

血液透析治肾病

——记市三院(市妇幼保健院)血液透析室

■文/图 见习记者 刘彩霞

“对于严重的慢性肾功能不全，不是突然间你患上了它，而是在该病发展到一定程度以后，你突然间发现了它。”漯河市医学会肾病专业委员会主任委员、市三院肾病血液透析室主任孟国正告诉记者，据统计，我国成年人慢性肾病患病率达10.8%，到肾内科初次就诊的患者，三分之二已经发生肾功能不全，四分之一已经到了尿毒症期。他指出，“慢性肾病并非防不胜防、不治之症，只要定期检查尿液就能发现大多数肾病，完全可以早期发现、早期控制。”

慢性肾病不能忽视

在市三院肾病门诊室内，不少患者慕名前来找到肾病血液透析室主任孟国正就诊。在交谈中，大多数患者对于自己什么时候患上肾病、怎样患上的都不清楚，均是感觉身体不舒服来医院进行相关检查后，才被医生告知自己已患上肾病，有些患者则已经发展成为尿毒症。正是由于市民对日常保健和检查的疏忽，才给患病隐患的慢性肾病发展的机会。

在孟国正治疗的众多患者中，还在医院透析治疗的袁大爷病情最为特殊。今年78岁的袁大爷有高血压病史40年、糖尿病病史20年，半年前肾功能受损，曾多次辗转于各大医院。今年2月份，袁大爷在家人的陪同下到市三院肾病血液透析室就诊。当时老人无法平躺，病情严重，检查后被诊断为高血压病3级极高危、

2型糖尿病、糖尿病肾病、肾功能不全、尿毒症，合并高血压、心衰、肺衰、重症贫血。得知患者的病情后，透析室几位主治医生立即对治疗方案进行商议研究，并与上级肾病病专家会诊沟通，孟国正对袁大爷的透析方案进行了重新制订，决定采用特殊透析法。经过透析治疗两个月，袁大爷身体状况和精神面貌有了很大改善。

“部分尿毒症患者常常因为没有明显的患病症状，平常又忽视对身体的检查，再加上一些肾脏病进展缓慢，患者逐渐耐受，很多患者发展到尿毒症期，出现并发症以后，才到医院诊治确诊为尿毒症。还有一些尿毒症患者的症状以肾外表现为主，有的表现为乏力，常被误认为是劳累所致；有的以食欲缺乏、恶心、呕吐为表现，易被当作胃肠道疾病来治疗。”孟国正告诉记者，对于疑似肾脏病，特别是糖尿病、高血压、冠心病等慢性肾脏病的高危人群，应该定期到医院进行体检，对尿常规、血常规、肾功能、电解质及肾B超检查，有助于及早发现尿毒症。

专于业务 精于服务

肾是人的主要排泄器官，就像是24小时工作的“清洗工厂”，不停地滤洗血液，排出身体里的废物和多余的水分，形成尿液。肾还可以产生多种生物活性物质，参与调控血压和水盐代谢、刺激骨髓制造红细胞等。正是因为肾具有重要作用，一旦无法正常工作，代谢废物



对患者病情进行观察。

杜娟摄

就会在体内蓄积，危害健康。而透析仪器对于患者则起到“人工肾”的作用，将血液中蓄积的过多毒素和过多水分清除出体外，替代肾脏的排泄功能，达到治疗目的。

在肾病血液透析室内，全部透析机都在安静地运作着，这些专业的配套系统能为患者进行血液透析、血液透析滤过、血液灌流、高通量透析、单纯超滤等多种血液净化治疗。孟国正作为我市医学会肾病专业委员会主任委员，先后在中国人民解放军北京301医院、北京协和医院等进修学习，掌握了国内先进的中西医结合治疗肾病的方法，通过积极开展中西医结合治疗，使不少患者受益恢复正常生活。

为了提高业务水平，科室医护人

员积极进修学习，拥有丰富的血液净化专业临床经验，全心全意为患者服务。该科室各项血液净化操作诊疗均符合国家规定的诊疗规范，并总结成一整套合理的诊疗流程，严格按照医院规定，执行质量控制管理制度。为保证患者的透析质量，科室始终坚持实行个性化的血液透析治疗方案，根据不同患者的病情程度，定制透析方案，提高患者生存质量。正是由于专业精湛的医疗服务和水平，市三院肾病血液透析室在透析剂量模式、抗凝方案、透析器型号、透析液种类、透析治疗参数的调配方案等方面，均居于市内领先水平，在挽救患者生命、使他们早日回归家庭、社会方面做出了突出贡献。

诚信二院·健康万家

夏季6件事最伤身

颈椎最怕吹。天气热，自然很多家庭都长时间开着空调，空调如果对着颈椎吹，周围的软组织会产生病变，形成肌肉和皮下组织的慢性炎症，造成颈部持续痉挛、后背酸痛等后果。建议室内空调温度不要低于25摄氏度，空调不要对着肩背部直吹。

喝水最怕快。喝水太快，水分会快速进入血液，在肠内被吸收，使血液变稀、血量增加，心脏不好，尤其是患有冠心病的人就会出现胸闷、气短等症状，严重的可能导致心肌梗死。建议每次只喝100毫升度以上的温水100~150毫升，少量多次。

眼睛最怕晒。在烈日下，眼睛是最脆弱的器官，眼睛喜凉怕热，不注意防晒，很容易提前老化，并引发各类眼疾。如果要在上午10点到下午4点之间外出，最好戴上太阳镜、帽子或打遮阳伞。

晨练最怕早。夏季早晨6点前，汽车尾气排放等产生的各种有害物质在空气中聚集较多，正是污染高峰期，另外，日出之前，因为没有光合作用，绿色植物附近非但没有过多新鲜氧气，相反还存了大量的二氧化碳，对健康不利。因此，夏季晨练时间不宜早于6点。

家里最怕脏。夏天闷热、湿度大，使得灰尘更容易附着在空气里，并大量附着在物品表面，成为空气中尘螨及霉菌孢子的栖身地。这些脏东西会趁机会进入人的呼吸系

统，进而引发哮喘、鼻炎等多种疾病。建议夏天应增加清洁的次数，两三天打扫一次。

肠胃最怕凉。夏季也是肠道疾病的高发期，专家建议，这个季节少吃太凉的东西，尤其早晨起床时和晚上临睡前。

专家链接



朱青霞，市二院中医针灸科主任，主任医师，世界中联联方委员会常务理事、市医学会康复学会副主任、市中医药学会常务理事、河南省方剂学专业委员会副主任、漯河市专业技术拔尖人才，主治中风偏瘫、截瘫及其后遗症、颈椎病、腰椎间盘突出、面神经麻痹、骨质增生、肩周炎、膝关节疾病、带状疱疹、风湿病、急慢性软组织损伤等。

漯河市二院(市儿童医院)
全国百姓放心医院
市重点专科 中医针灸科
地址:漯河市交通路201号 电话:2124537 2166752

健康时评

别让“油”腻了你的生活

■朱美翔

我国八成家庭对油的摄入量超标!

日前，国家卫生计生委透露，中国居民膳食指南对油的摄入量推荐是每人每天20至30克，而目前我国的水平是每人每天42克左右。结果显而易见，吃出油腻，吃出肥胖，吃出“三高”。

宋代养生家苏东坡在《东坡志林》中曾提出保健要诀：“味薄神自安”，饮食清淡有利于精神安定。《吕氏春秋》中也指出：“肥肉厚酒，烂肠之食。”多油饮食会造成身体的极大负担，不得不警惕。

而清淡饮食这种健康的生活方式，能最大化地保留食物的原汁味，还能保存食物的营养。

据世界卫生组织发布的2015年版《世界卫生统计》报告显示，2014年日本女性的平均寿命为86.83岁，男性为80.50岁，均刷新了历史最高纪录。与其他国家相比较，日本女性的寿命已经连续三年位居世界第一，日本男性的排名也上升了一位，排名第三。日本料理多用清淡、凉拌或水煮，很少用煎炸、红烧等多油的烹调方法，尽量使各种饮食材料保持原味。可以看到，日本人饮食的一个重要原则就是清淡。

各国饮食文化各有优劣，我们应该跳出传统思维的定式，吸收、接纳其他国家的有益的饮食

习惯，让中国饮食文化在大交流、大变革的历史潮流中更好地发展。

饮食清淡何尝不是人类的本能呢?看看那些刚出生的小婴儿，清淡的白粥加细碎的青菜，就能让他们甘之如饴。“由俭入奢易，由奢入俭难”，随着孩子渐渐长大成人步入社会，尝遍了山珍海味、习惯了大鱼大肉，却逐渐忘记了去体味食物最本真的味道。

其实，清淡不仅止于餐桌，更是一种人生境界。

并不是只有重油重盐的饮食才有滋味，曾国藩就是清淡饮食的实践者，他曾在写给弟弟的家书中提到他的养生之道：“吃白饭不沾点菜”，即用丰富的内心去体察到食物中微弱的潜藏的本味。

也不是只有声色犬马的生活才有意义。诸葛亮在《诫子书》中提到：“夫君子之行，静以修身，俭以养德。非淡泊无以明志，非宁静无以致远。”适时给人生做减法，减去没必要的欲望，做事才会更加清醒，道路才能通达远方。

别让自己的生活油腻腻，体面了，负担少了，生活才能更从容。尝试下清淡的生活，过滤生活的烦恼，蒸发世俗的浮躁，塑造清爽的人生，岂不妙哉?

漯河市康复医院·健康沙澧畔

了解“冬病夏治”——三伏贴



资料图

三伏贴是根据“春夏养阳”的原则，结合天灸疗法，以鼓舞正气，增加抵抗力，从而达到防病治病的目的。其主要是用来预防和治疗支气管炎、哮喘、风湿与类风湿性关节炎、老年畏寒、四肢发凉以及脾胃虚寒等“冬病”。利用夏季气温高，机体阳气充沛的有利时机，调节人体的阴阳平衡，使一些顽疾和宿疾得以恢复。

很多人只是听说贴三伏贴可以治疗一些疾病，然后就去医院进行贴敷，也不管什么疾病，对不对症。漯河市三附院(漯河市康复医院)康复医学科的专家提醒大家，不要盲目地去贴三伏贴，并不是所有的疾病都是用同一种药物、在同样的穴位进行贴敷的，贴敷之前应该经过中医辨证之后，选择不同的药物、不同的穴位进行贴

敷。而且，在贴敷之前，对于寒湿过重的患者，应该行艾灸治疗之后再行贴敷治疗，这样会达到事半功倍的效果。对于顽疾和宿疾较重的患者，不是只有在每一伏的头一天去贴敷，也可以一周贴敷一次，坚持贴敷整个夏季。

很多患者可能在贴敷后，会出现局部有水泡，对这种现象很惧怕。中医有句话叫“灸疮一发，祛病如抓”，天灸，又叫发泡灸，如果有灸疮发生，是很正常的表现，在有些疾病的治疗中，效果还会立竿见影。只是发生灸疮后要注意及时消炎，避免感染，让灸疮尽快愈合，下一次贴敷时，可以在其边上贴敷或者换穴位贴敷，不会影响治疗效果。

贴敷时间

- 第一次: 7月12日——7月21日(头伏)
- 第二次: 7月22日——7月31日(中伏)
- 第三次: 8月1日——8月10日(闰中伏加强)
- 第四次: 8月11日——8月20日(末伏)

优惠政策

关注漯河医专三附院康复医学科公众号，三伏贴费用优惠30%。

链接

漯河医专第三附属医院(漯河市康复医院)是我市“十三五”及今后时期内，建设豫中南区域康复治疗中心的主体单位。康复医学科，是河南省重点(培育)学科、漯河市医学重点专科，被评为河南省青年文明号。科室自成立以来，近百名康复师为广大患者提供了正规有效的康复治疗平台，通过整体化的康复治疗及先进的康复护理，使患者得到全方位的康复，最大限度地提高患者的生活质量，早日回归家庭和社会。

国家城市二级医院 医保新农合定点医院
漯河市康复医院
(漯河市第三附属医院)
坚持以病人为中心
争创群众满意医院
地址:漯河市大学路148号 市电视台对面
医疗服务部: 2112759 急救中心: 2924120

邦友城市山水小区建设项目(一期)规划批前公示

建设位置:中山路与淇河路交叉口西南角

项目名称:邦友城市山水小区建设项目(一期)3号、4号楼

建设单位:漯河核辉置业有限公司

根据《住房和城乡建设部关于城乡规划公开公示的规定的通知》(建规(2013)166号)要求,对该工程进行批前公示,公示期为7个工作日(2017年7月7日~7月17日)。如有异议,请拨打0395-5759911;如需进行听证,请在公示期内向市城乡规划局提出书面申请,详情请到项目现场咨询或登录漯河市城乡规划局网站(<http://www.luoheghj.gov.cn/>)。

漯河市城乡规划局 2017年7月7日

本期公示



质押公告

漯河市隆昌家电商行有限公司将其所有的位于豫南口岸7号仓库存货质押给漯河市郾城区农村信用合作联社,现将该事项予以公告。若对公告的存货权利有异议,请于公告发布之日起5个工作日内到漯河市郾城区农村信用合作联社申请办理复查手续,逾期没有提出异议的,即认为上述公告的权利有效,将准予质押登记。
联系地址:漯河市郾城区海河路33号
联系电话:0395-3165088 15039592719
特此公告
漯河市郾城区农村信用合作联社
2017年7月7日

遗失声明

●漯河市源汇区特莱维美容店开户许可证(核准号:J5043000283601)丢失,声明作废。
●编号为J410301218,姓名为曹永明,出生日期为2009年5月24日的出生医学证明丢失,声明作废。
●漯河市富民运输有限公司豫L9387(挂)道路运输证(证号:411100022204)丢失,声明作废。
●漯河市富民运输有限公司豫LA283(挂)道路运输证(证号:411100021742)丢失,声明作废。
●漯河市顺通运输有限责任公司豫L6771(挂)道路运输证(证号:411100009475)丢失,声明作废。
●赵冰丢失长沙医学院医学影像技术专业毕业证书(证号:108231201106635107),声明作废。