

“如何看病”(一)

生病后看还是不看

人的身体是有自我修复能力的,而且这种能力很强,显然比电脑和汽车厉害。有些疾病并不需要治疗,因为它是有“自限性”的——也就是到了一定的时间会自己痊愈。

不过,能够发生在人体上的疾病,多是伴随人类进化了同样长的时间。如果自己身体出现一些不适感,是扛着,还是去医院就诊,这是个问题。

一、如果人体器官的功能受损,需要立即就诊

眼睛的功能是用来东西的,突然看不见了,应该立即看医生。突然听不见了或者四肢运动突然出现障碍等症状时,都是同样道理。值得注意的是,人类有许多器官是双份的,比如眼睛、耳朵……有些人一只眼睛的视力突然下降,另一只却完好,不要忽略了坏眼的问题。

二、不能忍受的疼痛

疼痛是身体发出的火警,不要去挑战疼痛。如果遇到不能忍受的疼痛,应该尽快就诊。比如腹痛、胸痛等。需要提醒的是,即使你到了医院,通常医生也不会立即给你止痛。因为疼痛是了解人体状况的重要信号,没有人会在消灭火灾之前,先把附近的电话线都砍了。

三、反复发作的不适

老毛病了,忍忍就过去了。大部分的癌症就是这样度过了无人骚扰的“童年期”。对于反复出现的不适症状,应该详细地了解诱发的原因和缓解的方式。最重要的是年龄,若超过 50 岁的患者,最好去医院检查,免除后患。

四、已经处于某个疾病进程中,但是感觉突然发生了变化

医生可能已经告诉你这个

病没什么,过几天自己就能痊愈,开始的时候,感觉也是一天比一天好,可是某天突然恶化了,那么最好再去复查一下。

五、别人看出来的疾病

通常不用着急,人类的身体有发达的自我检测系统,如果自己没有什么不舒服的感觉,多半没有太大问题。(注意:医生经过身体检查发现的除外,比如身体上的包块等症状。)

其中,典型的有结膜下出血。一般是“白眼珠”上有鲜红的血迹,自己毫无感觉,不疼不痒、视力也没有太大影响,通常是照镜子或者是被其他人发现,这种不是“眼底出血”,而是“白眼珠”上的细小血管破了,跟磕青了没什么区别。咳嗽、便秘、揉眼睛等都可能引起。因此,定期体检是很有必要的。

(金色葡萄)

轻松一刻

礼尚往来

我带着 3 岁的孙子出门,在楼下碰到了隔壁穿着很时尚的老太太,老太太很远就喊:“小帅哥,你去哪儿?”

出乎我的意料,孙子也学着老太太的腔调大声喊:“老美女,我和奶奶出去玩。”

钱太少

老婆:“老公,你发工资了没有?”老公:“发了。”老婆:“发了多少。”老公:“很少。”老婆:“少到什么程度。”老公:“用手指沾点儿口水,钱数完了,口水还在。”

唯唯诺诺

儿子:“妈,什么叫唯唯诺诺的人?”妈妈:“就是那些从不发表自己的意见,嘴里常说‘对,对,对’的人。孩子他爸,你觉得我说得对吗?”爸爸:“对,对,对。”

黑 车

今天我打到一辆“黑车”,路上遇到交警拦车,交警怀疑是黑车。只见黑车司机老练地解释道:“我们是朋友,我还有她的电话号码,不信我拨一个试试。”

我电话果然响起,交警一把抢过去,上面的来电显示是:“黑车司机”。



古树成林 周龙兴 / 摄

随手拍

微言语

@ 央视新闻

【91 岁老太太连着做 50 个俯卧撑】河南省郑州市的一个社区举办“90 岁老人比长寿,超过百岁是目标”的活动,10 名 90 岁以上的老人聚在一起交流强身健体的经验。其中 91 岁的老人张凤琴,能一口气做 50 个俯卧撑

还不喘粗气,她说:“我长寿的秘诀是经常锻炼,坚持散步,干家务活,洗衣养花等。”

编辑点评:生活中用平和的心态去对待事物,加强锻炼,适当运动,才能健康、快乐的生活。

【控制登革热,巴西派“好蚊子”改造“坏蚊子”】近日,巴西研究人员释放了 1 万只“益蚊”,它们携带一种能阻止登革热病毒传播的沃尔巴克氏菌。只要确保这些蚊子与“坏蚊”交配繁衍,将“坏蚊”改造成“益蚊”,登革

热的疫情就能大大得到控制。

编辑点评:提醒广大市民,在日常生活中,要注意保持家庭环境卫生,尤其是蚊子经常出没的地方。同时要适当锻炼,提高人群抗病力。

有奖竞猜

成语连连看

字	殊	无	千	声	后
瞻	途	滥	会	唾	正
悼	喉	附	毋	腔	可
万	前	圆	同	忌	手
风	缺	鹤	顾	强	缕
肆	归	丝	牵	宁	得

格子里包含了 9 条成语,请根据下面的提示把它们找出来。

一、(说或唱)字音准确,腔调圆润(多用于戏曲或曲艺)。

二、多用于选拔人才或选物的质量方面,严格要求。

三、通过不同的途径,到达同一个目的地。比喻采取不同的方法而得到相同的结果。

四、把本来没有某种意义的事物硬说成有某种意义。也指把不相关的事物勉强扯在一起,混为一谈。

五、任意妄为,没有一点儿顾忌。

六、动手就可以取得。比喻很容易就得到了。

七、一根又一根,数也数不清。现多形容相互之间密切而复杂的联系。

八、把风的响声、鹤的叫声,都当作敌人的叫阵声,怀疑是追兵来了。形容惊慌疑惧。

九、原形容做事谨慎,考虑周密。现也形容顾虑太多,犹豫不决。

上期答案

耳濡目染 巧舌如簧 乌合之众
抛砖引玉 标新立异 推陈出新
觥筹交错 旗开得胜 无懈可击

中奖名单

新郑路 杜 洋 管城区 沈 倩
丰庆路 吴冬梅 金水区 王栋帅
经三路 白云霞 九如路 杨慧丽
城东路 杜颖颖 花园路 李晓芳
中原区 安振荣 郑汴路 丁 凯

请把您的答案于 10 月 18 日之前告诉我们,我们将在猜中所有答案的读者中进行抽奖。中奖者名单将在下一期报纸上公布,中奖者均可获得一本精美的《医食养生》杂志。

来信请寄:郑州市纬五路 47 号院医药卫生报社 518 室 马丽娜 收。电子邮箱:568689252@qq.com。并在邮件上注明您的姓名以及住址,请在信封正面注明“有奖竞猜”字样。

中奖的幸运读者,请于中奖后 3 周内持有效证件到医药卫生报社 518 房间领取奖品。

本刊未署名图片均为资料图片