

浴场拖鞋卫生合格率为76.27%

出问题的大都是些小浴场



健康预报

疾病 上火

春天虽然气候适宜,但风多雨少,体内水分容易通过出汗、呼吸大量丢失。加上天气变化反复无常,不能保持人体新陈代谢的平衡和稳定,导致生理机能失调,出现咽喉干燥疼痛、嘴唇干裂、大便干燥等“上火”症状。

防“上火”首先要生活有规律,注意劳逸结合;多吃蔬菜、水果,忌吃辛辣食物;多饮水,促进体内“致热物质”从尿、汗中排出;必要时可在医生指导下服用牛黄上清丸、三黄片、青果丸等清火药物。

提醒 如厕读书看报易长痔疮

临床发现,上厕所时有读书看报习惯的人易导致便秘和痔疮发生。专家指出,生活中有不少人,尤其是青年及学生,喜欢带份报纸如厕,久而久之可能导致便秘发生。究其原因,是因为坐在卫生间的马桶上读书看报,势必延长排便时间,造成肛门充血,从而引起痔疮发作。

“反过来,越是便秘,越可能借助读书看报打发时间。”专家指出,这种习惯应尽量避免,以免恶性循环。(张向芳 整理)

健康助读

手术时用催眠代替麻醉方法可行 风险未知

□时报记者 钱伟锋

实习记者 郑艳琼 通讯员 徐勤

英国催眠师亚历克斯·兰凯由于患有痛苦的骨关节炎,日前接受了骨髓手术,医生用锯子和凿子等医疗器械锯断并凿除了他右手腕上一块胡桃大小的增生骨髓。不过令人惊讶的是,亚历克斯在接受“挖骨”手术时没有使用任何麻醉剂,而是通过自我催眠的方法彻底“忘掉”挖骨手术的疼痛。

在长达83分钟的手术中,西塞塞克斯沃辛医院的手术专家使用锯子和凿子等医疗手术器械,从亚历克斯的右手腕上锯开并凿掉了一块胡桃大小的增生骨髓。在整个手术中,亚历克斯都没有任何明显的反应。

记者助读

麻醉对于手术病人来说,有时候是一把双刃剑。它在解决了手术时带来的痛苦的同时,也有可能留下一些后遗症,如患者的认知能力和记忆能力,身体上的酸痛等。

但是,手术时仅仅接受催眠而不麻醉,十有八九的病人不会同意这样的做法。因为这种方法会使人们出现对不可预知的未来产生恐惧。与此相比,他们宁可承受麻醉可能产生的后遗症。

病人如此,医生同样如此,他们也不愿意承担这样的手术风险。

据媒体报道,在国外,通过催眠法实施无麻醉手术已经在尝试,目前,该法已经被用于待产的产妇和烧伤患者,以帮助他们减少疼痛感和恐惧心理。

杭州市七医院心理科副主任医师任婉文介绍,用催眠代替麻醉,可以减少麻醉对身体带来的损伤,这是医学界正在尝试的一件事情,在和其他心理专家交流时,他们也会进行这方面的讨论。从目前的理论和操作水平来看,这种方法是绝对可行的。但是,每个人接受暗示的程度不一样,而且通过催眠进行无麻醉手术可能带来的手术风险,使这种方法目前还无法大规模实行。

任婉文说,催眠分为浅度、中度、深度几种,一般的催眠治疗只要使病人进入浅度状态即可,这样病人对外界有一定的感觉,而要代替麻醉,就得深度催眠了。心理咨询师可以通过一些方法,测试出病人是否进入深度催眠状态了。而且,催眠师是可以自我催眠的。

活动

时间:2008年4月24日(星期四)下午2:00~5:00

地点:浙江省科协大楼二楼报告厅(浙江省杭州市武林广场东侧)

内容:“关注前列腺疾病、前列腺癌大型公益性活动”,内容包括前列腺疾病及前列腺癌知识、前列腺癌的早期诊断和治疗选择的讲座。浙医一院泌尿外科主任谢立平教授、朱选文、金百治、汪朔、沈柏华等专家现场答疑解惑。该活动由浙江省抗癌协会泌尿男生殖系肿瘤学组和浙医一院泌尿外科共同举行。(王其玲)

□通讯员 沈菲菲 高旦萍

时报记者 钱伟锋

时报讯 昨天,记者从省卫生监督局获悉了去年对浙江省洗浴场所、美容美发场所检查的情况。检查人员介绍,多数经营单位卫生管理情况较好,但也有部分浴场存在洗浴用品消毒不够的情况,个别小浴场甚至将毛巾、拖鞋等重复使用。

浴场拖鞋卫生合格率只有76.27%

2007年,我省各级卫生部门对15838家洗浴场所、美容美发场所进行了专项卫生监督检查,其中美容美发场所13410家,洗浴场所2428家。

在对美容美发场所的理发工具、美容工具和胡须刷检查中,检查人员主要进行了金黄色葡萄球菌和大肠菌的检查,这些工具的合格率

基本都在95%以上。

对洗浴场所的检查,主要针对毛巾、茶具、拖鞋等。检查结果表明,毛巾细菌总数2803件,合格率为86.1%;大肠杆菌2976件,合格率为97.3%;茶具细菌总数1282件,合格率为87.9%,大肠杆菌1510件,合格率为94.8%;拖鞋霉菌和酵母菌2206件,合格率为76.27%。

省卫生监督局相关部门负责人介绍,出现问题的大多是一些小浴场,一些正规的大浴场总体上都不错。

个别场所拖鞋、床单等不消毒重复使用

不过,此次检查也发现部分场所卫生状况不尽如人意,特别是小洗浴、小美容美发场所。

检查人员介绍,部分经营单位场所业主的卫生经营、守法经营的意识淡薄,各项卫生管理较差

和消毒处理措施落实未落到实处,从业人员无证上岗在个别单位情况严重,拖鞋、床单、被褥等存在未经洗涤消毒反复使用的情况。此外,部分洗浴场所并未办理卫生许可证,却擅自开业。

对于检查中暴露出的问题,卫生监督部门现场提出了监督意见,要求相关单位立即进行整改。对检查发现的违法单位卫生部门进行了罚款、停业整顿等查处。

省卫生厅卫生监督局提醒消费者,为了自身的健康着想,要到正规的洗浴和美容美发场所消费。同时消费者要自觉进行健康检查,如患有性病、皮肤病及传染性疾病患者,不得进入公共洗浴场所,防止疾病传染给他人。消费者发现此类场所存在卫生问题可向当地卫生监督部门或者拨打“96301”进行投诉举报,卫生部门将对存在问题的场所依法处理。

健康心理



每个月的4日、14日、24日,我都会闭门不出。因为在我看来,“4”是个不吉利的数字,选择在这种日子出门,事情可能会办不好的。

一般来说,4月4日这一天不管有多大的事情,我都是不会出门的。现在甚至发展到星期四的时候我也不出门,而且如果有邻居去世,我也觉得不吉利,就也不出门,如果在路上遇到有人家出殡、送葬的,我也会掉转头回家。

因为不能出门的日子越来越多,到最后我都没有几天好出门做事情了。谈个生意、签个合同,往往因为我不能出门而深受影响。我该怎么办?(台州 阿B)

与“4”有关的日子都不出门 专家:这属于典型强迫联想

专家:林铮(浙医二院精神科副主任医师)

整理:张向芳(时报记者) 漫画 黄昕

阿B:

你具有一种强烈的焦虑情绪,因为害怕事情做不好,而放弃在“不吉利”的日子出门,这种情况已经属于典型的强迫症了。

这种行为属于强迫思维里边的强迫联想。一看到“4”,一看到别人送葬,就联想到这不是个好兆头,担心做事情不顺利,所以干脆采取了“回避行为”,遇到这些日子索性足不出户,这是强迫症的“回避症状”。

强迫症患者的一些强迫观念是没有现实意义的,他们可能对数字或颜色过于敏感,看专科医生通过一些手段,大部分人的症状是可以得到缓解的。

美国流行病学曾经做过调查,强迫症终

身患病率在2.5%~5%。目前国内这种患者也不少。出现强迫症的人,是有性格基础的,那就是强迫型人格。强迫型人格是常见的一种人格异常,其特点表现为过分追求完美、精确,常常有不完善感,会纠缠细节、吹毛求疵。

有几种人应该警惕:犹豫不决,好怀疑;过于自我克制;拘谨小心,对自身安全非常担心;完美主义者;刻板、固执、迂腐、惰性;按部就班,想得过分周到。

还有一些慢性强迫症患者,他们往往愿意找专科医生咨询,但不愿做出改变。这些也不用担心,只要不影响工作和生活,没有大碍。

健康流言

八成人相信“吃啥补啥” 中医认为不是所有人都适合

□时报记者 钱伟锋 实习记者 郑艳琼

时报讯 肾不好吃猪腰子,肝不好吃猪肝,心脏不好吃猪心……类似这样的说法在我们的生活中时常能听到,由此可见,“吃啥补啥”在民间的流传十分广泛。

对于这种说法,营养学家和中医专家的意见也不尽相同,但有一点是肯定的,吃啥补啥不是对所有人都适用的。

流言调查 80%的人认为说法正确

据报道,食疗法在商朝的《汤神论》中已有记载,《神农本草经》更是对其功效及应用进行了详述。唐代医药学家孙思邈发现了动物内脏和人类内脏无论在组织、形态还是在功能方面都十分相似,他在长期的临床实践中,提出了“以脏治脏”和“以脏补脏”的学术观点,这就是中医食疗中的一个很重要的法则“以形补形”,俗称“吃啥补啥”。

对于这种说法,记者进行了抽样调查。20名接受调查的人中,80%认为吃啥补啥是正确的,曾经用这种方法补养身体器官的有50%,只有20%的人对这个民间流传广泛的说法持怀疑态度。

网友ZIZI说,这个说法,他小时候就听家里老人讲过,自己还是相信的。平常如果酒喝多了觉得肝脏不太舒服,菜桌上就会多一道爆炒猪肝。至于效果,这个很难说,不可能是快速见效的,长期来看应该是好的吧。

权威说法:“吃啥补啥”因人而异

营养学会秘书长华金中说,从营养学角度来看,吃啥补啥的说法不确切。如吃脏补脏就不是很科学。动物肝脏确实给人体带来丰富的营养,但是食物是对整个身体进行调理的,没有特别对应人体的类似器官。

省级名中医、省中医院中内科主任陈意认为,“以形补形”是中医特有的理论,如猪心炖花草可以治疗心悸;狗鞭温补,可以治疗阳痿;吃猪肚,可以治疗某些胃病等。但是,中医讲究辨证施治,不是所有人都适合“以形补形”的。

陈意说,如一些湿热性的肝炎,就不能吃动物肝脏,这反而会加重病情。冠心病、高血脂症患者,就不能食用猪心,因为这会增加患者胆固醇水平,不利健康,阳亢的人,不能吃狗鞭等等。

因此,每一种食疗都应根据各自的身体情况而有所不同。不了解自己身体状况者,应该咨询一下医生,而后进行长期调补,定能收效。

资讯

红薯、南瓜和豆浆 抗癌明星的早餐单

时报讯 昨天是肿瘤防治宣传周的最后一天,下午2:00,杭州市肿瘤康复协会的15名抗癌明星到市三医院,与该院肿瘤病人进行一对一的“话疗”。这15位抗癌明星,分别是胃癌、肠癌、乳腺癌、肺癌等肿瘤康复患者,肿瘤术后平均都在5年以上。

51岁的梁女士,今年是肠癌术后第7个年头。她将自己独特的“抗癌早餐”拿出来和大家分享:每天早晨一碗米苕粥、一个红薯或一份南瓜,另加一杯豆浆。7年来每天早餐她都是这么吃的。梁女士说,除了饮食上要注意,一个人的心情也很重要。7年前,她就是怀着不让孩子失去母亲的信念,坚强地活下去。

市三医院肿瘤科主任刘云霞介绍,“话疗”是针对肿瘤病人推出的治疗方法。有人说“癌症病人有1/3是被吓死的”,这话是有道理的。长期的临床观察表明同一癌种,不同的心理与情绪状态,其愈后往往是截然不同的。通过与抗癌明星的“话疗”,可以使患者更多地了解肿瘤知识,更有信心面对疾病。(成王金 张向芳)

大连数控系统

大连机床

2000-2007连续八年
销售收入领跑中国机床工具行业

买的经济 用的放心

型号	价格(万元)
CKA6136	6.25
CKA6140	6.65
CKA6150	7.55
CL-15	17.5
CL-20A	22.5
XD40A	15.5
VDL600A	18.5
VDL800	20.5
VDL1000	21.8
VDL1300	25.5

详情请与大连机床集团驻本地区业务员及经销商联系
本次活动解释权归大连机床集团营销有限公司
电话:0411-83632832 83642159 13322263788(数控系统)
大连机床营销有限公司杭州地区销售负责人电话:13819185668 13304091048