□ 健康热线

您是否被痔疮困扰？请看专家科学解答

既然痔疮是常见病，那是不是就无关紧要了？痔疮会癌变吗？2月1日，本报健康热线0551-62623752，邀请了安徽中医药大学第二附属医院肛肠外科主治医师贾如与读者交流。

□ 李晋 记者 马冰璐 文/图



贾如：主治医师，从事肛肠外科临床工作近十年，擅长混合痔、肛周脓肿、肛瘘、直肠脱垂、肛门失禁、肠梗阻、急腹症等疾病的诊治。

痔疮虽是常见病但不能忽视

读者：既然痔疮是常见病，那是不是就无关紧要了？

贾如：痔疮确实属于常见病，但千万不能忽视。痔疮处于敏感区域，每每发作都会给我们带来不便。特别是内痔，常常会便血，长期出血会引起缺铁性贫血。另外，内痔后期还会脱出、嵌顿，长时间嵌顿还会导致痔的坏死和不同程度的感染，那时候就真正的“痛不欲生”。

痔疮一般不会癌变

读者：痔疮会癌变吗？

贾如：很多患者忧心忡忡地认为痔疮会癌变。痔疮一般不会癌变，它是直肠肛门部位的静脉丛扩张、弯曲、隆起成团的一种静脉团块，不会出现癌变可能。但由于痔疮的出血、便秘或腹泻的症状常常和结直肠癌的症状类似，会掩盖结直肠癌的症状，但就痔疮本身来说的话，是不会发生癌变的。

有时候两种药也能替换使用

读者：痔疮膏比痔疮栓治疗效果更好吗？

贾如：各有各的好，要根据个人情况选择，痔疮膏主要是消肿止痛，对于外痔效果较好，消肿止痛的效果较强。痔疮栓主要是针对内痔或混合痔的内痔部分，止血效果较好。但不能一概而论哪个更好，需要在医生的指导下、根据个人情况选择，有时候两种药也能替换使用。

三、四度内痔、混合痔一般需手术治疗

读者：痔疮到底需不需要做手术？

贾如：痔疮一般分四度：一度，便时带血、滴血或喷射状出血，无内痔脱出，便后出血可自行停止；二度，便时带血、滴血或喷射状出血，伴内痔脱出，便后可自行回纳；三度，便时带血、滴血，伴内痔脱出或久站、咳嗽、劳累、负重时内痔脱出，需用手回纳；四度，内痔脱出，不能回纳，内痔可伴发绞窄、嵌顿。通常来说，三、四度内痔、混合痔需要手术治疗，但这不是绝对的，有些患者痔疮小，但症状明显，隔三差五不适，甚至反复出血引起贫血等也需要手术治疗。

一般很少有复发的可能

读者：听说痔疮手术容易复发？

贾如：在正规医院的专科医生诊断后，通过合理的手术治疗的痔疮一般很少有复发的可能。造成这类误解的主要原因是以前痔疮这类疾病的诊疗方式不正规，没有经过专科培训的医生没有对患者选择合适的手术方式造成复发的隐患。

□ 健康指南

冬季咳嗽要怎么治疗

冬天由于气候干冷，很多人都会出现咳嗽的症状。而大多的咳嗽其实不一定都是因为感冒引起的，比如气候干燥、空气中灰尘多等。很多人咳嗽之后第一反应是去吃止咳药，但是也不见其效果，反而咳嗽得越发厉害。那么冬天咳嗽怎么对治才是最直接有效的呢？

咳嗽对于大家来说是再常见不过的了，虽说普通，但也不可忽视。如果你不想每次咳嗽时都让你憋得面红耳赤或是感觉肺都要咳出来一样，可以参考以下方法，来对治咳嗽。

可以喝点药物进行防治：在流感到来的时候，可以喝点止咳糖浆等来防止咳嗽，特别是已经出现咳嗽的情况，要积极进行治疗。尤其是对既往有心脏病病史的人，要注意观察病情，因为咳嗽有可能是心衰的症状表现。

通过食补防治咳嗽：冰糖雪梨水：就是将雪梨切成块，然后和冰糖加水一起炖煮，十几分钟后，喝汤吃梨，连喝几天能止咳去火。另外还有罗汉雪梨饮：罗汉果止咳功效比较明显，加上具有清肺化痰功效的雪梨，二者搭配对冬天出现的咳嗽效果非常明显。而且罗汉果在药店就能买到，雪梨更是随处都能买到。

□ 综合

健康提醒

一氧化碳中毒进入高发季

疾控中心：市民应注意防范

星报讯（邱向峰 记者 马冰璐）眼下正是一氧化碳中毒高发季，合肥市疾控中心提醒，市民应注意防范一氧化碳中毒。

对于部分使用煤球炉做饭取暖或使用非强排式燃气热水器沐浴的市民，冬季门窗紧闭，通风不良，极易因为煤球或燃气燃烧不充分导致一氧化炭中毒，尤其是气温骤升骤降时因气压变化导致中毒。

冬季室外寒冷，有些车主偏好在温暖的车内休息，但车辆在不熄火静止密闭的状态下一氧化碳浓度增加较快，对人的健康危害很大。

日常生活中，市民预防一氧化碳中毒可从以下两方面着手：检查燃气或煤球炉及其管道畅通情况，定期开窗通风，保证室内充足的新风量；如果需要在车内较长时间停留时，车窗也必须保留一定缝隙，便于车外新鲜空气进入。

养生生活

八旬老人坚持劳动乐在其中

星报讯（记者 祁琳）吴玉莲老人1930年出生，住在池州市贵池区。如今她身体非常硬朗，家庭和睦，是远近闻名的福星。

吴玉莲一直保持积极的生活态度，坚持早睡早起。每天坚持早晨锻炼，在饮食上，长期以素食为主。

吴玉莲作为80多岁的老人，子女们早就安排让她随子女们一起生活，以便更好地照顾她，但她坚持一人独住，认为这样能让子女更好地安心工作。

她常常对子女们讲，我虽然年过八十，但能自理。她将自己的生活安排得井井有条，坚持自己做饭洗碗、洗衣洗被，她认为这不仅是做事，更是锻炼自己的生活能力，也只有这样，才能让自己每天的生活很充实。

□ 一周病情

孩子过高或过矮都不好 专家提醒：测测骨龄最靠谱

星报讯（王异 记者 马冰璐）随着寒假到来，最近，因身高问题前往医院就诊的患儿明显增多。对此，安医大一附院儿科副主任医师潘道香提醒，孩子个头过高或过矮都不好，身高发育是否正常去测测骨龄最靠谱。

3岁女孩，身高“飙”至130厘米，原是患上了性早熟，每天鱼、虾、黄鳝，进补过当；15岁女孩，身高刚刚150厘米，原是患上了矮小症，可惜“初潮”已有一年，失去了生长机会……潘道香表示，这些都是最近接诊的病例，其实，孩子个头过高或者过矮都不好，身高发育是否正常测测骨龄最靠谱。寒假到了，家长们也别放松对孩子的“管理”，合理饮食、按时睡觉、有效运动、持续补充维生素D和钙，才能帮孩子长高个。

潘道香提醒，当孩子生长速度高于正常值时，要警惕性早熟问题，及时到医院就诊，生长发育治疗要趁早，和骨骺线“抢身高”，“测骨龄监测身高最科学，女孩的骨龄超过14岁，男孩的骨龄超过16岁，骨骺线就已接近闭合，基本没有长高的机会了，所以一定要赶早。”

□ 食药安全在身边

问：哪些美食可以止咳嗽？

答：蜂蜜生姜萝卜饮，适合风寒感冒引起的咳嗽。生姜发汗解表、温肺止咳，不但能把多余的热量带走，同时还能带出体内的病菌、寒气。白萝卜中含有蛋白质、脂肪以及丰富的钙，具有较强的消炎、止咳作用。具体做法是，选用新鲜白萝卜1斤、生姜30克、蜂蜜30克。萝卜和生姜去皮后切碎块，一同放入榨汁机打碎，加入蜂蜜后即可饮用。这款饮品还适用于肺热咳嗽引起的咽喉干痛、声音嘶哑等问题。

罗汉雪梨饮，适用于风热咳嗽和急慢性咽炎引起的咳嗽。罗汉果性味甘凉，具有止咳定喘、清凉解暑的功效，与清热养胃、滋阴润肺的雪梨配在一起，养阴清热止咳的作用更强。将干净的罗汉果一个、雪梨两个放进砂锅中，加入净水，大火烧开，改微火，煮20~30分钟，将水沥干，即可饮用。

蒸梨，适用于有痰不易咳出的咳嗽。梨有生津润燥、清热化痰等功效。将梨洗净去核，用锅蒸熟，每日食用一个。要想效果更好，可以放上少许止咳化痰的川贝母和陈皮，蒸前将其放入梨心。

银耳百合饮，适于无痰干咳的咳嗽。银耳养胃生津；百合止咳祛痰。两者搭配食用，止咳效果更好。方法是，取银耳10克，清水泡发12小时，放入碗中，加冰糖20克、百合10克，放入蒸锅，隔水炖1小时，拌入蜂蜜，每日早晨起来空腹食用。

□ 石跃新 记者 王玮伟

□ 寻医问诊

读者：如何预防哺乳期乳腺炎？

省妇幼保健院专家：1、孕期不能对乳房进行按摩，腺泡娇嫩容易按摩水肿；2、按需喂养，宝宝想吃时就喂母乳；3、要认为母乳喂养是很自然的事情，婴儿的奶量最好和母亲的产奶量达到供需平衡。

□ 华玲 记者 马冰璐