

市六院(市中心血管病医院) 国家级房颤中心通过认证

本报讯（记者 刘彩霞）市六院（市中心血管病医院）心内科是我市重点专科，作为国家级胸痛中心以及我市心血管病区域治疗中心承建科室，该科与北京安贞医院、郑大一附院等医院建立多年的合作关系。为不断提高心血管病的治疗水平，为患者提供硬件和技术的双重保障，2018年，该院领导班子提出“五大中心”（国家级胸痛中心、心衰中心、房颤中心、心脏康复中心、高血压达标中心）建设规划，并在2018年高标准建成我市唯一一家设备先进的杂交手术室。近日，市六院继成为国家级胸痛中心、国家级心衰中心后，房颤中心顺利通过国家级认证。

国家级胸痛中心 致力挽救患者生命

在市六院心内科医护人员看来，每次心脏手术都是在与时间赛跑。2017年10月，该院业务副院长、心血管专业学术带头人赵森带领心内科团队开始建设胸痛中心，并于2018年10月顺利通过国家级胸痛中心认证，在我市处于领先水平，是我市为数不多能开展急诊PCI（冠脉介入）的医院之一。

“胸痛中心建立的目的是为急性胸痛患者提供快速诊疗通道，帮助急性心肌梗死、主动脉夹层、肺动脉栓塞等急性胸痛患者解除生命危险。”赵森说，通过建立胸痛中心黄金急救圈，实现了120急救中心、急诊科、心内科以及辖区基层医院之间的信息共享，组建了完善、高效、畅通的胸痛急救网络，使疑似心梗患者进入救护车或乡、镇医院急诊室后，接诊的医护人员第一时间将患者生命体征等重要数据通过胸痛中心微信群实时上传，确诊后立即给予相应急救措施，最大限度改善患者的预后。同时，胸痛中心收到患者病情资料后快速反应，第一时间组织心血管内科多位医



市六院（市中心血管病医院）心内科团队。

市六院提供

生在胸痛中心数据平台上进行网络会诊，一方面调度介入诊疗中心紧急待命，一方面通知专家团队迅速赶至介入导管室，提前准备急诊手术，等待患者入院，大大提高救治成功率。该院胸痛中心经过这两年更加规范、有效、流畅的建设，运行后，2019年已经通过急诊PCI挽救377名患者生命，为之后市六院建设国家级心衰中心、房颤中心打下了基础。

国家级心衰中心 让专科特色更突出

如果说各种心脏疾病与身体健康息息相关，那么心衰更不能被忽视。心力衰竭简称心衰，是由于各种原因导致的心脏收缩或舒张功能减退，从而使心脏的血液输出量减少，不能满足机体的需要，由此产生一系列症状和体征，严重影响患者生活质量，威胁其生命安全。

由于心衰病程会不断进展且不能治愈，所以为了规范心衰的诊治，让每一位心衰的患者均能接受最恰当的治疗，最大限度降低心衰再住院率和死亡率，

2019年7月，市六院心内科正式启动心衰中心建设，明确心衰组织架构，由副院长赵森统筹负责，心内二科主任巩芸具体承办，建立了多学科管理架构，设置了心衰门诊和心衰病房。患者进入门诊大厅后，经过初步分诊进入心衰诊室，心衰门诊医生根据详细的病史采集和体格检查，完成心电图、胸片、心脏超声等辅助检查后，诊断患者是否为心衰，同时及时查找心衰患者病因，根据心功能评估结果和容量情况，决定下一步的治疗方案。对于门诊治疗患者，医务人员会进行指导用药、病历记录和健康宣教，定期进行评估精准调药及随访；针对需要住院治疗的患者，则由专职护理人员送入心衰病房进行入院评估，对病情危重及血流动力学不稳定的患者，直接收住CCU（重症监护室），由临床药师和康复治疗师协助完成患者的心衰管理。

据巩芸主任介绍，目前该中心已规范管理500多名心衰患者，通过对患者用药、饮食、运动等规范管理，能做出准确及时的干预，更好地延缓了患者病情发展，提高了患者的生存率。

健康素养提升系列之七

孩子验光须扩瞳

我们带孩子到医院检查视力的时候，医生通常会告诉我们要做扩瞳验光。扩瞳就是用药物的方法暂时去除晶状体的调节力，以得到更加准确的验光数据。可是，有不少家长对扩瞳验光有误解，担心药物会对儿童眼睛造成伤害，其实，这是不必要的顾虑。

我们的眼睛就像一台智能的照相机，晶状体就好比能够自动变焦的“镜头”。人们为了能够看清距离眼睛不同距离的物体，“镜头”会不断地变焦。比如为了看清近处的物体，睫状肌会收缩，导致晶状体变厚，增加晶状体的折光能力，从而可以让近处的物体成像在视网膜上。

对于正常的孩子来说，来源于外界

物体的光线进入眼睛，会最终聚焦成像在视网膜上。而由于眼轴的增长或晶状体屈光力的异常增加，光线聚焦会成像在视网膜的前面，形成近视。

验光的目的是为了测量出眼睛对于光线聚焦的情况。在验光的过程中，不管是电脑验光还是主观验光，都是模拟看远处物体时、睫状肌放松的情况下，对孩子的屈光不正度数进行测量。因此如果没有对睫状肌进行麻痹处理，在测量的过程中，“镜头”不断地变焦，将会导致测量出的结果不准确。

我们配眼镜的目的就是想用眼镜代替一部分“镜头”折光的能力，从而让眼睛得到放松和休息。如果测量不准确，配的眼镜就没有办法完全起到作

用，会有不小的风险。

由于儿童晶状体调节能力格外强，为了不“镜头”自动调节，最好的办法就是让负责调焦的肌肉麻痹，以便让“镜头”处于放松状态，这样才能测准，因此儿童验光时必须扩瞳。而对于成人来说，由于晶状体调节力没有那么强，散瞳也就没有必要了。

散瞳后，由于睫状肌没有办法收缩，“镜头”失去调焦能力，孩子自然会看不清近处的物体，但一般对于看远影响不大。同时由于瞳孔变大，就好比照相机的“光圈”变大了，进入眼内的光线自然就增多了，孩子可能会抱怨“畏光，刺眼，有一些不舒服”，这个时候要避免孩子的眼睛接触强光。这

警惕日常饮食中的毒素

率高，常用于煲汤和药膳。

4.野生蜂蜜中毒

野生蜂蜜是各种花蜜混合，如果混入雷公藤等有毒花蜜，可以致命。来源不明的蜂蜜最好别碰。

5.肉毒毒素中毒

肉毒毒素耐热，中毒后肌肉麻痹，救治不及时会危及生命。常见于西北地区风干肉类及家庭自制发酵的肉制品、豆制品中。

6.甲醇中毒

除了工业酒精勾兑的假酒，家庭自制发酵酒也可出现中毒。比如自酿葡萄酒，酿制过程中由于杂菌污染，易产生

甲醇。

7.李斯特菌

李斯特菌耐低温，冷藏室可生长，主要危害老人、孩子、孕妇，孕妇感染后会有50%概率出现流产、死胎。常见于即食肉制品、冷饮、未杀菌乳制品、生果蔬，外观和味道无法分辨。

8.出血性大肠杆菌

出血性大肠杆菌是大肠杆菌的一个亚型，因能引起人类的出血性肠炎而得名，严重者可出现溶血尿毒综合征。预防的关键是把食品生熟分开、烧熟煮透后再食用。

9.亚硝酸盐中毒

国家级房颤中心 追求卓越再攀高峰

10月28日，好消息再次传来：市六院顺利通过中国房颤中心认证，成为国家级房颤中心（标准版）。此次中国房颤中心的成功认证，是继市六院成为国家级胸痛中心、心衰中心后取得的又一次骄人成绩。

房颤是最常见的快速性心律失常，几乎见于所有的器质性心脏病，在非器质性心脏病也可发生，会引起严重的并发症，如心力衰竭和动脉栓塞，严重威胁人民健康。建设房颤中心旨在规范房颤的诊治，最大限度降低房颤卒中的发生率以及由此引发的致残率和死亡率。2019年11月，市六院正式启动国家级标准版的房颤中心建设后，在赵森的统一带领下，心内一科主任王瑾具体承办建立房颤诊疗立体化管理体系，全面优化房颤管理流程，同时在全市范围内开展房颤中心规范化治疗巡讲和培训，普及房颤知识，提升全市房颤救治水平。如今，房颤中心各项工作稳步推进，房颤患者管理日趋规范，房颤射频消融、左心耳封堵等新技术在临床得到广泛推广，多学科协作诊疗模式更加成熟，房颤患者随访依从性有效增强，抗凝率进一步提高。

不仅如此，市六院在心脏康复中心建设方面也不断努力，赵森带领心内科主任张伟团队严格按照心脏康复五大处方标准，开展心脏康复体外反搏治疗以及6分钟步行实验，目前已经顺利完成现场审核。同时，市六院计划明年开展高血压达标中心建设，进一步提升对患者的综合治疗水平，争取全面打造成为集国家级胸痛中心、国家级心衰中心、国家级房颤中心、国家级心脏康复中心、国家级高血压达标中心“五位一体”的心脏病救治中心。

些副作用经过一段时间后都会自动消失，不会对眼睛造成长期危害。

一些家长可能会因为孩子不舒服而产生一定的焦虑，但是如果近视度数测量不准，会严重影响后续的视力矫正和近视控制，因此，儿童验光一定要扩瞳。

市健康教育所



市直卫健系统

举办党风廉政建设党课暨抗疫先进事迹报告会

10月31日下午，市直卫健系统举办党风廉政建设党课暨抗疫先进事迹报告会，教育引导广大党员干部始终牢记初心使命，增强廉洁从政意识，推动卫健系统党风廉政建设高质量发展。市卫健委领导班子及机关党委全体党员、市直医疗卫生单位领导班子成员及党支部书记近200人参加。

在党风廉政建设党课教育上，市委卫健工委书记、市卫健委党组书记、主任曹江涛以“旗帜鲜明讲政治，大力弘扬伟大抗疫精神，以严的标准提高党风廉政建设质量”为题，围绕“坚守正道，弘扬正气”“深学

细悟，笃行实干”“坚守初心，勇担使命”和“典型引领，高树标杆”四个篇章，重点强调“大力弘扬伟大抗疫精神”和“从严加强党风廉政建设”，结合自身实际体会以及医疗系统实际案例，为市直卫健系统广大党员干部进行了深刻的廉政教育。

随后，河南省卫健委药政处处长孙威进行了抗疫先进事迹报告分享。抗疫先进事迹充分展示了全省卫健系统团结奋进、众志成城、坚决打赢疫情防控阻击战的强大力量，体现了广大医护人员坚持人民至上、生命至上的精神风貌。

孟珂



O型血并不是“万能血”

很多人认为O型的人是“万能供血者”，可以输给其他任何ABO血型的人，其实，这个说法是不可取的。

ABO血型是根据红细胞膜上存在的凝集原A与凝集原B的情况将血液分为4型：凡红细胞只含A凝集原的，称为A型；只存在B凝集原的，称为B型；若A与B两种凝集原都有的称为AB型；这两种凝集原都没有的，则称为O型。

不同血型的人的血清中含有不同的凝集素，但不会含有对抗自身红细胞凝集原的凝集素。因此在A型人的血清中，只含有抗B凝集素；B型人的血清中，只含有抗A凝集素；AB型人的血清中没有抗A和抗B凝集素；而O型人的血清中则含有抗A和抗B凝集素。

在准备输血时，医院首先要鉴定血型保证供血者与受血者的ABO血型相合。因为这一系统的不相容输血常引起严重的反应，对于在生育年龄的妇女和需要反复输血的病人，还必须使供血者与受血者的Rh血型相合，以避免受血者在被致敏后产生抗Rh的抗体。

在ABO系统，血型相同的人之间输血前必须进行交叉配血试验，即不仅把供血者的红细胞与受血者的血

清进行血清配合试验（称为试验主侧），而且要把受血者的红细胞与供血者的血清作配合试验（称为试验的次侧），这样既能检验血型测定是否有误，又能发现他们的红细胞或血清中是否还存在一些其他的足以引起红细胞凝集反应的凝集原或凝集素。交叉配血是输血前的一道必经关卡，无论用血者与献血者的血型是否一致，都要进行交差配血，确保输血安全。

虽然O型的红细胞上没有A和B凝集原不会被受血者的血浆凝集，然而O型人的血浆中的抗A和抗B凝集素能与其他血型受血者的红细胞发生凝集反应。当输入的血量较大时供血者血浆中的凝集素未被受血者的血浆足够稀释时，受血者的红细胞会被广泛凝集。因此O型血并不是万能的。

吕颖



牙结石是如何形成的

牙结石又称牙石，通常存在于唾液腺开口处的牙齿表面。如下颌前牙的舌侧表面、上颌后牙的颊侧表面和牙齿的颈部以及口腔黏膜运动不到的牙齿表面等处。

牙结石最开始是乳白色的软垢，通过逐渐钙化变硬。牙结石通常呈现出黄色、棕色或黑色等，有的与自然牙颜色相近，有的则明显可见差异，并且会时不时散发恶臭。

牙结石形成的原因主要有以下几点：唾液中的二氧化碳浓度降低，促使无机盐沉淀于牙齿表面上；退化细胞的磷酸盐酵素使有机磷水解产生磷沉淀于牙齿表面而形成；由于细菌使唾液的酸碱值升高而呈碱性，造成唾

液中的蛋白质分解，放出钙盐，沉淀于牙齿表面上而成；与口水浓度有关，浓度愈大，愈易沉淀。另外，牙结石形成的速度、形态和硬度因人而异，快速形成的牙结石要比慢慢形成的牙结石要软且碎。

牙结石一旦钙化，就等同于在口腔中落地生根，建立了生存的基地，而且并不会就此止步，会随着时间的推移越积越多、越积越厚，并逐渐向牙颈部部位发展，形成更为危险的更为可怕的“龈下结石”。可简单总结为：牙菌斑→牙结石→牙龈炎→牙周炎→牙齿松动或脱落。所以，大家要对牙结石要引起足够的重视，避免引起严重的口腔疾病。

刘彩霞

健康课堂

1.霉变甘蔗中毒

甘蔗节菱孢霉产生3-硝基丙酸，会攻击人体中枢神经系统，致死率高，常伴有严重后遗症。多出现于春季甘蔗霉变后，特征是有酒味。

2.河豚毒素中毒

河豚毒素是藻类毒素，耐煎煮，麻痹中枢神经，救治不及时会危及生命，治愈后通常没有后遗症。多见于野生河豚、织纹螺、贻贝等海产品中。

3.乌头中毒

乌头（草乌）是西南地区常见草药，民间认为可以祛湿，其中的乌头碱毒性极大，主要反应在人体心脏，死亡

为何会患口腔溃疡

口腔溃疡，俗称“口疮”，又称复发性阿弗他溃疡，复发性口疮，是一种常见的发生于口腔黏膜的溃疡性损伤病症，多见于唇内侧、舌头、舌腹、颊黏膜、前庭沟、软腭等部位，外观为单个或者多个大小不一的圆形或椭圆形溃疡，表面覆盖灰白或黄色假膜，中央凹陷，边界清楚，周围黏膜红而微肿。目前在我国发病率较高，易发年龄为10~30岁，女性患病率高于男性。口腔溃疡就是单纯的“上火”吗？不全是，长口疮还有以下几个原因。

口腔黏膜局部受外力刺激 如吃饭时不小心咬到口腔黏膜，刷牙时牙刷划伤，牙齿的残根残冠、牙齿的锐利边缘、佩戴矫正牙齿牙套等长期慢性磨损局部黏膜或者有长期咬腮、咬颊、咬唇等自伤性不良习惯。

自身内分泌原因 在女性经期的时候，体内的内分泌产生变化，这个时候也容易出现口腔溃疡的情况。临床研究发现，月经期出现口腔溃疡主要是由于体内黄体酮水平增高而雌激素（孕酮等）的水平降低所致。

消化系统疾病及功能紊乱 患有一些消化系统问题的人很容易出现口腔溃疡情况，很多的口腔溃疡的人都

会有腹胀、便秘等一些消化系统的问題。

精神因素 繁忙的工作，紧张的学习生活，情绪紧张、波动大，睡眠状况不佳的情况下也会诱发口腔溃疡。

遗传因素 如父母双方均患有复发性口腔溃疡时，其子女约有80%~90%患病，若双亲之一患此病时，其子女约有50%~60%患病。

微量元素缺乏 缺乏微量元素锌、铁、缺乏叶酸、维生素B12以及营养不良等，可降低免疫功能，增加口腔溃疡发病的可能性。

如果不幸患了口腔溃疡该怎么办？

轻型的口腔溃疡（溃疡数目小于10个，溃疡直径5~10毫米）：主要以局部用药为主。主要是局部消炎、缓解口腔疼痛、促进溃疡愈合，另外要调节生活习惯，保证充足睡眠。饮食上应注意多摄入蔬菜和水果，适当补充水分，保持大便的通畅以及口腔的湿润。加强体育锻炼，提高自身免疫力。

重型的口腔溃疡（溃疡数目一至数个，溃疡直径大于10毫米）或长期反复发作的口腔溃疡：需要局部治疗联合全身治疗。全身治疗主要是使用免疫制剂，增强细胞免疫功能，补充维生素类药物。据《北京青年报》

时，要让宝宝的头部偏向一侧，确保口鼻外露，呼吸通畅。

根据孩子的耐受情况，每次叩击时间以3分钟~5分钟为宜，叩击频率90次~120次/分，每天2次~3次。

以上拍背动作完成后，鼓励宝宝咳嗽，将痰液排出。为防止震荡过度造成宝宝呕吐、吐奶，排痰的最佳时间为清晨起床后或餐前30分钟、餐后2小时。叩击时，注意避开骨突部位，避免位置过低及腹部脏器，避开衣服拉链、纽扣等。

另外，多饮水、少吃甜食也是减少痰液生成的有效措施。如果宝宝有明显的痰鸣音，出现过剧烈咳嗽，无哭声、面色潮红甚至青紫，这是痰液卡在呼吸道，一定要立即就医，及时清除卡堵的痰液才是拯救宝宝的关键。

据《大河健康报》