂类药物既不中和胃酸,也不抑制胃酸分泌,而是在胃液pH条件下,在溃疡表面或溃疡基底肉芽组织形成一种坚



固的氧化铋胶体沉淀,成为保护性薄膜,从而隔绝胃酸、酶及食物对溃疡黏膜的侵蚀作用,促进溃疡组织的修复和愈合。铋离子能促进黏液的分泌,对溃疡愈合也有一定的作用,还有杀灭幽门螺旋杆菌的作用。

正常情况下,铋剂类药物形成的不溶性胶沉淀很难被消化道吸收,微量的铋吸收后主要分布在肝、肾及其他组织中,以肾脏分布居多,主要通过肾脏排泄。但是,

长期服用这类药物,可能造成重金属成分——铋在体内的累积,引起铋中毒。铋属重金属物质,如果铋大量沉积于脑部和肾脏,会引起尿毒症、记忆力变差等症状。更重要的是重金属铋对脑部和肾脏的损害是悄无声息的。铋中毒所引起的脑病,其前驱症状有头痛、失眠、精神异常;稍后可突然发生明显的脑病症状,如精神错乱、肌肉强直运动失调、构音障碍、幻觉、惊厥等。

因此,长期服用铋剂类药物的患者,如出现排尿异常、记忆力和判断力减退,应尽早到医院检查。

建议胃病患者:

- 1.即便是非处方药,服用前也最好去医院咨询医生。
- 2.目前治疗胃病,多是三联或者三联疗法,所以,如果吃药效果不好,可能需要换药或者多药联合,而不要固执地长期服用。
- 3.吃药前,应仔细阅读说明书,如含有铋剂这样的重金属成分,应谨慎服用,不要服药过量、过久。

张燕



本版图片均为资料图片

建设卫生城市
普及健康知识

美容

吃番茄可防晒抗皱

番茄不仅营养丰富,更是皮肤的天然保护伞。据最新研究表明,吃熟番茄或番茄酱可以防晒和抵抗皱纹。

曼彻斯特大学的研究人员将受测人群分成两组,一组常吃番茄酱,一组则根本不食用。结果多吃番茄酱的人群的皮肤抗晒能力比另一组提高了33%。不仅是防晒,多吃番茄的功效还体现在抵御肌肤老化的问题上。皮肤暴露于太阳下会受到紫外线的伤害,产生的自由基会改变皮肤的分子结构,导致肌肤过早老化甚至是皮肤癌。而番茄中含有大量抗氧化剂番茄红素,可以有效对抗自由基。

曾经有研究证明,熟的番茄比生番茄的番茄红素含量更高。用来做配料的番茄酱中番茄红素含量也很丰富。曼彻斯特大学的罗德教授表示:“多吃番茄,可以提高皮肤的胶原水平,这有助于我们让时空逆转,回复年轻。”所以,番茄有理由成为爱美女士餐桌上的必备品。

李子

提示

老年女性六十五岁前
别摘掉文胸

许多老年女性认为,戴文胸是年轻时候的事,随着皮肤日渐松弛,文胸似乎就没有必要了。但专家提醒,文胸不应过早摘掉。

中日友好医院整形外科主任医师马海欢表示,乳房柔软,没有任何骨骼架构,不戴文胸,会在胸前来回晃动牵拉,再加上乳房的韧带受到重力的影响,会变得下垂和走形。乳房提前萎缩下垂,还会影响胸部血液循环。而“文胸可以对乳房起到托起和支撑的作用,使乳房的血液循环通畅,形体健美,延缓身体衰老”。

过早摘下胸罩还会对骨骼造成负担。一般情况下,女性在六十五岁以前,胸部肌肉还没有完全松弛,乳房韧带功能也还没有完全减退,还需要戴文胸。如果过早摘掉文胸,乳房受到重力的影响后,身体也会跟随前倾,长久如此,脊柱会变成畸形或弯曲,容易产生驼背。

日本东京中野医院整形外科佐藤医生也表示,老年女性,如果不戴文胸,胸部松弛的肌肉会导致身体前倾,从而压迫肺部,造成气喘不匀。乳房过于下垂,还会引起胸廓下降,造成胃下垂,压迫肠道,影响老人的胃口。

“六十五岁以后,乳房韧带开始减弱,戴不戴文胸都可以。”马海欢说,如果一定要戴,也要挑选一些质地柔软(如薄棉布)、薄厚适宜、透气性较好、背带不要太细太窄、尺寸稍宽松一点的文胸,最好是不带钢圈底托的。此外,夜间应把文胸取下,使乳房和胸、背部肌肉放松,保证血液循环通畅。

孙榕

育儿

婴儿患病之前
常有四大征兆

婴儿虽然不会说话,但在患病前,常有一些征兆。父母应该具备一些常识,加以注意,以免耽误了宝宝的病。

情绪改变

健康宝宝精神饱满,两眼有神,不哭不闹。若出现烦躁不安、面色发红、口唇干燥的情况,大多是要发烧了;若目光呆滞、两手握拳,是惊厥的先兆;若两腿屈曲阵发性哭闹、翻滚,是腹痛的表现;若嗜睡、呕吐、脖子发硬,则有可能发生大脑的病变。

饮食改变

宝宝突然食欲不振、精神不佳,可能是发烧;不断打嗝、放屁,且气味酸臭,表明宝宝消化不良;宝宝拒食或食后即哭、口水多,可能是有了口腔疾病。

睡眠改变

如睡前烦躁不安,醒后脸发红,呼吸急促,常是发烧的反应;睡后大汗淋漓,有可能患了佝偻病;入睡前用手抓肛门,可能是蛲虫病;睡后不断做咀嚼动作或磨牙,则要提防蛔虫病。

呼吸改变

呼吸变粗变快,脸色发红,可能是发烧;张口呼吸说明鼻子不通气;呼吸急促,鼻翼扇动,口唇发红,应该检查是否得了肺炎。刘婧婷

生活妙招

茶叶渣
天然牙刷

喝茶剩下的茶叶渣,很多人“一倒了之”。殊不知,这可是浪费了一种“天然牙刷”。只要将泡饮过的一小撮茶叶渣放入口中细嚼一分钟吐掉,再用清水漱净口腔,即可起到清洁效果。持之以恒,可达到防治牙周炎等口腔疾病的效果。

但需要注意的是,嚼茶叶的时间以1~2分钟为宜。因为茶叶渣中还含有丰富的鞣酸,很容易和食物结合成鞣酸蛋白,形成沉淀,影响消化道黏膜对蛋白质、铁

质和维生素等营养成分的吸收。此外过多的鞣酸还可引起便秘,所以“只嚼不咽”才是最好的办法。

喝茶要看体质,嚼茶叶渣也一样,绿茶的茶渣有较好的清热、解毒作用,适合热性体质者使用。这类人常常伴有便秘、口臭、舌质红、舌苔黄等胃热表现。而红茶的茶渣药性相对偏温一些,适合畏寒、怕冷、手足发凉、舌苔白的虚寒体质者使用。

庄乾竹

“孩子不要怕”“你们幸存活下来,就要好好活下去”
新华百货购物中心爱心行动在继续

“5·12”,一个让所有中国人无法忘怀的日子,突如其来的四川汶川大地震让多少家庭遭遇劫难,又有多少孩子的小小躯体和心灵受到巨大的伤害。看着他们那天真的眼睛里充满泪水,相信每个人的心都在颤抖,好想握住他们那渴望抓住明天的小手,告诉他们:“一切都会过去,我们会与你们一起拥有美好明天。”

5月17日,银川新华百货购物中心员工们捐献的第一批爱心

款87000多元已送往宁夏红十字会……在六一儿童节即将到来之际,我们的心更牵挂那些失去家园、失去父母的孩子们,从5月17日~6月2日新百购物中心将童装、童鞋、玩具销售额的20%捐给受灾的儿童……伸出你的手,伸出我的

手,莫以善小而不为,一角钱、一元钱,饱含母亲的情怀,你的一点点支持,一点点关爱,汇聚起来就是一种力量,就是生存的信心……“孩子不要怕”。“你们幸存活下来,就要好好活下去”

来自社会的涓涓爱心将会使你度过过一个不平常的儿童节。

献上一份爱,让灾区的孩子也能过六一儿童节。总有一种事情的发生让我们泪流满面,让我们手牵手,心连心,为灾区的孩子撑起一片蔚蓝的晴空。



飞毛腿集团有限公司

招聘工种:制造部作业员
需求人数:700人
基本要求:中学以上学历(电子/计算机、机电专业优先),女性优先,身体健康,无色盲,色弱,视力良好
工资待遇:试用期:1000~1100元/月

(含加班)。试用期一个月,转正后:薪资均在1300元/月以上(含加班)
数量工工资可1500元/月以上
工龄工资(工作服务最低年限半年起就可以享受,服务年限越长工龄工资也相应地提高)

伙食补贴:工作每日(包括加班日)补贴4元/天;夜班津贴:晚班员工在伙食补贴4元基础上另加2元/天
特殊岗位津贴 免费提供住宿(宿舍配备空调、独立阳台、壁橱、学习桌、两个卫生间)

福利性食堂,提供价格不同的各式菜点(一般消费为早餐1元,中晚餐2~3元,可根据个人实际需求调减消费额)
生日贺卡,各种节日福利等
员工活动中心(篮球 乒乓球 羽毛球 阅览室 电视室)

社保,医保(达到公司要求的),员工商业意外保险
联系人:孙传育 张峰
联系电话:6081152 6081353
联系地址:银川市外来劳动力市场

招聘简章