

鼻出血的原因及防治

曹雪玲

鼻出血(医学上称鼻衄)是临床常见的症状之一,它不是独立的疾病。引起鼻衄的局部原因有鼻粘膜干燥、鼻部外伤、鼻中隔偏曲、鼻息肉等,全身原因有高血压、血液病、癌症等。西北地区以干燥型鼻出血为主,其好发部位在鼻中隔前下区。据临床观察,轻度鼻衄自行压迫数分钟即止,少量出血(少于200ml)对肌体无明显损害,因为每200ml血液中所含蛋白量尚不及两个鸡蛋所含的蛋白。但是如果经常性出血,则需及时检查病因,通过药物、冷冻或手术等方法进行治疗。如果鼻出血量超过500ml或机体出现不良反应,如面色苍白、血压下降、脉搏细数等症时,应立即救治,否则有危及生命的危险。

俗话说:“一分预防胜似十二分治疗。”目前有以下儿种预防方法:(1)保持室内相对湿度在50~70%,必要时可用水蒸气调节湿

度;(2)多饮开水,避免口腔及鼻粘膜干燥;(3)经常用复方薄荷油点鼻,或以四环素、土霉素等软膏涂于局部粘膜;(4)积极治疗全身性疾病,如高血压、血液病等。通过预防,可减少或杜绝鼻出血的发生,防患于未然,保护肌体的正常生理功能。



做个贤明的长辈

蒙宪元

小李前些天为一件家庭琐事和丈夫争吵了起来,两个人越吵越厉害,最后小李一气之下,把三岁的孩子推给丈夫之后,赌气住回了娘家。小李回到娘家后,本想寻求母亲的支持,好好“治一治”丈夫。但她的母亲问明了原委之后,指出了女儿的不对之处,教育女儿不要做这种影响夫妻感情的事。小李在母亲的劝说下很快返回了自己的家庭,夫妻两人各自向对方承认了错误,小两口又和好如初。

发生在小李夫妻间的这件事情,不能不令人称道。可是,生活中,也常常可以看到另外一种现象:当一些青年夫妻有时发生争吵或矛盾后,长辈不是从如何调解好小夫妻间的纠纷,让他们重归于好,而是支持自己儿女的错误作法,使矛盾扩大,造成夫妻感情破裂……

俗话说:“天上下雨地下流,小两口吵架不记仇。”青年夫妻之间比较容易发生一些争吵,在这时,做丈夫的应当大度和忍让,做妻子的也不要把动辄就跑回娘家作为自

象,表示疾病已相当严重。

▲发热而神志不清 发热病人神情淡漠,说话不清,或胡言乱语、烦躁不安等。说明病情已影响到大脑功能,再发展下去会出现昏迷。

▲发热而尿量剧减 发热后水分损失,尿量可能会减少一些。如尿量明显减少,且有恶心呕吐,提示肾脏已严重损害。

(李圣融)

值得注意的发热

▲发热持续不退 说明致病菌或病毒的毒性很强,体内正在动员一切力量与病原体斗争,暂时正不压邪。如持续不退,体内抵抗力逐渐下降,病情可加重。

▲高热突然下降 如果病人在高热后未用药体温突然下降到正常以下,浑身发凉,疲乏不堪,说明人体已斗不过致病因子,已发展到严重阶段。

▲发热而卧床不起 如果发热不久病人就自觉

十分疲劳,精神极差,滴水不进,卧床不起。说明病人抵抗力已明显下降,病情十分严重。

▲发热而身上长疮 发热病人身上到处长疮,可能是严重的细菌感染。这一情况预示:可能细菌也在血液里随血循环而播散,甚至可在肝脏、肺部、心脏引起化脓性炎症。

▲发热而呼吸困 发热病人呼吸可能会急促,但一般情况下不会出现呼吸困。若出现呼吸困,口唇青紫等缺氧现

又过了一日,郭振平以分钱为名,将小A骗至自家屋里,魏、张立即围上来。“我们将送你出去旅游,你向家里写封信。”小A心头一振,长期和魏等打交道使她知道,也许这次写了信自己就可能活不成了。为了争取点主动,她故作镇静地说:“最好还是亲自给我妈说一声。”“哪来的废话,不写就划了你。”看着魏振海那凶煞的样子,小A的担心显然成为现实,她只恨自己不该误上这条船。这时她忽然想起了童年,想到了年迈的父母。她曾为别人活得累,自己活得轻松而自豪过,但现在她终于明白自己追求的“轻松”是怎么回事了,她后悔了,但太迟了。当她被迫写完信,一把匕首就刺进了她的心脏……

多棱镜



范红江

读

信

勉县九治 张治

“……喝,就要喝得大醉酩酊/醉,就要醉出原形/面对世人我休止叹息/为你几句真话/醉它个今生今世。”已不知是多久少次读友人W这封以诗代言的信了,但每一次读都有一种情感,象风一样掠过心的湖面。

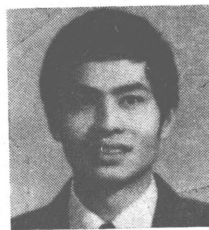
读信成为我业余生活的重要内容,原因很简单,我十六岁离家混日子,不觉中走过十三、

四个春夏秋冬。记得刚开始下乡到眉县山区不久,由于没出息想爹娘,就把父母的信反反复复地读。久而久之,便成为一种习惯。

虽然自己刚刚跨入而立之年,但生活经历却颇多,工、农、兵、学、商除了“商”外,其余都干过。正因于此,我结识了许多知音,来信自然多了起来。既有父母乡亲、兄弟姐妹、恋人(妻子)的,也有同学、好友、战友、文友、老师、师傅的。这一封封来信,四面八方,内容各异,象春天里

绽放的花朵,为我编织了一个色彩缤纷的世界。任我徜徉漫步,任我轻歌低吟,时常陶醉其中,忘却了许多孤独和忧烦,获得了许多慰藉和教诲。

每当圆月升空,或临逢佳节,或步入失败之中,或走向成功之后,我反反复复地读每一封信。这是因为,读信是思念的一种表达方式,是连接友情的纽带,是力量的自然凝聚……



自己的“法宝”。而做长辈的更应当从解除他们的纠纷出发,去做好劝解工作,千万不能偏袒自己的孩子,做出影响他们情感的事情。

我做错了吗?

良友编辑:

我有一位好朋友平时工作不认真,纪律松松垮垮。有一天他没上班,他的上司找我寻问,作为朋友,我也着急。就带这位上司一起找。总算找到了,他正和几位“闲人”“砌长城”。催他去上班,他不去,我就说了他几句,谁知他竟火了,说:“你走,我没你这个朋友!”事后他见了我象陌生人一样,我问候他也不理。编辑同志,你说说,我做错了吗?

华阴 英征

英征同志:

你的朋友有了错误你大胆指出,并规劝他改正,愿望是好的。俗话说,忠言逆耳,良药苦口,历史上由此造成的悲剧不少,这使我想到了糖衣药丸。

良药本质是好的,但它苦口,于是工人们给它涂了一层糖衣,就容易被病人接受了。忠言本质也是好的,但又逆耳,何不在“忠言”上也加一点“蜜语”呢?俗话说,一句话能说得人笑,也能说得人跳。要说服一个人,光有诚心是不够的,还要有正确的说服方法。你的朋友正在打麻将,你带他的上司去找,并当着众人讲他的不是,他当然难以接受。但如果你换个方法,比如私下交谈,或有意识带他去参加一些他所喜欢的健康有益的活动,趁机做他的思想工作,他不但会听,还会加深你们间的友谊。

当前他不理你,你也不必着急和烦恼。如果你真心把他当朋友看,就要不怕受委屈,诚心诚意又灵活巧妙地帮助他克服不足,最终他是会感谢你的。良友



谢谢指教

组长:“你怎么啦?总捂着胸口。”小王:“我胃痛。”组长:“胃是腹部,你怎么捂着胸呢?”小王:“谢谢你的指教,下次我就不会捂错了。”



防止晕车晕船妙法

一、乘坐车船的前一天要睡好觉,必要时吃些安眠药帮助休息,避免精神过度紧张。乘坐车船前两个小时,要吃些软的、易消化的食物,饿肚子或吃得过饱都易引起晕车晕船。

二、乘坐车船前半小时,喝一小杯含醋(一汤匙)的温开水,或口服防晕车晕船的药品,如乘晕宁、抗眩啉、苯海拉明、扑尔敏、安其敏等。

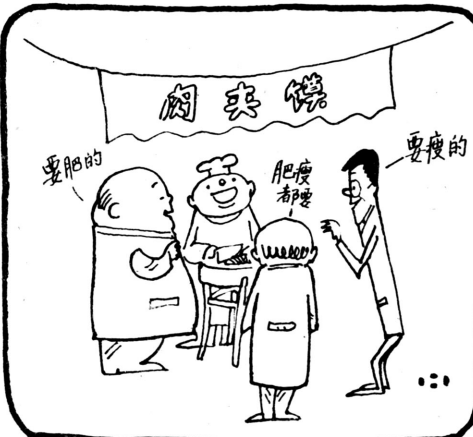
三、乘坐车船前准备一个口罩和一快生姜,并在口罩上涂一些清凉油,如有头晕感时戴上口罩,口中嚼姜慢慢咽下。

四、座位最好选择在车船中部,靠近窗口,避免车船颠簸和汽油的刺激。

五、乘坐车船时,眼睛要向前方远处看,不要看窗外飞速移动的景物,也可闭目养神。

六、爱晕车晕船的人,外出时最好带两个小塑料袋,万一恶心想吐,可吐入小塑料袋内,下车船后扔到垃圾箱中。

董天恩



嗜好(幽默画)

郝宪河

西安市健身保健品厂 热情为用户服务

我厂生产的建申牌“三痹热宝”,主治由风、寒、湿三痹所引起的关节炎、肩周炎、腰腿痛等多种常见多发病的新型特效药物治疗袋,见效快、治愈率高,无任何毒副作用。轻者5—10袋,重病10—30袋,即可治愈。对适应症治疗无效的,退药退款(特发票按厂价退)。

“寿世健身袋”适应于寒性胃腹冷痛、消化不良、腰痛、长期腹泻,男女性功能低下,气血两虚的四肢无力,长期感冒,妇女痛经、月经不调、宫冷不孕及男子精子数量少而致的不育症。一袋即可见明显效果。

以上产品我厂长年办理邮购。“三痹热宝”5袋起邮,含邮费16元;“寿世健身袋”1袋起邮,精装含邮费38元,简装含邮费32元。单位集体购买者,价格优惠8%。

联系地址:西安市西关西新民巷副10号 联系人:邮购科 电话:43135 741718 电挂:8311 邮码:710082