

健康家园

齐鲁晚报 Health

艾滋病离我们还有多远?

12月1日是第23个“世界艾滋病日”，记者从潍坊市疾病防控中心了解到，今年新发现内感染人数创历史之最，其中输入病例占总发现人数的三分之二。另外，潍坊的艾滋病逐渐呈现同性传播，今年以来，潍坊共发现艾滋病同性恋感染者20例。



日常6种食物有助预防艾滋病



黄豆 黄豆中除含丰富蛋白质以外，还含有丰富的硒，硒这种微量元素能提高人体的抗病能力。黄豆中的大豆皂苷，可抑制艾滋病病毒。病毒即使进入体内，也难以生长繁殖。

黄瓜 黄瓜中含有胡萝卜素C，能增强人体免疫功能，具有抗病毒、抗癌作用。黄瓜尾部有一种苦味的化学物质，能把进入体内的艾滋病毒杀死。

苦瓜 苦瓜中的苦瓜蛋白，对于进入人体内的艾滋病病毒有强烈的抑制作用，美国科学家曾让50例艾滋病患者大量食用苦瓜或口含苦瓜汁，取得了一定的治疗效果。

海带 海带中含碘最多，碘化物能促进炎症渗出物的吸收，对癌症有一定的抑制作用。海带中还有硫酸脂，能够保护人体免疫系统的细胞，不受艾滋病病毒的侵害，从而预防艾滋病。

鹅血 鹅血中含有大量的免疫球蛋白，能够增强人体的免疫功能，升高血液中的白细胞，促进淋巴细胞的吞噬功能，对艾滋病病毒有较强的抵抗作用。

大蒜 大蒜中含有植物杀菌素，对各种病毒也有灭杀作用。常吃大蒜，还能提高免疫能力，预防各种疾病。据研究，将艾滋病病毒放入大蒜汁中5分钟便全部死亡。所以，平时多吃大蒜，对预防艾滋病具有重要的意义。

慧凉

网友最关心的防艾问题

12月1日是第23个“世界艾滋病日”，网友最关心的防艾问题，帮你解答有关艾滋病的疑问。

1.艾滋病是怎样传播的?

答：艾滋病病毒通过以下三种途径传播。

性传播、血液传播和母婴传播。

2.与艾滋病病毒感染者一起工作有危险吗?

答：与艾滋病病毒感染者和病人的日常生活和工作接触不会感染艾滋病。

(1)在工作和生活中与艾滋病病毒感染者和病人的一般接触，如握手、拥抱、礼节性接吻、共同进餐以及共用劳动工具、办公用具、钱币等不会感染艾滋病病毒。

(2)艾滋病病毒不会经马桶圈、电话机、餐饮具、卧具、游泳池或公共浴池等公共设施传播。

(3)咳嗽和打喷嚏不会传播艾滋病病毒。

(4)蚊虫叮咬不会传播艾滋病病毒。

3.哪些行为容易感染艾滋病?

答：我们通常把容易引起艾滋病病毒感染的行为称为高危行为，有如下几种：

1、通过性途径的高危行为有：无保护性交、多个性伙伴等。

2、通过血液途径的高危行为有：静脉注射吸毒；与他人共用注射器或共用其他可刺破皮肤的器械；使用未经检测的血液或血制品。

3、通过母婴途径的高危行为有：艾滋病病毒阳性的女性怀孕并生育，艾滋病病毒阳性的母亲哺乳，都可能引起孩子的艾滋病病毒感染。

4、其它可以引起血液传染的途径，如：理发、美容、纹身、扎耳朵眼、修脚等用的刀具不消毒；与其他人共用刮脸刀、电动剃须刀、牙刷；体育运动外伤和打架斗殴引起的流血；救护伤员时，救护者破损的皮肤接触伤员的血液。

4.怎样知道一个人感染了艾滋病?

答：确定一个人是否感染了艾滋病病毒，目前通常的检查办法是到当地的卫生机构进行血液的艾滋病病毒抗体检测。如抗体检测呈阳性反应，表明这个人已经被艾滋病病毒感染。

但是，人体感染了艾滋病病毒后，一般需要2周时间才能逐渐产生病毒抗体。从人体感染艾滋病病毒后到外周血液中能够检测出病毒抗体的这段时间被称为“窗口期”，一般为2周—3个月。在这段时间内，血液中检测不到病毒抗体，但是具有传染性。

5.发生高危行为，并感染了性病，有可能感染艾滋病吗?

答：艾滋病也属于性病的一种，其传播途径、危险行为、涉及人群和预防措施与一般的性病有许多共同点，一个性病病人可以同时感染多种性病，如梅毒患者可以同时感染淋病，也可以同时感染艾滋病。而且性病患者多在阴部及外生殖器部位患有溃疡，为艾滋病病毒的侵入提供有利条件，使其很容易进入人体并迅速蔓延。同时，性病原体感染人时，往往引起局部炎症反应，而炎症又使淋巴细胞增多，由于淋巴细胞是艾滋病病毒进攻的靶细胞，所以它的迅速增加起到了吸引艾滋病病毒入侵的作用。

6.一旦感染了艾滋病是不是很快会死亡?

答：从艾滋病病毒进入人体内起，人体就开始了同它的斗争。病毒在人体内的繁殖需要一定的时间。在开始阶段，感染者的免疫功能还没有受到严重破坏，因而没有明显的症状，我们把这样的人称为艾滋病病毒感染者。当感染者的免疫功能被破坏到一定程度后，其他病菌就会乘虚而入，使人发生多种疾病，一般被称为机会性感染，

如严重的腹泻、肺炎或某些癌症等，这时感染者就成为艾滋病病人了。从艾滋病病毒感染者发展到艾滋病患者可由数月至数年，一般为2—10年。只要没有进入发病期，艾滋病病毒携带者能和正常人一样生活、工作。而且，目前的抗病毒治疗可以有效延长患者的生命，所以，感染了艾滋病病毒的人，千万不要自暴自弃，而是要想方设法延缓发病。

7.怎样预防艾滋病?

答：艾滋病是一种行为病，针对艾滋病的三条传播途径可采取以下相应预防措施。

预防经性接触传播：遵守性道德，固定性伴侣，安全性行为是预防艾滋病经性途径传播的有效措施。正确使用质量合格的安全套(避孕套)可降低感染艾滋病病毒的危险。得了性病或怀疑有性病应尽早到指定医疗机构或正规医院检查、治疗。

预防经血液传播：远离毒品，抵制毒品；对于不幸染上毒瘾的人，要帮助他们戒除毒瘾；对于暂时无法戒除毒瘾的人，可采用美沙酮替代疗法(又称维持治疗)和清洁针具交换的方法，改变共用注射器吸毒的行为，阻断艾滋病病毒的传播。不接受未经艾滋病病毒抗体检测合格的血液、血制品和器官；不使用未经严格消毒的注射器；不与他人共用注射器、剃须刀；大力推广使用一次性注射器等安全注射措施。

预防母婴传播：感染艾滋病病毒的妇女要避免怀孕；一旦怀孕要在医生的指导下考虑是否终止妊娠；选择继续妊娠者应采取抗病毒药物干预以及剖宫产分娩等措施阻断传播，产后要避免对新生儿进行母乳喂养。

中医治疗肿瘤

新突破

中国中医科学院是我国中医药最高权威科研医疗机构，经过几代专家学者数十年研究，在国家重点科技攻关项目的基础上研制出的中医治疗肿瘤新疗法——“抑扶平衡疗法”和肿瘤系列药仙蟾片等。

该疗法在治疗肿瘤中有三大特点。一、清除肿瘤：药物直达病灶，渗透进肿瘤包块内杀灭癌细胞；二、提高机体免疫力：在短期内有效的改善肿瘤引起的体质虚弱，食欲下降，发热、疼痛、胸腹水等症。三、防止肿瘤复发和转移：对于经过各种治疗进入康复期的肿瘤患者，为防止肿瘤死灰复燃，利用抗肿瘤药进一步清除余病灶，有效防止了癌细胞的转移和复发。大大提高了患者远期生存率。

对肝、肺、胃、肠、食道、鼻咽、乳腺、骨、脑等肿瘤有很好的治疗作用，治疗一疗程，使患者食欲、体力、睡眠、精神状态明显改善，病情稳定逐渐好转，三疗程以上，肿瘤萎缩、坏死、缩小，甚至消失。

电话 8686695

地址：北海路与玉清东街交叉口东100米，乘20路、23路公交车到尊一医院下车。

潍坊尊一医院

卵巢囊肿 子宫肌瘤 乳腺癌

腺癌严重威胁着女性健康和生命，凡有乳房疼痛、肿块、增生、结节、乳头溢液，特别是无痛性乳房肿块恶变率很高应引起重视。潍坊尊一医院配有先进的乳腺诊断设备，采用源自古代药王孙思邈《千金要方》纯中药治疗乳腺增生、囊性增生、纤维瘤、卵巢囊肿、子宫肌瘤，能调节内分泌、软坚消肿，不需手术，在短期内使乳房肿块、增生、结节、囊肿、肌瘤软化消失，乳房疼痛反复发作，乳房肿块久治不愈易导致癌变，悔恨终生。

肝肾囊肿 甲状腺瘤

不及时治疗能引起恶变，西医手术治疗创伤大，易复发，本院用中医疗法治肝、肾囊肿、甲状腺瘤、淋巴结核，3—4疗程囊肿瘤体软化缩小、消失。

电话：8686695

地址：北海路与玉清东街交叉口东100米，乘20路、23路公交车到尊一医院下车。

为治老哮喘惹上肺心病 20年老哮喘患者在泉城医院彻底治愈

哮喘折磨20年不幸惹上肺心病

滨州市沾化县的齐先生，23年前得了一种怪病：经常无缘无故的半夜喘了起来，有时甚至有窒息的感觉，去医院确诊为哮喘病。多年来，齐先生为了治病，花掉了家里的积蓄，还欠下一笔债。痛苦的他几乎跑遍了大大小小的医院，可往往停药后再复发，甚至更加严重。

2000年，被哮喘病折磨多年的齐先生竟然查出了肺心病！医生说，是长年累月用药不当导致的。

穷困的齐先生多次想过自杀，早日结束这种痛不欲生的日子，以减轻自己与家人的痛苦和负担。

20年的老哮喘得到彻底医治

2007年的一天下午，邻居告诉齐先生，中央电视台二套《健康之路》栏目正在播出济南泉城医院治疗哮喘病取得新的科研成果，这让齐先生眼前一亮，于是，抱着试试看的心态，齐先生拨通了济南泉城医院的热线电话。

泉城医院的领导对齐先生给予了极大的重视，考虑到齐先生的家庭情况比较特殊，医院为他免去了全部治疗费用，并发动全体员工为他捐款……医院的一系列善举让齐先生感动不已。经泉城医院独家研发的“哮喘康复丸”系列药物结合“绿色免疫再生疗法”，治疗了两个疗程后，齐先生的哮喘明显减轻，跟

踪治疗两个疗程后，齐先生的哮喘病得到了治愈。经过近三年的跟踪观察，他的哮喘病没有再复发，已经彻底治愈。

现在，摆脱老哮喘折磨的齐先生，脸上又有了久违的笑容。

相关链接：泉城医院哮喘康复中心

泉城医院哮喘康复中心拥有十余名专家科研队伍，该中心潜心研制的“哮喘康复丸”系列药物，“绿色免疫再生疗法”得到了国内医学界的高度赞扬，中华呼吸系统疾病防治协会称“这是近年治疗哮喘效果最好、最新的医学科研成果，打破了传统的治疗模式，而且其先进水平可与国际前沿技术相比肩，标志着我国在治疗哮喘疾病领域又迈上了一个新的台阶！”

爱心通知：

为帮助更多的支气管炎、哮喘、肺气肿患者摆脱疾病困扰，中华呼吸系统防治协会、中国哮喘支气管炎基金会、中国保健卫生基金会联合泉城医院，举办大型爱心援助活动，12月2日—12月31日，凡到院就诊患者，均可免费获得200元资金援助！

呼吸热线：0531—88545666

地址：济南市解放路(东首)3号；市内乘10、46、47、K50、K53、63、80、87、K95、101、137路公交车均到甸柳庄站下车路北即是(节假日不休)