

市中心医院

再获脑卒中筛查与防治基地医院称号

本报讯(记者 杨三川)近日,在国家卫健委脑卒中防治工程委员会主办的2021年中国脑卒中大会上,漯河市市中心医院(漯河医专一附院、市人民医院)被授予脑卒中筛查与防治基地医院称号;该院超声诊断科主任王永莉当选为国家卫健委脑卒中防治工程专家委员会血管超声专业委员会常务委员。

脑卒中筛查与防治基地医院是脑卒中防治工程的前沿阵地,在卒中高危人群筛查和干预、卒中防治各项适宜技术的开展及培训、区域急救地图建设等工作中发挥着重要的作用。

2017年12月,漯河市市中心医院被国家卫健委脑防委授予高级卒中中心

建设单位称号;2018年5月,被国家卫健委脑防委授予高级卒中中心、国家卫生计生委脑卒中筛查与防治基地医院(2018年5月~2021年4月)称号。在本次会议上,国家卫健委脑卒中防治工程委员会对已到授牌期限的单位进行严格考核后再次授牌。

该院相关负责人表示,脑卒中俗称“脑中风”,是一种突发性脑血液循环障碍性疾病,有高发率、高发病率、高死亡率和致残率高的“四高”特征。该病对个人、家庭、社会带来沉重负担,治疗效果也往往难以令人满意。脑卒中的临床表现以猝然昏扑、不省人事或突然发生口眼歪斜、半身不遂、智力障碍等为主,包括缺血性中风(短暂性脑缺血发作、动脉粥样硬化性血栓性脑梗死、腔隙性脑梗死、脑栓塞)、出血性中风(脑出血、蛛网膜下腔出血)、高血压脑病和血管性痴呆四大类。“加强脑卒中的宣传教育,让更多人能早期正确识别、科学防治脑卒中,将会事半功倍。”该负责人说。

市中心医院作为国家脑卒中筛查与防治基地医院,承担我市脑卒中高危人群的筛查与防治任务。多年来,该院秉持“关口前移、重心下沉、提高素养、宣教先、学科合作、规范诊疗、高危筛查、目标干预”的防控策略,深入社区等宣传脑卒中预防知识,大力推广健康的生活行为方式,

同时制定相关标准和干预准则,培养专业人才指导临床规范筛查、科学用药、合理治疗,积极构建区域性脑卒中防治网络体系,进一步提高了我市居民对脑卒中危险因素知晓率,降低了脑卒中的发生率、复发率、死亡率和致残率,延长了高危人群的平均寿命,提高了患者的生活质量。

该院卒中中心主任、副院长李耀军说:“我院卒中中心团队将利用中风防治宣传月等国家公共卫生日,深入市区、街道、乡镇持续开展脑卒中防治知识宣讲及义诊活动,让更多群众正确识别脑卒中的早期症状并进行高危因素管理,关注自身健康,进一步减缓脑卒中发病的年轻化趋势。”

为孩子健康保驾护航

——记源汇区妇幼保健院副院长马菲



马菲为患儿做检查。

■文/图 本报记者 刘彩霞
见习记者 潘潇添

近日,记者来到源汇区妇幼保健院,在儿科诊室内见到该院副院长、儿科主任马菲时,她正耐心与患儿家长交流,细心检查患儿的状况,对症下药。经过诊治,患儿家属满意离开。马菲凭借多年的临床工作经验,秉持“爱”的理念,精心呵护患儿,为孩子的健康成长保驾护航。

为儿科事业奋斗

1994年到源汇区妇幼保健院工作以来,马菲始终紧抓业务水平和服务质量,积极投身医院儿科建设。如今,该院儿科不仅在普通儿科专业领域稳步发展,在儿童保健与康复方面也独具特色。在她的严格管理下,该科连续多年被医院评为先进科室。同

时,她带领科室人员建立了儿科重症监护病房,担负起源汇区及周边急危重症儿童的转运、救治等工作。在院的支持下,2017年,该科与河南省中医药大学一附院结为儿童康复联盟单位;2018年,与市儿童医院结为儿科联盟单位,科室综合实力不断提升,更多急危重症患儿得到了及时、有效的救治。

为掌握儿科医疗领域前沿知识,她多次到郑州大学第三附属医院等医院进修。目前,她是河南省妇幼保健协会儿童发育行为专业委员会委员,河南省中医药大学一附院、河南省中西医结合儿童康复合作发展联盟学术委员会委员。

工作27年来,马菲不仅严格要求自己,还倾注大量心血培养一支高素质的儿科团队。她严谨带教,带领科室人员到省级医院学习专业知识,进一步推动该科诊疗技术的提升。该科目前开展的神经运动发育评估、儿童自闭症诊疗、儿童哮喘规范吸入治疗的GINA方案等,可为患儿提供精准的诊疗服务,科室的社会信誉度大大提高。

为患儿健康护航

谈起马菲的诊疗技术,患儿家属纷纷竖起大拇指。年初,1岁男童壮壮

(化名)在父母的陪伴下到该院进行常规检查。检查过程中,壮壮不应声、行为刻板的状态引起了马菲的注意。马菲本着认真负责的态度,告知家长孩子可能患有自闭症后,又多次指导家长拍摄壮壮的日常生活视频进行观察分析,并主动联系专家做进一步鉴定。最终,壮壮确诊为自闭症。家长出于信任,找到马菲为孩子治疗。经过一个多月的康复治疗,壮壮现在能根据他人呼唤做出正常反应,家属非常感激。

儿科也被称为“哑科”。由于患儿年龄小,不能清晰表达身体的病痛,医生很难与患儿直接交流病情并进行相关检查。每当遇到患儿不配合时,马菲便拿出事先准备好的玩具,安抚患儿情绪,与其建立亲近感后,再对患儿做进一步的检查。遇到患疑难杂症的儿童,马菲会积极联系上级医院组织会诊,探讨最佳治疗方案,在保证治疗效果的同时,尽量为患儿家庭减少治疗费用。

马菲告诉记者,自己每天要接待将近50名患儿,虽然累,但听到患儿家长在就诊结束后道谢的话,她就觉得很幸福、很满足。“下一步,我将带领科室团队成员积极拓展儿童保健业务,着重在儿童肥胖、生长发育方面进行探索,并让更多家长关注儿童生长发育健康。”马菲说。

实行分餐制 远离幽门螺杆菌

新冠肺炎疫情防控期间,分餐制再次成为人们热议的话题。分餐不仅能预防新冠肺炎,还能有效预防一种能导致癌症的病菌——幽门螺旋杆菌,也称幽门螺杆菌。

幽门螺杆菌寄生在人的胃里,被世界卫生组织列为一级致癌物,是诱发胃癌的一个重要因素。

人的胃黏膜保护层不被胃酸腐蚀。幽门螺杆菌则专门破坏胃黏膜,使胃酸和其他病菌乘虚而入。久而久之,人们会患上慢性胃炎,甚至是胃癌。研究显示,感染幽门螺杆菌的人群比其他人的胃癌发病率高2~4倍;在我国,幽门螺杆菌的阳性检出率占50%以上。

人是幽门螺杆菌的唯一宿主,主要通过人与人之间的口一口、粪一口进

行传播。多人同桌吃饭未实行分餐制,如果其中一人携带幽门螺杆菌,那么其他人就有可能被传染幽门螺杆菌。所以,家庭分餐应从“多摆一双筷子”开始。筷子应勤用开水烫洗,3个月左右更换一次,同时,家庭成员要保持良好的饮食习惯,包括手卫生。外出就餐时,应一人一套餐具,不要混用,有条件的尽量自带碗筷,用餐过程中要使用公筷、公勺,有效阻断幽门螺杆菌的传播途径。

我国古代一直就有分餐的传统。在汉墓壁画《宴饮观舞图》中,我们可以看到人们席地而坐,一人一案的宴饮场景;出土的文物中,也有一张张低矮的小食案。唐宋时期,高桌大椅开始普遍应用于百姓生活中,绝大多数人摒弃了席地而坐的方式,改为

坐坐,这也直接影响了中国人饮食方式从分餐向合餐转变。

在政府层面,关于分餐制的政策规定相继出台。2020年12月31日,商务部办公厅印发《餐饮服务单位新冠肺炎疫情常态化防控技术指南(第二版)》,明确要求餐饮服务单位应提供“一菜一公筷、一汤一公勺”,或者“一人一公筷、一人一公勺”服务。可以说,分餐制是国家倡导,民心所向,势在必行。

那么,如何知道自己是否感染了幽门螺杆菌?很多人在感染幽门螺杆菌后没有强烈的不适感,有些人则表现为消化不良、腹痛、腹胀、反酸、嗝气等非特异性的症状。确认是否感染幽门螺杆菌的最佳方法是到医院做碳13或碳14呼气试验,吹一口气即可

明确知道自己是否感染了幽门螺杆菌。

如果检查发现自己感染了幽门螺杆菌,也不必过分惊慌,因为从感染幽门螺杆菌到罹患胃癌是一个慢性、长期的过程,只要做到早发现、早治疗,就可有效避免病情的加重。

市健康教育所提供

健康教育

主办:漯河市卫生健康委员会 漯河市健康教育所

漯河卫生健康微信公众号 漯河健康教育微信公众号



转氨酶高为啥不能献血

转氨酶是催化氨基酸与酮酸之间氨基转移的一类酶,是人体肝脏正常运转过程中必不可少的“催化剂”,是肝脏的“晴雨表”。肝细胞是转氨酶的主要生存地,当肝细胞发生炎症、中毒、坏死等状况时,转氨酶便会释放到血液里,使血清转氨酶升高。此时,医务人员不建议献血者献血。

转氨酶的水平可以比较敏感地反映肝脏是否受到损害,但还有其他原因能够引起转氨酶增高。由于转氨酶非常敏感,剧烈运动、过于劳累、睡眠不足或者近期吃过油腻食物、饮酒、服用某种损害肝脏的药物等都可能使转氨酶暂时偏高;在一天之内的不同时间段内,转氨酶水平也可能产生波动。严格来说,转氨酶水平的高低不能完全代表肝功能受损,但肝功

能受损一定会导致转氨酶升高。当献血者经血液检测显示转氨酶增高时,不必紧张,经过分析如果只是因单纯的剧烈运动、过度疲劳、失眠等引起的转氨酶升高,只要转氨酶恢复正常后还可以参加献血;如果是其他疾病引起的转氨酶升高,则应及时治疗。

吕颖

人人享有安全血液

漯河市中心血站

地址:漯河市天山路28号 热线:0395-3331389

腰椎间盘突出患者 如何进行康复锻炼(一)

在日常生活中,腰椎间盘突出症患者除了积极配合医生进行治疗外,还应辅助相应的康复锻炼。恢复期的自我锻炼主要以增强腰部肌肉力为主,增加腰椎活度和腰椎的稳定性。一般常见的锻炼方法有以下几种:

直腿抬高 患者呈仰卧位,双下肢伸直,双手置于身体两侧,掌心向下,全身放松。单侧下肢在膝关节伸直的情况下缓缓抬起,当抬高至最大限度时稳定片刻,然后缓慢下落,恢复至准备姿势。可单侧肢体操作,也可双侧交替操作。主要功效是为了缓解腰痛、减轻下肢麻木症状,恢复腰肌及下肢力量;腰椎间盘突出急性期、急性腰扭伤、腰椎滑脱嵌顿者慎用。

弓虫伸腰 患者呈俯卧屈膝位,两臂前伸,掌心向下,全身放松。两臂沿床面后移,以肘、膝部为支点,肩、髋部为轴,支撑起身,同时屈膝屈髋至极限,使臀部后坐,腰部后

弓。略停片刻后,身体重心前移,双肘臂沿床面前移,使脊柱从腰到背、颈依次伸展,身体恢复至预备姿势。主要功效为放松背腰部肌肉,缓解腰背部疼痛,改善肩、肘、腕、膝关节的活动度。适用于腰椎间盘突出症缓解期、腰肌劳损、腰背筋膜炎症、骶髂关节炎等患者;骨质疏松、腰椎压缩性骨折、腰椎滑脱者禁用。

需要注意的是,做以上动作时不应出现疼痛感。所以,患者应在保证安全的前提下规范姿势,再保持一定的锻炼强度。

魏新宽

召陵双新医院

预防保健科、内科、外科、麻醉科、医学检验科;X线诊断专业、磁共振成像诊断专业、超声诊断专业、中医科。

(原)厂[2020]第07-29-0128
地址:漯河市召陵区万金铺庄村 电话:0395-5752120

警惕前列腺增生

前列腺增生又被称作前列腺肥大,是中老年男性常见疾病之一。夜尿次数增多是前列腺增生的早期信号之一。如果男性以前不起夜排尿,现在夜间排尿一至两次,可能是因为前列腺增生(早期症状);如果起夜排尿次数从两次增加到四五次,甚至更多,说明病情加重了。

男性平时要留意以下症状:
1.出现尿急症状,并且不能憋尿;
2.即使上厕所很久,还是感觉没尿干净;
3.排尿时需要等很久才能尿出来,而且尿液呈点滴状。

如果这几种症状频繁出现,要重视并及时前往医院就诊。不过,良性的前列腺增生不是癌症,也不会转化为癌症,但是和前列腺癌的早期临床症状相似,所以,患者一旦出现排尿困难的症状,要尽早去医院接受检查,不能大意。

赵勇



专家链接

赵勇,漯河柳江医院副院长、外科主任,主治医师,擅长肾、输尿管结石等泌尿系统疾病的微创治疗。他是市第一届、第二届微创外科专业委员会委员,市首届血管外科专业委员会委员,市第二届、第三届显微外科专业委员会委员,曾先后在河南科技大学第一附属医院、省人民医院、郑州大学第二附属医院进修。

漯河柳江医院

内科、外科、妇产科、妇女保健科、儿科、耳鼻喉科、麻醉科、医学检验科、医学影像科、X线诊断专业、CT诊断专业、超声诊断专业、心电图诊断专业、脑电图及脑血流图诊断专业、中医科、中西医结合科。

(原)厂[2020]第07-29-013号
地址:漯河市柳江路6号 电话:15703956120

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