

发扬科研精神 传承中医药文化

——记市青年拔尖人才、市中医院内三科副主任医师段艳菊



段艳菊正在为患者进行药竹罐联合中药塌渍治疗。

■文/图 本报记者 刘彩霞

近日，市委组织部、市委宣传部、市科技局联合发布2018漯河市青年拔尖人才名单，全市共有10名同志获得该荣誉，其中，市中医院副主任医师段艳菊因其科研项目“药竹罐联合中药塌渍治疗慢性胃炎的临床研究”榜上有名。

潜心研究新疗法

2010年，段艳菊从浙江中医药大学中西医结合内科研究生毕业后，就一直在市中医院内三科从事呼吸内科及脾胃科临床工作，曾先后在国家级、省级杂

西医结合治疗支气管哮喘、慢性阻塞性肺疾病、各种肺炎、慢性咳嗽等呼吸系统疾病，能熟练掌握电子支气管镜检查和治疗，对慢性胃炎、结肠炎等疾病的治疗也有深入研究。

据了解，慢性胃炎是临床上常见的消化系统疾病，多年来，临床上治疗慢性胃炎的方法最常用的就是药物治疗，但容易反复，且过多、过久服用药物对胃本身也是一种刺激，而且有一部分病人对药物不能耐受，效果一般。“中医认为，慢性胃炎属于‘胃脘痛’‘痞满’‘嘈杂’的范畴。此病可由多种病因引起，其中比较常见的是由于患者脾胃虚寒引起的，一般病程较长，多因素体脾虚，脾虚日久，损及脾阳，脾阳不足，中焦虚寒；或贪食生冷，损伤脾阳，导致脾阳虚，不能温煦胃肠，寒自内生所致。”段艳菊说，在了解传统中医理论和现代医学理论后，便有了开展科研项目“药竹罐联合中药塌渍治疗慢性胃炎的临床研究”的想法，通过积极研究药竹罐联合中药塌渍治疗慢性胃炎的可行性、有效性，从而为中医药防治慢性胃炎开辟新途径、新方法。

团队协作创特色

为了更好地开展课题，段艳菊带领研究团队在前期做了大量扎实的准备工作，查阅了国内外近10年的相关文献，掌握慢性胃炎临床研究的最新动态。2016年，以段艳菊为主要作者、市中医院为主要完成单位完成的论文“药竹罐联合中药塌渍治疗慢性胃炎疗效观

察”，在国家级期刊《中医临床研究》杂志上发表。

与目前临床上最常用的药物治疗慢性胃炎的方法不同，段艳菊与团队从中医特色疗法入手，结合传统中医药理论，进行明确的辨证分型和严格的筛选，将中医证候疗效和临床症状的改善作为主要的效应指标，发挥中医特色治疗的多环节、多靶点、整体调节的优势，验证了药竹罐联合中药塌渍治疗慢性胃炎的独特疗效。其采用的药竹罐联合中药塌渍的外治方法，方法简单、费用少、痛苦小，无论是在临床疗效还是观测指标上，均有其独特、创新、先进之处，为临床防治慢性胃炎提供了有效、实用的方法，深受患者欢迎。

在整个课题研究过程中，市中医院作为主要单位，拥有雄厚的技术力量和一流的仪器设备，具有承担国家级、省部级课题的能力和经历，可以保证实验结果检测的科学性和可靠性，为确保段艳菊研究团队课题的顺利完成奠定了基础。加之院领导的重视与支持，课题组成员由具有中高级技术职称的专业人员组成，他们均从事多年中医内科临床和科研工作，基础扎实、经验丰富，更为课题研究提供了强大的团队支持。

千淘万漉虽辛苦，吹尽黄沙始到金。段艳菊此次被评为漯河市青年拔尖人才，是对其个人和团队科研能力的认可，也是对市中医院重视科研工作、推动人才队伍建设的检验和肯定。段艳菊表示，将在做好临床工作的同时，继续发展科研工作，为医院发展和全市科技振兴做出新的贡献。

让老人住得安心快乐

■潘玉梅

之前，身边也有朋友入住过敬老院，但他们对敬老院的评价褒贬不一。这次得知漯河日报社爸爸妈妈俱乐部举行参观金康万安老年公寓活动，我也报名参加其中，在重阳节前夕，与众多爸爸妈妈俱乐部会员一起，参观这个在全市享有盛誉的养老机构，实地了解里面的环境设施。

活动当天，我准时来到位于市区长江路上的万安老年公寓，跟着近20名老人一起参观。一进大门就刷新了我对老年公寓的认识：万安老年公寓内部跟外观一样干净整洁，更像是高档次的宾馆，墙上悬挂着医护专家介绍、老人生活写照，真实而生动，医

护人员见面就会亲切地打招呼问候。

随着参观的深入，听着工作人员热情而生动的介绍，我才真正了解了什么是现代化的老年公寓。来到医疗康复区域，一位护理员正在帮助老人进行康复训练，科学的康复器材应有尽有，专家诊室、按摩室、理疗室，老人的医疗需求在这里均得到了满足。

“我们这里每天都安排人员给老人泡脚，每天都有唱歌、诗朗诵等娱乐活动，老人们乐在其中，逍遥自在。”我听着介绍略有所思，感觉这里不像养老院，更像是个疗养院、干休所。干净整洁的餐厅、着装整齐的护理人员以及忙碌贴心的照料，换来的

是老年人满意的笑脸，在这里，各个细节之处充满着和谐与温馨。

参观结束后，在金康万安老年公寓的种种所见所闻都深刻地印在我的脑海里，并时常想：干净整洁的环境和齐全的配套设施，超前的理念和温

馨的公寓气氛，老人们在这里怎么会住得不快乐？它契合整个社会的老龄化需求，契合政府的政策方向，怎能不快速发展？作为在全市有名的养老机构，我对金康万安老年公寓今后的发展拭目以待。



牢记四条防癌常识

据国家癌症登记数据库报告，我国癌症死亡患者中，约60%可预防和避免。防癌远比治癌重要，及时发现，早期积极治疗，癌症也是能够控制的。

1.远离致癌物

应少吃油炸、烧烤类食物，多吃粗粮、蔬果，也要少吃腌制和发霉的食物，聚餐时使用公筷，这样就可以降低大肠癌、乳腺癌、前列腺癌和食管癌、胃癌、肝癌的发病率。尤其是青年人生活要有规律，要自爱，远离致癌物、致癌因素，降低自己罹患肿瘤的可能性。

2.每年按时体检

应当杜绝“小车不倒只管推”的现象，有病应当及早治疗，不提倡带病工作。建议大家每年都要按时进行体检，有条件的中老年人最好每年体检两次，因为有的肿瘤隐蔽性比较高，偶然一次普通体检未必能发现。

3.控制癌前病变

癌症在发生发展过程中包括癌前病变、原位癌及浸润癌三个阶段。癌前疾病不是癌，但极易发生癌变，常见的癌前病变有：黏膜白斑、交界痣、迁延性肝炎、慢性萎缩性胃炎、子宫颈慢性炎症、结肠多发性息肉等。诊断是否为癌

前病变，不可轻信网络自查、商家“科普”，要去正规医院检查诊断，此外，一旦发现癌前病变应采取正确的态度，切勿背上沉重的思想包袱，因为长期的精神紧张，可降低机体免疫力，甚至会促使肿瘤细胞加速发展。

4.保持身心健康

在临床诊治中，癌症患者都有着相同的诱因——压力大、长期抑郁、过分忧虑、爱生闷气。科学研究也发现，长期不良情绪会使人产生应激反应，过强的应激反应就会降低人体免疫力，使癌细胞有可乘之机，所以建议大家应当保持乐观的生活态度，戒烟限酒，加强

锻炼，合理作息，积极防癌。**（更多健康知识请关注漯河健康教育公众微信号）**

市健康教育所



消化不良该如何用药

引起消化不良的原因有很多，因此，用药时要对症下药。

助消化药

助消化药是指能促进胃肠消化过程的药物。比如胃蛋白酶、复方消化酶胶囊、多酶片、乳酶生、乳酸菌素片、藿香清胃胶囊等。

适用人群：腹胀、嗝气、早饱症状、口臭的患者。

注意事项：1.不要用过热的开水送服，以免酶失活。2.应避免与一些金属离子的制剂同时服用。

促胃动力药

促胃动力药可以刺激肠道蠕动。比如甲氧氯普胺片（胃复安）、多潘立酮片（吗丁啉）、莫沙必利等。

适用人群：腹胀、胃胀、爱打嗝、早饱症状及胃肠蠕动慢的老年人。不

适宜人群：肠梗阻、胃肠出血者。

注意事项：1.最好在饭前半个小时左右服用。2.消化性溃疡、胃癌、肝胆胰腺疾病所导致的消化不良，为器质性消化不良；由胃动力障碍引起食物排空受阻导致的消化不良为功能性消化不良。促胃动力药对于功能性消化不良的效果较好，而对于器质性疾病引起的消化不良还需要明确诊断，配合其他治疗方法。

中成药

饮食停滞型（饮食伤胃型）——

症状：胃痛、上腹胀满、嗝腐酸气、吐食或排气后胃痛减轻的饮食伤胃型患者。

原则：开胃消食、健胃消食。

用药：大山楂丸、保和丸、健胃消食片、保济丸、复方鸡内金片、消食健

胃片。

脾虚食滞型——

症状：腹部满闷、食欲不振、恶心呕吐、消瘦倦怠、大便溏薄的脾虚食滞型患者。

原则：健脾和胃、顺气化湿。

用药：木香顺气丸、开胃健脾丸、香砂六君丸。

肝郁食滞型——

症状：胸胁满闷、上腹胀满、嗝气倒饱、胃中嘈杂、大便秘结、舌苔黄厚的肝郁食滞型患者。

原则：行气宽中、化滞通便。

用药：舒肝调气丸、槟榔四消丸。

联合用药

1.偶然性消化不良：健胃消食片+乳酸菌素片（促进胃液分

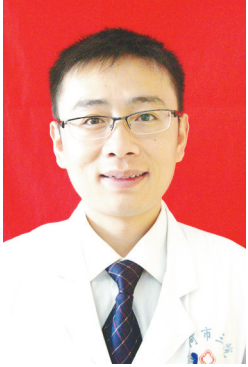




市三院“最美职工”风采展

让孩子健康长高

——记市三院“最美职工”黄占克



黄占克

■本报记者 刘彩霞

黄占克，市三院儿科副主任医师，担任河南省儿童内分泌委员会委员、河南省促身高联盟理事，是我市矮小症及性早熟等内分泌疾病治疗学科的带头人之一。工作13年来，黄占克爱岗敬业、勤奋工作，曾被评为漯河市第九批专业技术拔尖人才、漯河市青年岗位能手。

儿童的身高和生长发育问题是每一个家庭关注的焦点。作为一名儿科医生，黄占克深知保障儿童健康成长工作的重要性与紧迫性。2016年，他进入上海儿童医学中心专修小儿矮小症、性早熟等儿童内分泌疾病的诊治，2017年学成归来后便全身心地投入儿童内分泌疾病诊治工作。在医院的大力支持下，率先在我市设立了小儿内分泌专科门诊，开展“儿童矮小症、性早熟、肥胖

教老爸老妈编织茶杯套

本报讯（记者 刘彩霞）想必不少人都穿过母亲编织的毛衣，带过爱人编织的围巾，但没有想过自己用棒针和钩针也能动手编织出一样作品？在爸爸妈妈俱乐部会员中，就有这样一位编织达人，棒针和钩针在她手中灵活运用，不到半个小时，一双小巧精致的婴儿袜鞋就编织而成。她是潘梅月，以一双巧手被会员们所熟知。

为了让更多人学习到编织技巧，此次俱乐部工作人员专门邀请潘梅月担任授课老师，教授大家编织技巧，为自己的茶杯量身定做一个个茶杯套。

活动时间：11月22日（本周四），上午9:30~11:00。

活动内容：跟随俱乐部会员潘

梅月老师学习编织技巧，一起用钩针、毛线编织茶杯套。

活动地点：新闻大厦6楼教室。

报名方式：本次活动仅限爸爸妈妈俱乐部会员报名参加，非会员可先加入会员后免费参加。本周三之前拨打电话15039571679或者加工作人员微信号15039571679报名即可。

温馨提示：参加活动时需自备毛线、钩针，可以带上自己使用的茶杯，以便根据实际尺寸编织。

扫一扫二维码关注“爸爸妈妈俱乐部”公众号即可查看往期活动精彩花絮。

用药安全

心衰患者慎用六种药

非甾体抗炎药 布洛芬是一种常见抗炎、镇痛药物，心衰患者最好不要用。美国心脏协会曾发出提醒，心衰、高血压病人服用后会增加“水潴留”“水肿”风险。因此，心衰患者在出现发热、疼痛的问题时，应咨询医生后再用药。

维生素E 适当服用维生素E有利于减轻不饱和脂肪酸及维生素的氧化，防止产生醛、酮类等危害人体健康的物质，但是，心衰患者应谨慎补充。加拿大麦克斯特大学一项为期7年、涉及1万多名心脏病患者的大规模研究曾发现，心脏病患者大剂量补充维生素E，心衰及发病住院风险分

别增加13%和20%。

当归、丹参 不少活血化瘀的保健品中常含有当归、丹参，过量服用有损伤血小板的风险，如果心脏病患者正在服用抗凝药，则会增加出血风险，严重时可导致心衰。

甘草 不少止咳药物中会含有甘草，甘草在体内能发挥类似糖皮质激素的作用，可能会升高血压，心衰患者擅自服用，可能会加重病情。

三七 三七除了能升高血压，在体内还能和心衰患者的常用药——血管紧张素转换酶抑制剂产生协同作用，从而可能放大毒副作用，出现危险。

人民健康网

科学育儿

宝宝拉肚子该怎么吃

宝宝拉肚子可能是饮食不当造成的，也可能是腹部受凉引起的，家长要注意宝宝腹部保暖，尽量给宝宝挑选易消化的食物，并及时给宝宝补充益生菌。

1.胡萝卜泥或苹果泥。这两种食物具有明显的止泻作用，而且这类食物容易消化吸收，可以提供给宝宝身体需要的营养，同时又能促进肠胃功能的修复。

2.饮食应当清淡，不要让孩子吃过冷或过热的食物，最好不要接触海鲜类食物，凉性的水果最好不要吃。如果是喝配方奶粉的宝宝，应在宝宝腹泻期间减少每次的进食量，不要让宝宝一次喝太多，否则也会加重孩子肠胃负担。

3.适当补充益生菌，益生菌具有调节肠胃的作用，能有效缓解腹泻问题，调理肠胃功能。

人民网