

给脑加“氧”就能提升成绩？没那么简单

今日女报 / 凤网记者 罗雅洁 通讯员 梁辉

又到一年考试季。随着高考、中考的来临，在广大考生紧张备考的同时，各类“考试神器”也轮番登场。前有号称可以助力体考的氮泵饮品、体考鞋，后有“考前吃一片，成绩跳一跳”的所谓“聪明药”，现在，医院的高压氧治疗又进入了家长视野，成为新的“应试神器”，甚至有家长不惜高价购入昂贵的家用高压氧舱。

高压氧治疗真的有助于孩子提升成绩吗？这样的“补脑大法”靠不靠谱？



AI 制图 / 罗雅洁

高考遇上这些健康问题，别乱用药

今日女报 / 凤网讯 (记者 唐天喜 罗雅洁 通讯员 陈娟 姚雅倩) 高考失眠可以吃安眠药吗？高考碰巧来了月经可以用避孕药来推迟吗？临近高考最紧张的人除了参加高考的学子，就是这些学子的父母，有些父母甚至因为孩子的健康问题焦头烂额，那么，正确的应对办法是什么呢？记者采访了长沙市第一医院神经医学中心和妇科的专家。

失眠可以服用安眠药吗？

高考失眠是非常正常的现象，但有些家长因为过度担心孩子因失眠而影响高考，便给孩子服用了安眠药。实际上，一般不推荐考生服用安眠药，尤其是考试期间初次服用有可能出现白天犯困、嗜睡的现象。如果考生极其焦虑、通宵失眠，确需使用药物助眠的，应在专业医生指导下选择合适的药物。

可以用避孕药推迟月经吗？

要分情况来看。如果考生平时月经比较规律，对日常生活没有太大影响，仅有轻微不适感，可以使用布洛芬来缓解不适，同时避免食用生冷食物。

如果孩子平时月经不规律，出现明显的下腹部疼痛，伴随冷汗淋漓、疼痛延伸至腰骶部，甚至是头晕头痛、恶心、呕吐、腹泻，伴随焦虑、暴躁等情况时，无疑会影响考试发挥，可以考虑使用药物来调整月经。一般可以在前一次月经的第1~5天之内服用短效口服避孕药，每晚一片，不漏服，一直用到考试结束再停药。需要强调的是服用短效口服避孕药，而不是服用紧急避孕药或者长效避孕药、注射避孕针。

此外，服药期间可能会有副作用，应在医生指导下进行，如出现特殊情况，需及时就诊。

科普 >>

肿瘤患者营养治疗有哪些方法

文 / 欧阳淑玉 (湖南省肿瘤医院胸部放疗一科)

1. 营养支持治疗。这类治疗包括提供高蛋白、易消化的食物以及口服营养补充剂等，有助于改善患者的营养状况，增强机体免疫力。2. 中药调理。中医师会根据患者体质及病情开具处方，通常采用汤剂或丸散膏丹形式服用，疗程因人而异。中药可调和脏腑功能、促进气血流通、缓解化疗引起的恶心呕吐等副作用，对某些类型的肿瘤也有一定辅助治疗效果。3. 靶向治疗。这是针对特定分子异常的癌症进行精准打击的方法之一，应在专业医生指导下使用相应药物进行干预，目的是通过阻断癌细胞生长所需的关键信号通路来抑制其增殖能力。4. 免疫治疗。免疫治疗旨在激活或增强患者自身的抗肿瘤免疫反应，可能包括使用单克隆抗体、疫苗或其他生物制剂。使用该策略需密切监测可能出现的不良反应。

小孩突然咳嗽发烧怎么办

文 / 李佳蓉 (湖南省儿童医院急诊科)

发烧指的是发热，小孩突然咳嗽、发热可能是上呼吸道感染、支气管炎、肺炎等原因导致的。1. 上呼吸道感染。可能是受凉、气候突变等原因引起细菌侵袭上呼吸道，出现咳嗽、发热等症状，部分患者还会伴随着鼻塞、流鼻涕等情况，可在医生指导下使用小儿氨酚黄那敏颗粒、小儿感冒颗粒、小儿柴桂退热口服液等药物治疗。2. 支气管炎。可能是吸入粉尘、感染等原因导致病原体感染支气管，释放炎症因子，出现咳嗽、发热等症状，需遵医嘱使用磷酸奥司他韦颗粒、盐酸氨溴索口服液、头孢克肟分散片等药物治疗。3. 肺炎。可能是室内通风不良、身体免疫下降等原因导致的，如果不及治疗，会出现咳嗽、发热等症状，需要在专业医生指导下使用阿莫西林颗粒、罗红霉素颗粒、阿奇霉素分散片等药物治疗。

倍甚至数十倍，所以，和普通吸氧相比，高压氧治疗在改善大脑以及全身各部位缺氧方面有着突出的优势”。

目前，高压氧被广泛应用于多种疾病的康复治疗，比如心脑血管疾病、突发性耳聋、糖尿病并发症、一氧化碳中毒以及亚健康人群的失眠、焦虑等与缺氧密切相关的健康问题。

那么，考生做高压氧治疗到底有没有必要？

刘舟表示，机体维持正常生命活动必不可少的物质就是氧，普通人耗氧量占人体总耗氧量的20%至30%，因此脑组织对缺氧的耐受能力最低，容易出现缺氧症状。对于考前长时间、高强度用脑的学生来说，大脑耗能消耗过大，有可能遇到大脑缺氧的情况，具体表现为夜间睡眠少、不易入睡、入睡后多梦易惊醒、醒后难以入睡，以及头晕、注意力不集中、反应变慢、记

忆力及食欲下降、易激动等。

“如果确实出现了这类缺氧、脑疲劳的症状，可以先进行普通吸氧，经普通吸氧仍不能缓解，才可以考虑进行高压氧治疗。”刘舟强调，不是所有考生都要高压氧治疗，孩子在接受治疗前需由专业人员进行诊断、评估，以排除不适合治疗的情况，比如，患有肺大疱、严重肺气肿等肺部疾病的孩子就不宜进行高压氧治疗。治疗过程中如有不适，考生要及时向医护人员反映。

高压氧治疗会不会有副作用呢？刘舟解释，常规高压氧治疗一般不会产生副作用，但有极少数人在加减压时会出现耳部不适，就像坐飞机上升下降期间耳内会出现闷胀等不适感。这时，就需要接受治疗的人员做调压动作，如捏鼻鼓气、吞咽等，来平衡耳内外的压力。

氧舱。”刘舟解释，民用高压氧舱的压力一般在1.1~1.3个大气压之间，医院使用的是医用高压氧舱，压力一般在2个大气压左右。

刘舟表示，家用和医用的高压氧舱的治疗机理是相同的，但家用设备从压力来说，无法达到医用高压氧舱的治疗效果，操作不当也可能导致气压伤、减压病等并发症，因此并不建议家长随意购买。

据了解，应用微压氧舱最广泛的是高原地区，因为高原缺氧主要是由气压低所致。

进，为医学事业的发展与进步注入新力量。”

大会发布了新版院志、90周年纪念画册、《寻访历史“活化石”》访谈录，并对“建院90年致敬人物”进行颁奖表彰。随后，仲景文化与学术国际论坛顺利召开。中国工程院院士樊代明、国医大师熊继柏、全国名中医袁长津等国内外知名专家齐聚一堂。

据悉，湖南中医药大学第二附属医院始建于1934年5月，是湖南省建院最早的公立中医医院，素有“坐堂行医”发源地、《伤寒杂病论》诞生地、湖湘中医药发祥地的美誉。

关设备，有些参加中考或高考的考生因忙于复习没有时间去进行高压氧治疗，家长便为孩子购买了相关的家用设备。

近日，今日女报 / 凤网记者在一些购物APP里搜索发现，这类家用高压氧舱价格高昂，从几千元到数十万元不等，很多产品还分了单人坐式、单人卧式、双人坐式、双人卧式等不同规格。有网友评论称，购买家用高压氧舱是为了少跑医院，“还是挺方便的”。

“家用高压氧舱实际上是一种民用高压氧舱，分为轻度高压氧舱和微压

递仪式拉开了活动帷幕。国医大师孙光荣教授、湖南中医药大学第二附属医院院长刘春华教授担任火炬手，将象征中医文化的火种传递到10名青年医护人员手中。

“我的中医梦起源于幼时常常看到母亲给村民看病，而母亲行医又是受到外婆影响。如今，我想把这份热爱传递下去，助力中医文化的火种继续蔓延生长。”刘春华在接受今日女报 / 凤网记者采访时说，女性在从事医疗工作中有自己独特的优势，越来越多的女性医务工作者在现代医疗行业中扛起重担，成为医疗体系的中坚力量，“期待更多女性力量加入医疗行业，携手奋

高压氧治疗可缓解脑疲劳

“我崽马上就要中考了，我听一些家长说，他们带孩子去做了高压氧治疗，效果很好，搞得我也想带崽去试试了。”

6月2日，长沙市民张女士告诉今日女报 / 凤网记者，临近高考，她小孩所在班的家长都开始“卷”起来了，有人专攻营养学，天天变着花样给孩子做饭补充营养；有人求助于“玄学”，前往名山祈福许愿；现在有人盯上了医学，带孩子去医院做高压氧治疗，以提升学习状态。

那什么是高压氧治疗？它原本是用来治疗什么的？

6月3日，今日女报 / 凤网记者带着疑问采访了湖南省人民医院高压氧科主任刘舟。

刘舟介绍，高压氧治疗是指在高于1个大气压的环境下吸入纯氧以治疗疾病的方法，“在高压氧舱环境下，人体的血氧含量可以达到常压下吸氧的数

家用高压氧舱达不到治疗所需压力

那么，高压氧治疗是否真的可以提升考试成绩呢？

刘舟提醒，高压氧治疗确实可以帮助考生改善脑缺氧、脑疲劳的症状，让考生恢复精力，改善亚健康状态。但良好成绩的取得，不仅需要灵敏的头脑，还与知识储备、心理素质、应试技巧等息息相关，“可能会有帮助，但并不是‘考试神器’”。而且，考生也不能完全依靠高压氧治疗，还应当进行体育锻炼，注意劳逸结合。

除了医院里配置的高压氧舱，近年来市面上也出现了家用高压氧舱等相

资讯 >>

湖南省中医院举行建院90周年高质量发展大会

今日女报 / 凤网讯 (记者 陈雪炎 通讯员 刘丹) 九秩风华，千秋国粹。6月2日，湖南中医药大学第二附属医院(湖南省中医院)建院90周年高质量发展大会暨仲景文化与学术国际论坛在长沙举行。

第十二届全国政协副主席齐续春，湖南省政协党组书记、主席毛万春，湖南省政协原副主席张大方，中国工程院院士樊代明，国家中医药管理局医政司司长贾忠武，国际投资促进会会长、中国政法大学校董王平等出席，各业界嘉宾等600余人参加。

现场，一场庄严的大医传承火炬传