



感冒好了咳嗽不停该怎么办



很多患者会有“感冒已经好了,可咳嗽却一直不好”的感觉。特别是晚上,躺在床上咳嗽连连,睡眠也大受影响。还有人在办公场所咳嗽不止,疫情防控期间更加显得尴尬。

患上感冒、流感后,人们会出现流涕鼻塞、咳嗽咽痛、发热恶寒等症状,其中咳嗽最为常见,且相当顽固。即便是普通感冒,七到十天其他感冒症状会慢慢消失,但咳嗽症状却停不下来。这种情况一般是由以下几种原因引起的:

首先,感冒后上呼吸道发炎了,气道分泌物就会变多,咳嗽能将这分泌物以痰液形式排出去,防止呼吸道被堵住。所以机体为了促进排痰,可能会出现咳嗽不止的情况。

其次,是呼吸道的损伤。目前普遍认为,呼吸道损伤是由气道炎症引起,炎症因子是导致气道高反应性最重要的机制之一。感冒之后,气道炎症造成气道高反应性,气管处于高敏感状态,稍微受到外界刺激,气道就会收缩引起咳嗽,呼吸道损伤,让人更容易再次感冒,久而久之会出现气道结构改变,造成更为严重的呼吸系统疾病。

另外,不论是普通感冒还是流行性感冒,大都是由普通感冒病毒和流感病毒引起的,这些病毒可能导致急性气管-支气管炎。而细菌

感染往往继发于病毒感染。若是患者本身体质就比较差,或是肺功能不好,细菌的感染也可能使下呼吸道受到影响,出现感冒后咳嗽不止的状况。

咳嗽时间过长可能会引发哮喘或其他疾病。所以,不论是什么原因引起的感冒后咳嗽都应当引起重视,要及早治疗。

中药对咳嗽的治疗具有多靶点优势,如连花清咳片等,其融汇了东汉张仲景《伤寒论》中宣肺泄热、止咳平喘的麻杏石甘汤;明代叶天士《医统》中的清金化痰汤,其中清半夏燥湿化痰,桑白皮止咳平喘,苦杏仁镇咳平喘,桔梗宣肺利咽、镇咳排痰,前胡降气化痰;宫廷要药大黄通腑泄肺,让引起咳嗽的肺部热毒通过排便排出体外;再配合具有清热解毒作用的山银花、黄芩、连翘等,可以说是集中了清宣肺热、止咳化痰、促进排痰、利咽平喘的一批药物,发挥多靶点治疗作用。

因此,大家一定不要轻易视感冒后的咳嗽,因为咳嗽不仅影响人的休息和睡眠,长时间的用力咳嗽还容易使咽喉部黏膜出现破损,病毒或细菌入侵就有了可乘之机,导致病情加重,甚至会引发肺气肿、支气管扩张、哮喘等疾病。

(据环球网)

长期喝饮料不会直接引发尿毒症

高温天气,很多人喜欢喝点饮品消除暑意,近日,一则长期饮料当水喝引发尿毒症的新闻受到网友关注。对此,湖南省人民医院肾内科一病区主任、主任医师陈愔音明确表示,喝饮品和尿毒症之间没有必然的因果关系。

陈愔音表示,尿毒症是指多种原因导致的肾脏损伤发展到一定程度以后,本该通过尿液排泄的代谢废物无法正常地通过尿液排出,而蓄积在体内所引发的一种疾病。

“尿毒症多由慢性肾炎、尿路结石、反复的尿路感染以及药物性的肾损伤等慢性的肾脏病迁延而

来。”陈愔音说。

陈愔音强调,目前,导致尿毒症发生的最主要原因是“代谢性肾损伤因素”,包括高血压、高血糖、高尿酸、肥胖等。而饮品中含有大量的糖类、脂类以及磷酸盐,会加重代谢性疾病患者的血压、血糖、尿酸以及体重控制的难度。

“预防尿毒症的发生最重要的是早期预防、早期控制、早期干预。”陈愔音建议,在生活中保持健康的生活方式,适度的运动,长期监控血压、血糖和体重,不滥用药物,及时体检,对于防止肾脏疾病、预防尿毒症的发生至关重要。

(据人民网)

儿童持续缺乏睡眠会损害大脑健康

你家娃儿还在熬油点灯卷分数吗?近日发表的一项研究提醒,儿童缺乏睡眠会持续损害大脑健康及认知能力的发展。研究显示,睡眠时间不足9小时的学龄儿童,与每晚睡够9至12小时者相比,在负责大脑记忆、注意力、情绪调控、决策与解决问题等区域的灰质体积要小。而且这些差异在随访两年后仍然存在,也就是说睡眠不足会造成远期危害。

此外,值得注意的是,这些差异不仅拉开智力水平,而且还与更多的心理健康问题相关,比如抑郁、焦虑、冲动等。

研究还发现,睡眠充足的儿童在之后随访的两年期间需要的睡眠时间逐渐减少,而这在进入青少年时期也是正常的,但睡眠不足的儿童其睡眠模式没有改变多少。

上述结果,都是在研究者考

虑了社会经济地位、性别、青春期状况和其他可能影响儿童睡眠时间和影响大脑和认知的因素后的结果。

目前,美国睡眠医学会建议6至12岁儿童睡眠要规律,且每晚睡够9至12个小时,以促进最佳健康水平。

美国儿科学会鼓励父母培养孩子良好的睡眠习惯,并指出,保证儿童睡眠充足是家庭首要责任。同时建议限制屏幕时间,白日多参加体育活动,睡前一小时尽量避免不必要的各种屏幕接触。

这项研究共纳入青少年大脑认知(ABCD)研究中8300余名9至10岁儿童,并对其参与研究和随访两年时的核磁共振成像、医疗记录及参与者与其父母完成的调查等资料进行了分析。

(据《北京青年报》)

招租 我单位位于南昌小金台41号,面积33.1m²。报名截止日期2022年9月15日,有意者请与我们联系接洽。
联系人:徐先生 电话:18170840077 监督电话:87838327

招租 我单位位于南昌小金台19号,面积44.75m²。报名截止日期2022年9月15日,有意者请与我们联系接洽。
联系人:徐先生 电话:18170840077 监督电话:87838327

招租 我单位位于南昌花园角21-5号,面积23.35m²。报名截止日期2022年9月15日,有意者请与我们联系接洽。
联系人:徐先生 电话:18170840077 监督电话:87838327

招租 我单位位于南昌叠山路547号,面积509.31m²。报名截止日期2022年9月15日,有意者请与我们联系接洽。
联系人:徐先生 电话:18170840077 监督电话:87838327

减资公告

江西乐培可学教育科技有限公司(统一社会信用代码:91360125MA3ACT946Y)经股东会议决议,拟向公司登记机关申请减少注册资本,注册资本由人民币400万元减少为人民币30万元,请相关债权人于见报之日起45日内向本公司清偿债务或提出相应的担保请求。
江西乐培可学教育科技有限公司

上饶市集云新材料有限公司年产9万吨高档织物面料建设项目环境影响评价第二次公告

一、环境影响评价报告书征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书方式和途径 (1)环评报告书征求意见稿全文网络链接:链接:https://pan.baidu.com/s/1jafVvxK02Uf6TCiXvoRrlg,提取码:7y06;(2)纸质报告书查阅联系方式:工程:0791-88116290 E-mail:617207642@qq.com,南昌高新区浙大科技园D座408室
二、征求意见的公众范围 本项目环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织等。
三、公众意见表的网络链接 链接:https://pan.baidu.com/s/1B9QDHMDJO56kkC6mmySXw,提取码:7ste。
四、公众提出意见的方式和途径 任何单位或个人若对本工程有意见和建议的,以公众意见表的方式,根据以上联系方式直接到建设单位或评价单位提出意见;或发E-Mail至评价单位。
五、公众提出意见的起止时间 自本公告公示起10个工作日内均可提出公众意见。

遗失声明

- 南昌正通企业管理有限公司遗失组织机构代码证正本、副本,代码:68852969-X,声明作废。
- 南昌市超精准物流配送有限公司遗失财务章壹枚,声明作废。
- 王梓清遗失江西省医药学校毕业证书,证号:36010200300120190517,声明作废。
- 高安市穹途电子商务有限公司遗失公章壹枚,声明作废。
- 江苏大学京江学院杜清辉遗失三方协议,编号:2022901950209,声明作废。
- 高安市苍暮电子商务有限公司遗失公章壹枚,声明作废。
- 宁迅纬遗失重庆捷程置业有限公司专用票据2张,票据号:CQZX13001195,金额:868615.00元;票据号:CQZX13001193,金额:129558.45元,声明作废。
- 本人遗失南昌绿地申荣置业有限公司票据1张,票据号:20200019834,房号:2031号,姓名:汪荣勤,金额:陆万元整,特此声明作废。
- 江西省愚好乐网络科技有限公司遗失税务UKey,税号:91360102MABMM92981,税控设备编号:497010829281,声明作废。

江西省南昌市西湖区烟草专卖局 收回烟草专卖零售许可证公告

[2022]年(收)第12号

因无法收回下列烟草专卖零售许可证,根据《烟草专卖许可证管理办法实施细则》第五十四条规定,现予以公告。公告期一个月期满视为收回:

许可证号	企业(字号)名称	负责人(经营者)姓名	经营地址
360103125370	西湖区爱平百货便利店	刘爱平	江西省南昌市西湖区抚生路21号1栋3单元101室 江西省南昌市西湖区烟草专卖局 2022年8月16日

经济晚报全省各类公告/声明/遗失
刊登热线:18970034856