

漯河卫健·健康漯河

市卫健委

全力做好食博会期间医疗保障工作

5月16日至18日,第十九届中国(漯河)食品博览会(简称食博会)在我市举办。为切实做好常态化疫情防控下的医疗保障工作,市卫健委精心组织,统筹安排,全力保障了食博会期间的医疗保障工作。

高度重视,细化工作措施。市卫健委高度重视食博会疫情防控、医疗保障工作,成立领导小组,制订下发《第十九届中国(漯河)食品博览会医疗保障工作方案》《第十九届中国(漯河)食品博览会疫情防控工作方案》,明确相关单位工作职责及处置流程。市卫健委党组书记、主任曹江涛带队深入食博会现场及参展嘉宾所住酒店,实地指导疫情防控、医疗保障人员及急救车辆配备等工作,发现问题督促立行立改,确保各项措施落

实落地。精心准备,组建保障队伍。在食博会开始前,市卫健委确定市中心医院等6家医院为保障医院,选派24名业务骨干组成7个医疗保障小组,分别入驻酒店和展会现场。同时,对参与医疗保障的人员进行岗前培训,并开展急救演练。食博会期间,医疗保障人员为参展嘉宾、客商提供健康服务300余人次。

部门联动,提高服务效率。市卫健委工作人员提前与食博会会务组对接沟通,协调具体事务。市保健办与市120急救中心协调联动,建立绿色通道。各医疗保障小组配备常用、急救药品及医疗设备。救护车配备除颤仪、心电图机等医疗设备。食博会期间,全市两级卫生健康

及医疗卫生机构按照疫情防控要求,开辟食博会疫情防控绿色通道,并要求各集中隔离场所,发热门诊和医疗救治定点医院,医疗救治、流调消杀和核酸检测预备队积极准备。同时,在食博会现场设置临时隔离点,并组建现场应急处置工作组、疫情防控突击队,全面加强应急值守,确保突发事件的处置及时高效、科学规范。

5月10日至食博会结束,全市两级卫生健康行政部门组建的9支食博会疫情防控督导和技术指导工作组到定点医院、宾馆、食博会现场、火车站、汽车站等场所,对疫情防控人员进行督导检查,开展专项技术培训,累计开展全覆盖式督导检查30余次,培训80余人次。

刘彩纳 郭小蛟

**努力为人民群众
提供全方位全周期健康服务**
主办:漯河市卫生健康委员会

豫中南首个“达芬奇”手术机器人 落户市中心医院

本报讯(记者 杨三川)5月18日,市中心医院(市第一人民医院、漯河医专一附院)妇产科团队成功完成一台“腹腔镜下全子宫切除+阴道顶端骶韧带悬吊”手术。

与以往不同的是,需要3至4名医生围在手术台前共同完成的手术,这次多了一位机器人辅助。手术台上,一台机器人的机械臂灵巧地伸缩、转动,为患者手术。这是该院新引进的豫中南地区首个“达芬奇”手术机器人。

手术过程中,该院妇产科主任吕净上坐在手术室外无菌区之外的控制台前,通过传感器指导“达芬奇”手术机器人完成操作。妇产科团队经过约两个小时密切配合,成功完成手术。手术创口小、患者出血少,过程更安全、稳定。

该院相关负责人介绍,“达芬奇”手术机器人又称内窥镜手术控制系统,被誉为外科手术界的“全能选手”。它适用于在狭窄手术区域开展的精细化手术、需要重建修复的手术、符合腹腔镜手术适应证的手术。患者

肺部肿瘤切除、胸腺肿瘤切除、食管肿瘤切除等手术操作,该设备都能胜任。医生在其辅助下,看得更清楚,术中操作更稳定、精准。患者术后并发症也相对减少、恢复更快。

“达芬奇”手术机器人由控制台、床旁机械臂系统、成像系统3部分组成。其中,控制台在手术室无菌区之外,主刀医生通过双手操作两个主控制器及脚踏板来控制机械臂和三维高清内窥镜,实现医生操作与机械臂运作同步;床旁机械臂系统的主要功能是为机械臂和摄像机提供支撑,助手医生负责床旁机械臂系统相关工作,协助主刀医生完成手术;成像系统内有外科手术机器人的核心处理器以及图像处理设备,可显示患者体内的三维立体高清影像,以便主刀医生更精准地把握操作距离、辨理解剖结构,提升手术精确度。

“达芬奇”手术机器人弥补了传统腹腔镜手术的缺陷,使医生可以进行更加复杂、困难的手术,手术团队在术前准备和术中配合上更加简便。该手

术机器人是目前国际临床外科领域最先进的手术设备,适用于妇科、普通外科、泌尿外科、心胸外科手术。“达芬奇”手术机器人的成功应用,将助力市中心医院在医疗技术方面迈上一个新台阶。

该院院长王海蛟表示,多年来,我市市委、市政府大力支持医疗卫生事业,不断加大资金扶持力度,着力推动诊疗技术向智能化、数字化迈进。此次“达芬奇”手术机器人落户该院并成功开展手术,标志着该院迎来了临床科研探索与技术创新



“达芬奇”手术机器人。

市中心医院提供

的新时代。下一步,该院将组织第二批普通外科、泌尿外科、心胸外科、妇科等专业的医疗专家进修培训,逐步加强智能化手术专家团队建设,为人民群众提供更安全、高效的医疗服务。

诚信二院·健康万家

“低头族”谨防“富贵包”

“富贵包”是指颈后凸起的硬包块,其中既有增生的软组织,也有脂肪化的肌肉组织以及骨骼突出。出现“富贵包”的人大多会有头前伸、颈前引、含胸驼背等体态问题。

“富贵包”对人体的危害不容忽视。从解剖学的角度来看,人的后颈周围有斜方肌、头夹肌、半棘肌等负责颈部活动的重要肌肉。“富贵包”所造成的骨性凸起,会增加这部分肌肉

的张力,长此以往,会造成肩颈酸痛、僵硬等问题。

“富贵包”形成的主要原因是不正确的姿势,如长期头前倾、低头、驼背等。正常的颈椎应该前突、胸椎应该后突,如果颈椎和胸椎都过度突起,就会导致相关的肌肉群痉挛、肿胀,形成“富贵包”。“富贵包”的形成与长期低头有很大关系,研究发现,头部每前倾10度,颈部后侧的张力就会增加3倍。所以不要长时间低头玩手机或将电脑屏幕放得较低。

长了“富贵包”的主要症状为肩颈部肌肉紧张僵硬、酸胀不适、疼痛,头痛、头晕、失眠、心悸及血压高等。如果“富贵包”严重压迫神经及脊髓,会出现上肢麻木、疼痛、力量减弱、肌肉萎缩等症状,进而出现步态不稳、共济失调

等症,还有可能出现大小便功能障碍。

预防“富贵包”,要注意矫正头前倾的姿态,养成良好的生活习惯。比如:不做“低头族”;平时无论是坐着还是站着,无论是在看手机、操作电脑还是看书等,都要保持正确的姿势;电脑屏幕距眼睛不能太近,高度也不能低于眼睛;选择合适高度的枕头;不要保持一个姿势太久,要经常活动颈椎和身体,防止颈椎退化;多晒太阳促进体内钙的吸收,以强健骨骼。

一旦出现“富贵包”,要去医院明确是脂肪堆积造成的还是颈椎受损了。如果是脂肪堆积造成的“富贵包”,要有效减脂;如果是颈椎受损,要寻求专业医务人员的帮助,进行适当的康复锻炼。

市二院提供



苗增欣,市二院康复科副主任。他从事脑卒中、颈肩腰腿痛及脊柱相关疾病临床治疗工作近20年,对各种神经康复、骨关节康复、骨关节康复、疼痛康复等具有丰富的临床工作经验。他擅长运用针刀配合中医药治疗中、重度后遗症、面神经麻痹、颈椎病、肩周炎、脱臼、腰腿痛、腰椎间盘突出、梨状肌综合征、膝骨性关节炎、踝关节扭伤等疾病。他在省级以上医学杂志发表学术论文11篇。



如何了解食品中的营养成分

人们吃胖未必都是因为餐桌上的美味佳肴。含糖饮料、小点心……长期饮用、食用都可能影响体形和健康。食品营养成分表有助于让消费者更直观、全面地了解食品中的营养成分,方便消费者根据身体状况和饮食喜好理性购买包装食品。如何通过食品包装上的营养成分表选择适合自己的食品呢?

什么是营养成分表
我国《预包装食品营养标签通则》规定,营养成分表必须进行标注,且必须标注5个项目及2个数值。5个项目即能量、碳水化合物、蛋白质、脂肪、钠。2个数值即含量与营养素参考值百分比。

怎么看营养成分表

营养成分表总共有3列,分别对应5个项目和2个数值。

第一列:项目名称。项目展示主要营养成分的名称(5个项目),简称“4+1”。“4”是指核心营养素(蛋白质、脂肪、碳水化合物、钠)。“1”是指能量。此外,厂家还可自行选择标注其他营养成分,如维生素、矿物质等。

第二列:含量。展示每100克(毫升)或每份食品中的各项目含量数值。有的厂家为了使产品的能量看起来较低,而以“份”为单位来标注。消费者要看清营养数值指的是每小包还是整包,以免高估或低估食品的营养。

第三列:营养素参考值百分比。营养素参考值百分比指该食品中(通

常是每100克)某种营养素占每天推荐摄入量的比值。

营养素参考值依据我国居民膳食营养素推荐摄入量(适宜摄入量)而定,是维持健康体重和正常活动的标准。营养标签参考数据为能量8400千焦、蛋白质60克、脂肪60克、碳水化合物300克、钠2000毫克,约相当于60公斤正常成年人日需要量。

营养成分表不是万能的
营养成分表只是食品标签之一,需要结合配料表评估才能避免超标。配料表上的各种成分,是按照比例从高到低排列的。

营养成分表标注无脂肪、无糖、零反式脂肪酸,只能说明这些成分的含量较低,未超过国标规定的量。一

些无糖和低糖的食品,很可能脂肪含量比较高。当某些食品标注反式脂肪酸为“0”时,可能会用其他饱和脂肪代替。摄入过多饱和脂肪同样会增加心血管疾病的发生风险。(了解更多疾病预防知识,请关注“漯河市疾病预防控制中心”微信公众号)

市疾病预防控制中心提供



天天3·15 —— 携手共治 畅享健康

为营造文明、健康、诚信、和谐的医疗环境,维护患者权益,推动健康漯河更好发展,《漯河日报》卫生健康版开通“天天‘3·15’——携手共治 畅享健康”消费投诉热线。您在接受医疗服务或药品、保健品销售服务时,如有意见或建议,可拨打热线电话反映。

记者连线:0395-3137858 15803959449

中西医结合诊疗小儿神经精神性疾病学术会5月23日举办

本报讯(记者 刘彩霞)近日,记者获悉,中西医结合诊疗小儿神经精神性疾病学术会将于5月23日在市中心医院举办。此次学术会由市卫健委、市中医药学会、市中医院联合举办,旨在向漯河地区基层医生和儿科临床医生普及儿童神经精神性疾病方面的相关知识,提高治疗水平。中国康复医学会儿童康复专业委员会委员、中国民族医药学会康复分

会常务理事、河南省残疾人康复协会中西医结合康复专业委员会副主任委员兼秘书长李华伟,河南省中西医结合学会康复分会儿童康复学组委员、副教授邱霞等专家授课。同时,专家义诊活动将在该院儿童康复病区运动大厅同步开展。专家将针对运动发育落后、姿势异常、语言发育落后、智力低下等患儿进行现场诊断及康复指导治疗。

中医·健康

关爱抽动症患儿

不停地眨眼睛、皱鼻子、撇嘴巴、耸肩膀、伸脖子……很多家长不知道这些其实是儿童抽动症的症状。当家长制止孩子做这些“小动作”时,孩子的症状反而变得更加明显。这种情况下,家长最好带孩子到医院儿科进行详细的检查和针对性的治疗。

市中医医院儿科负责人介绍,儿童抽动症是多发于儿童期的运动性或发声性肌肉痉挛,主要表现为孩子出现不自主的、刻板动作,如频繁地眨眼、做鬼脸、摇头、耸肩、清嗓子等。抽动症患儿一般在短时间内自愈或经治疗而愈,顽固的可持续数年,甚至延续到成人。该病有明显的波动性,孩子的抽动症状会因应激、焦虑、疲劳、兴奋或感冒发热而加重,也会因放松、专注某事而减轻,睡眠时消失。

该负责人提醒,一些患上抽动症的儿童特别是有发声抽动症状的儿童,由于其反复发出吼叫声,容易被周围的人误解甚至会遭遇特殊对待。因此,孩子会出现暴躁、抑郁、焦虑等情绪问题,进而产生学习困难、社交障碍等。对于患儿,家长要积极引导,不要强行制止甚至打骂孩子。

中医认为,抽动症的发生与孩子感受外邪、先天禀赋不足、饮食不当、情志失调等密切相关。中医治疗该病,重在辨证辨

虚实,根据病程长短、临床表现加以判断。病程短或新发者,多属实证,以平肝息风、豁痰定抽为主;病程长或反复发作,多属虚证,虚证以滋肾补脾、柔肝息风为主。同时,可配合针灸、推拿、感统训练等方法进行综合治疗。

家长是孩子最亲近的人,应理解患儿,营造温馨的家庭氛围,建立良好的亲子关系,避免孩子过度紧张、兴奋和劳累。同时,鼓励孩子到户外活动,加强锻炼,增强抵抗力。如果发现孩子症状加重,出现反复吼叫的情况甚至出现暴怒情绪,应及时带孩子到专业机构就医,帮助孩子及时接受心理辅导。大多数抽动症患儿在及时治疗后,发作频率降低,症状逐步消失。

市中医医院提供

相关链接

市中医医院儿科康复病区可对有抽动症状的孩子进行系统的评估和综合治疗,开设有中医辨证用药、针刺治疗(头针、体针、撒针疗法)、艾灸、耳穴压豆、推拿按摩、脑电生物反馈治疗、经络导平治疗、经颅磁刺激治疗、感统训练等康复治疗项目,可为孩子恢复健康提供更多帮助。

漯河市中医医院

地址:漯河市交通路649号
电话:5757120 5757399
(豫)中广医[2021]第01-20-018号

抑郁症的诊断依据

抑郁症的诊断其实很简单,根据抑郁症状即可对抑郁症进行辨别和诊断。医生可通过观察抑郁症患者的症状、语言描述等进行分析。个人可通过一些准确的测试数据来判断自己是否患有抑郁症。

轻度至中度抑郁诊断依据

- 1.兴趣减退,但未丧失。
- 2.对前途悲观失望,但不绝望。
- 3.自觉疲乏无力或精神不振。
- 4.自我评价下降,但愿意接受鼓励和帮助。
- 5.不愿意主动与人交往,但被动接触良好,愿意接受同情和支持。
- 6.有轻生念头,但又顾虑重重。
- 7.自觉病情严重,但主动就诊,希望能治好。

重度抑郁诊断依据

- 1.明显的精神运动性抑制。
- 2.早醒和症状的晨重夕轻。
- 3.严重的内疚感和负罪感。
- 4.持续食欲减退和明显的体重减轻(并非躯体疾病所致)。
- 5.不止一次自杀未遂。
- 6.生活不能自理。
- 7.出现幻觉和妄想。
- 8.自知力缺损。

关于抑郁症如何诊断,最为准确的方法就是通过医生的检查来确定。因为抑郁症状多,患病原因也十分复杂,所以,如果个人不具备专业知识,很难客观、准确地作出判断,导致因诊断不正确而延误治疗。

抑郁症患者大部分都有治疗欲望。如果病程已持续2年以上,就可被诊断为抑郁性神经症,患者要更加注意自己的精神状况。

赵建华



赵建华,第三届中国好医生、中国中医药促进会精神卫生专业委员会常务委员、河南省科普学会精神卫生专业委员会副主任委员、河南省管理协会精神卫生机构分会常务委员、河南省心理协会常务委员、河南省精神医师协会常务委员、河南省中西医结合精神医师协会常务委员、河南省残疾人康复协会精神障碍康复专业委员会常务委员。他擅长治疗精神分裂症、抑郁症、情感性精神病等精神疾病。

可扫二维码进行咨询。

促心理健康 云平台服务

漯河市精神病医院

地址:南交通路(原民政路)122路公交车站
医院地址:井冈山路北段与纬八路交叉口东南角,距115路公交站

(豫)卫[2020]第042-04-018号