

推广康复理念 提升专业水平

——记市三院心脏康复科

■文/图 本报记者 刘彩霞

提起心血管疾病,不少人都会想到介入手术。心脏介入治疗挽救了无数急重症患者的生命,然而手术仅是心血管疾病手术过程中的一个阶段,想让疾病得到长期改善,还需要通过心脏康复对疾病和身体状况进行系统管理。通过一系列手段,达到大医治未病的效果,防止患者心血管病复发。

心脏康复遵循“五大处方”

所谓心脏康复,是指多种协同、有目的的干预措施的综合,包括康复评估、运动训练、饮食与行为等,使患者心脏功能与结构改善、体力与精神优化,降低心血管病发病率和病死率。

2017年11月,在河南省心脏康复专科联盟成立大会上,市三院正式加入河南省心脏康复联盟成为成员单位,制订了长远的发展和人才培养计划,使得该院心脏康复工作一步步扎实开展。先后派出多名医护人员到河南省中医药大学二附院、郑大五附院等省级医院培训、观摩。随后又开展6分钟步行试验、建立运动康复大厅,今年初引进新检查项目运动心肺功能试验,帮助患者



市三院心脏康复科主任段继豪指导患者进行运动康复。

了解自己的运动能力,指导其合理运动。

2018年8月份,市三院成立心脏康复科并建立双心门诊,对患者进行心脏与心理的综合治疗,使得心脏康复工作更加专业化、细致化。心脏康复科主任段继豪从事心内科临床工作10年,擅长高血压、冠心病、双心治疗、心脏康复治疗等。作为漯河市第八批“专业技术拔尖人才”,他个人曾先后在北京朝阳医院心脏中心、郑州大学第二附属医院心脏中心进修,担任

河南省康复医学会心血管病分会第一届专科分会委员。河南省康复医学会心血管病分会主要遵循五大处方:药物处方、运动处方、营养处方、心理处方、戒烟处方进行具体实施操作。”段继豪表示,患者心脏康复前或者康复过程中,每月都要走进评估室进行评估。在各项检查数据的基础上,再进行针对性的优化药物组合、科学评估运动量、补充营养控制体重、技术戒烟与戒烟双管齐下,减少患者心血管发病危险因素。

心脏康复对临床医师的综合医学素养要求很高,需要对患者进行全面的、长期的、综合的临床评估和治疗。科内医护人员每天按时查房,对患者运动情况进行记录及时掌握、分析制订康复计划。利用业余时间学习心内科专业知识的同时,不断学习心理学、运动学和营养学等相关书籍,积极培养一批优秀的心脏康复医师,用耐心和责任心帮助患者顺利康复。

体外反搏辅助心脏康复

2017年,在院领导的大力支持下,市三院心脏康复科率先引进体外反搏仪。体外反搏治疗作为一种安全有效的无创性机械辅助循环疗法,可用于治疗冠心病、心肌梗死、预防心梗、脑卒中的发生和复发。该科自开展体外反搏技术以来,已成功做了近万人次,不少患者从中获益。

2018年1月,56岁的孙阿姨到市三院就诊。半个月前,孙阿姨劳累后出现胸痛、呼吸困难,步行200米即感胸痛持续1至3分钟,特别是近期症状逐渐加重。

检查后,心脏彩超显示孙阿姨左前降支近段多发混合斑块影及软斑影,斑块不同程度狭

窄,左室前壁运动幅度减低。由于孙阿姨非常抵触植入心脏支架,经过详细查体、问诊沟通,结合孙阿姨的既往病史,主管医生段继豪建议进行体外反搏治疗并配合“五大处方”,通过药物治疗、心理处方,结合饮食结构调整、运动方式调整等进行治疗。

在反搏室治疗护士潘文芳的协助下,经过3天6次的体外反搏初步治疗后,孙阿姨活动后胸痛症状完全消失。一周后,孙阿姨在走廊步行一个来回无气喘。经过五周70次为一疗程的体外反搏治疗后,孙阿姨步行爬楼梯从11楼到7楼上下一个来回,也未出现不适症状,其活动耐力明显增强。从心电图和彩超结果来看,孙阿姨左室前壁运动幅度正常。出院后,她还特意向科内全体医护人员表示感谢。

心脏康复不仅关乎患者一生,而且是一个家庭的命运。段继豪表示,下一步,科室将积极向中国康复医学会心血管病专业委员会申报成立心脏康复中心,不断推广心脏康复理念,提升科室专业水平,让市民以及更多心内科介入医师逐渐关注、了解心脏康复,努力为广大患者打造更专业的就诊环境。

百次献血英雄榜

赠人玫瑰 手有余香

——记无偿献血者赵军凯



■本报记者 刘彩霞

赵军凯,市红十字无偿献血服务队成员,他将参加献血活动当作自己的义务。

“我第一次献血是1999年,当时自己在部队当兵跟着战友一起参加无偿献血活动。父母都非常支持我参加无偿献血活动。”赵军凯回忆说。2001年,赵军凯离开部队回到漯河工作。一天,经过市区新天地的爱心献血车时,

便上车献血并坚持至今。目前,他的献血次数已达160次,其中机采血小板192个治疗量,曾多次荣获全国无偿献血奖、漯河市无偿献血一等荣誉。

在2008年加入市红十字无偿献血服务队后,赵军凯利用休息时间积极参加公益活动,宣传无偿献血知识。在他的影响下,身边不少朋友、同事都参加献血活动。“只要在身体条件允许的情况下,我就会坚持无偿献血,一直献到国家献血法规定的年龄为止。”赵军凯说。赠人玫瑰,手有余香,赵军凯希望通过自己和其他无偿献血者的事迹,能影响更多的人加入到无偿献血的队伍中,救助更多的人。



诚信二院·健康万家

警惕无症状结石

泌尿系结石俗称“尿结石”,谈起它,多数患者恐怕终身都不会忘记肾绞痛发作时那种腰背部、下腹部剧烈疼痛、常伴尿中带血的痛苦。

市民王阿姨七年前在一次体检时被告知患有双肾结石,最初分别只有绿豆和黄豆大小,也没有腰痛、血尿等症状。近期,王阿姨经常感到头晕气短、四肢无力,就到市二院泌尿外科门诊就医,经检查确诊为尿毒症,而“罪魁祸首”就是当年的那两颗小石头,已长成了鹿角形的“铸型结石”,长满了整个肾盂,并有肾积水和肾实质萎缩。王阿姨这才意识到了问题的严重性,但为时已晚,即使取尽双肾结石也无法恢复双肾功能,只能依靠定期血液透析维持生命。

市二院泌尿外科主任李新伟提醒:肾结石、输尿管结石属于上尿路结石,膀胱结石、尿道结石则属于下尿路结石。临床中发现,无症状的结石多为上尿路结石。结石的疼痛、血尿程度和结石大小亦不成比例关系,结石的位置往往是造成症状的关键。较小的肾结石,如在肾盂内随体位变化而频繁活动,或掉落至输尿管内刺激管壁狭窄部位,则会引起强烈蠕动或痉挛,出现腰腹绞痛和血尿,即“不通则痛”;而较大的鹿角状结石,因为跟泌尿系统的空间较吻合,如没引起肾盂、肾盂梗阻或继发感染,可以长期无症状,即“不动不痛”。

李新伟建议,每年一次的B超检查是非常必要的。一旦发现结石,应尽早前往正规医院泌尿外科就医。小结石可选择保守治疗,包括大量饮水、适当服用排石药物、多运动、均衡饮食等。结石较大时可以根据不同部位、大小选择不同的个体化治疗方案。

市二院泌尿外科是该院特色学科,引进了先进的瑞士EMS混合动力碎石机,具有碎石速度快、清石效率高、碎石率低、碎石系统等功能,可提供所有腔内碎石手术方案,可独立完成泌尿系结石的手术,也可联合在一起对结石进行治疗。医生可根据结石的大小、质地、位置以及是否伴随其他疾患等因素,任意选择最适合的碎石方式,不仅达到各种质地的结石都能一次性粉碎的临床需求,也提高了手术成功率,安全性更高,能够全面满足各类结石患者的治疗要求。

市二院提供

专家简介

李新伟,市二院泌尿外科主任、副主任医师,河南省男科青年委员会会员,河南省科普学会泌尿外科分会会员,擅长泌尿外科肿瘤、前列腺增生、结石等常见病的微创手术治疗。

漯河市第二人民医院

漯河市交通路201号

漯河市康复医院·健康沙澧畔

跑步膝的病因及治疗方法

髌胫束综合征主要由过度运动和不当的体育训练引起,多见于长跑、自行车爱好者、舞蹈家、军人及其他运动者。以跑步造成的膝关节外侧方损伤最为常见,因此又名跑步膝。形成跑步膝的主要原因有:

- 1.生理结构异常,如“X型腿”、“O型腿”、足弓塌陷导致胫骨内旋、足外翻、双侧下肢不等长、髌胫束过紧或者大腿内侧肌肉力量失衡。
- 2.活动过度。
- 3.不正确的跑步姿势。
- 4.在斜坡上跑步。
- 5.鞋子不合脚或者磨损严重。
- 6.跑步前没有热身。

跑步动作周期会出现两次屈伸运动。一次是脚触地时,先屈膝以缓冲与地面接触的应力,然后膝盖伸展使身体重心上升。在足部即将离开地面时出现第二次屈伸运动,首先屈膝将下肢向上甩起,然后伸膝使足部再次接触地面。在膝关节的伸膝屈膝动作中,髌胫束不断摩擦股骨外上髁,产生较大的摩擦力,从而导致膝盖疼痛。

髌胫束综合征的治疗方法有哪些?
软组织松解:对臀大肌、阔筋膜张肌和股外侧肌进行松解,缓解筋膜和肌肉的紧张。可以使用泡沫轴或网球进行,松解1~2分钟。
股内侧肌训练:在完成股

外侧肌的松懈后,需要配合股内侧肌的强化运动。在伸膝15度范围内做屈伸膝训练,6~10次为一组,每次2~3组。

动态关节松动术:将髌骨向内侧推动,并伴以患者主动的完成其活动受限的动作或致

使疼痛的动作。由于该案例患者下楼时疼痛明显。因而须告知患者在配合松动的同时完成下楼梯的动作。

整个治疗过程要准备一个凳子,让患者患侧腿立于凳子上。治疗师站在患者疼痛侧,

上方手卡住股骨远端,下方手用大鱼际给予患者髌骨一向内侧侧移的推力的同时,让患者完成下楼梯的动作。6~10次为一组,每次2~3组,治疗时松动的力量要持续。

市康复医院提供

专家简介



张帅,市康复医院主管康复治疗师、郑州市软组织研究会神经康复专业委员会常务委员、郑州市软组织研究会假肢矫形专业委员会委员,从事神经康复、骨科康复8年,擅长偏瘫、脊髓损伤、骨折术后、下腰痛、足踝疾病的康复评定与康复治疗。



健康知识

眼花了只能忍着吗

正常距离看不清手机上的字,要拿远些才行;原来戴近视眼镜看书,现在需要摘掉眼镜看书近些……这些症状你有吗?如果有,证明你已经开始加入老花眼人群的行列了。

我们眼球内有个叫作晶状体的组织,它是一个双凸透镜形状的透明组织,靠很多叫“悬韧带”的小带子连接于眼内睫状肌

上。看近处时,睫状肌收缩带动悬韧带松弛,使晶状体变凸,产生调节从而看清近处物体。随着年龄增长,晶状体弹性开始降低,晶体开始硬化,变形能力降低,睫状肌功能也逐渐衰退。此时,由于眼部调节能力下降,便会出现阅读等近距离工作困难,这就叫作老视,俗称“老花眼”。目前,临床上可以通过手

术治疗老花眼,也就是通过手术置换老化的晶状体,用一枚人工晶体来解决近视、散光、远视、老视等眼部屈光问题。那么,人工晶体放入眼内安全吗,能用多久?

人工晶体其实是一个片状的透明镜片,目前,双焦点人工晶体和三焦点人工晶体均可以解决老花眼的问题。以三焦

点人工晶体为例,植入后可以同时具有远、中、近三个焦点,以实现术后看远、看中、看近的全程视力,不再需要眼镜的协助。

这种通过手术置换晶状体的方法和治疗老年性白内障的手术方法差不多,几分钟就可以完成。手术切口小于3毫米,不出血、不缝合,配合术

后眼用密封胶的使用,术后眼角膜切口可迅速闭合,无须住院。一般两只眼的手术不是同时进行的,需要根据一只眼术后的恢复情况及用眼习惯,调整另一只眼的人工晶体的选择及度数,确保患者的最佳视觉效果。就目前的医疗水平而言,人工晶体在眼内的使用年限至少为50年。

据人民网

关于漯河金得利投资咨询有限责任公司股权转让的债权申报公告

漯河金得利投资咨询有限责任公司及其子公司的各债权人:

漯河金得利投资咨询有限责任公司(以下简称漯河金得利公司)的原股东李秀平和靳长安即将将其持有的漯河金得利公司100%的股权转让给中国石化天然气股份有限公司,即将办理股权转让手续。中国石化天然气股份有限公司即将成为漯河金得利公司企业法人股东。根据股权转让协议,原股东将承接股权转让前的该公司名下及其子公司漯河市南宝能源有限公司(以下简称漯河南宝公司)名下的所有债权债务。

鉴于上述情况,现请漯河金得利公司及漯河南宝公司的各债权人(包括但不限于机关、团体、法人、自然人以及其他经济组织等)向漯河金得利公司及漯河南宝公司进行债权申报登记,并就有关债权申报登记事项公告如下:

- 一、申报登记时间:2019年11月8日至2019年12月8日,共计31日。
- 二、申报登记的债权范围:申报人在本公告发出之日前与漯河金得利公司及漯河南宝公司形成的真实、合法、有效且未超过诉讼时效期间的所有债权债务关系。
- 三、申报所需资料:1.申报债权时,需提供包括但不限于:工商营业执照及债权人身份证原件及复印件;如债权人委托他人代为申报债权的,还应当提交债权人委托代理人的授权委托书、代理人的身份证原件和复印件。2.

债权申报书(应载明债权人名称、地址、联系方式、联系人及债权人债权金额、性质、有无担保等具体内容)。3.有效债权、债务凭证,包括借条、欠条、收据、发票、合同、工程结算欠款凭据、银行进账等具有执行力的法律文书及相关资料,需提供原件及复印件核对。4.对申报债权有抵押、担保和连带责任等情况的,还应当书面说明,并提交有关凭据原件及复印件。

四、注意事项:债权人如果在本公告注明的申报登记期限内未进行债权申报登记,则自公告期届满当日24:00止,未进行债权申报登记的债权人不得再以任何形式向股权变更后的漯河金得利公司及漯河南宝公司主张权利,该债权由原股东李秀平和靳长安承担清偿责任。

五、申报登记地点:漯河市金山路与崧江路交口西北角中国石化漯河分公司2楼质量安全工程部。

六、申报登记联系人及联系方式:
联系人:刘姣 电话:0395-3188916
电子邮箱:254142670@qq.com
特此公告

漯河金得利投资咨询有限责任公司 漯河市南宝能源有限公司
2019年11月8日

成立公告

名称:漯河市郾城区道一教育培训中心
法定代表人:王满良
统一社会信用代码:52411103MJY457001L
业务指导单位:漯河市郾城区教育局
地址:漯河市郾城区梧桐城西门面房
漯河市郾城区民间组织管理办公室
2019年11月8日

公告

漯不动产登公(2019)第817期
根据房屋产权人党玉岗(沈秋月)的申请,登记在漯河市运输公司名下的土地分割转让登记证遗失,宗地坐落:五一路运输公司301室,用途:城镇住宅用地,类型:划拨,面积:31.55平方米。我中心已初步审查,现予以公告,有异议者,请自公告发布之日起15个工作日内持书面材料到我中心提出申请,逾期没有提出异议的,我中心将注销原证书,并办理补发手续。
漯河市自然资源确权登记交易服务中心
2019年11月8日

拍卖公告

我院定于2019年12月10日10时至12月11日10时,在河南省漯河市郾城区人民法院网络司法拍卖平台,第一次公开拍卖漯河三盛环保节能科技有限公司机器设备。有意竞买者,请登录 http://sf.taobao.com/0395/02,搜索户名:漯河市郾城区人民法院
漯河市郾城区人民法院
2019年11月8日

公告

根据房屋产权人的申请,下列房屋权属证书遗失,现声明挂失。有异议者,请自公告发布之日起15个工作日内将书面材料送达我中心,逾期我中心将根据申请人申请,注销原证,补发不动产权证。

| 权利人 | 房屋坐落 | 证号 | 面积(m ²) |
|-----|--------------|------------|---------------------|
| 史鑫 | 河南省漯河市郾城区黄山路 | 2014004171 | 71.36 |

漯河市自然资源确权登记交易服务中心 2019年11月8日