

漯河卫健·健康漯河

市委卫健工委 学理论 促提升 强服务

11月11日,市委卫健工委举行“学理论、促提升、强服务”深化“能力作风建设年”活动演讲比赛暨总结表彰大会。

据悉,该活动自10月1日启动以来,委机关和委属9家单位认真开展“学”“考”“评”“讲”系列活动。“学”即把“学习强国”学习平台作为党员干部学习的重要载体,充分调动大家的学习积极性,党员干部每天参与度均达98%以上,并精选习近平总书记关于卫生与健康工作的重要论述、省情市情、应知应会等16类知识,印制成口袋书供干部职工日常学习;“考”即组织各单位开展模拟考试和统一考试并分级别进行积分;“评”即组织人员围绕疫情防控、环境卫生、规范管理、学习情况等内容,到各单位进行评测;“讲”即举办演讲比赛,为干部职工搭建展示个人能力和团队水平的平台,起到相互交流、取长补短的作用。

在当天的演讲比赛中,参赛选手围绕主题,结合PPT,通过生动的语言及大量的照片和视频,从不同角度汇报了活动开展情况及体会,并随机抽取一道试题现场回答,充分展示了参赛选手的思维能力、表达能力、组织能力、沟通能力等。比赛结束后,评委组依据“学”“考”“评”“讲”总积分,评选出“学理论 促提升 强服务”深化“能力作风建设年”活动冠军团队、亚军团队、季军团队各1个,优秀组织奖3个;同时,按照“学习强国”学习平台总分评选出百佳学习标兵,按照考试成绩评选出二十佳“知识竞赛”学习标兵,按照演讲成绩评选出十佳“即兴演讲”学习标兵,并现场对评选出的先进单位和先进个人进行了表彰。

孟珂



市中心医院 启动“宫颈癌消除计划”

本报讯(记者 杨三川)宫颈癌是常见的妇科恶性肿瘤,发病率和死亡率均较高,是目前已知的少数可防可控的恶性肿瘤之一。为了提高广大女性对于宫颈癌的知晓率、增强防病意识、降低患病风险,近期,市中心医院(市第一人民医院、漯河医专一附院)与市妇女联合会合作启动“宫颈癌消除计划”,在全市范围内开展宫颈癌健康教育和疫苗接种、疾病筛查等工作。

今年9月,市中心医院副院长付秀虹主持申报的“漯河市宫颈癌消除模式的建立及应用”科技项目获批,得到中央引导地方科技发展资金支持。“宫颈癌消除计划”就是该项目实施的重要举措。

宫颈癌在我国发病高峰年龄段分别是40岁~50岁、60岁~70岁。付秀虹及医护团队结合我市实际情况,利用该院优质医疗资源,尝试建立消除宫颈癌的促进体系、监测体系和预测体系,旨在形成未病先防、有病早医的防治格局。

付秀虹介绍,消除宫颈癌促进体系旨在增强“妇女是自身健康第一责任人”意识,并提升专业队伍在宫颈

癌防治等方面的能力;监测体系可以实时发现高危人群和高风险地区,以及及时对高危人群开展重点宣教、HPV疫苗接种和宫颈癌筛查,加大高风险地区的人力、财力投入,使有限的医疗资源得到合理应用;预测体系和消除宫颈癌预测模型可对个体进行精准化指导,预测我市未来宫颈癌发病情况,及时调整预防模式,更加精准地开展宫颈癌防控工作。

据了解,在“宫颈癌消除计划”实施中,付秀虹团队负责项目设计、信息录入、数据统计、材料汇总、建立健全内部管理制度及HPV检测、阴道镜检查、组织病理学检查等。市妇女联合会负责组织开展健康宣教,有计划、有组织地安排适龄妇女接受筛查,不断扩大宫颈癌筛查覆盖面,并提高不同年龄段女性HPV疫苗的接种率。

据悉,该院将在《漯河日报·卫生健康》开设《宫颈癌防治科普知识》专栏,“漯河发布”微信公众号、漯河日报社健康事业部微信公众号等配合进行网络转发,广泛宣传宫颈癌防治相关知识,提高广大女性的对于宫颈癌的知晓率,形成全社会关心支持宫颈癌防治的良好氛围。

肿瘤患者冬季如何吃

立冬过后,天气逐渐寒冷。俗话说“冬补冬藏”,此时正是养生调理的好时节,尤其是肿瘤患者要重视日常饮食并注意以下事项:

1.扶正固本。中医认为肿瘤的发病多由正气虚弱所致,“正气存内,邪不可干”,虚则则热、痰、瘀内侵,盘踞体内导致肿瘤的产生。此外,肿瘤患者往往采取手术、放疗、化疗等治疗方法,会进一步导致正气的亏虚。因此,扶正固本是中医食疗的第一原则。

2.顾护胃气。胃气的盛衰关系五脏六腑的生命活动。脾胃为后天之本、气血生化之源。只有合理搭配膳食,机体才能不断汲取营养以增强免疫力。然而,肿瘤患者往往会出现食欲不振的情况,饮食减少会进一步加剧机体正气的虚弱。因此,保护胃气是肿瘤患者食疗的重要原则。

3.调整阴阳。中医重视阴阳调和,“阴盛则阳病,阳盛则阴病”。阴阳失调是肿瘤发生、发展、变化的重要病机。有些食物有补的功效,有些食物有泻的功效,肿瘤患者在饮食过程中要注意互相搭配,避免阴阳失调。

在日常饮食中,肿瘤患者多食用以下蔬菜不仅可以补充各种营养及维生素,还可以起到抗肿瘤的作用。

十字花科类蔬菜。卷心菜、菜花、萝卜、白菜、油菜、芥菜、大头

菜等含有丰富的异硫氰酸酯,可有效地增强人体抗肿瘤的能力。

苦瓜。苦瓜可谓全身都是宝,其果肉、种子、茎、叶的提取物对各种肿瘤细胞均有抑制作用,如苦瓜汁对乳腺瘤效果明显,苦瓜叶可延缓前列腺癌细胞的转移,苦瓜种子对舌癌细胞有抑制作用。但是,大量食用苦瓜可引起蚕豆病、低血糖、抽搐、消化道溃疡等不良反应,故不可过量食用。

蘑菇。蘑菇属于真菌类,包括香菇、冬菇、松口菇、茶树菇、金针菇等。蘑菇中含有的多糖类物质对肿瘤具有很强的抑制作用。

芦笋。芦笋中含有的组蛋白、叶酸、核酸能有效抑制肿瘤细胞生长,促进细胞生长正常化。

番茄。番茄中含有番茄红素,可以消除人体内诱发癌症的氧自由基。如果人的血液中亚茄红素的含量太少,会增加患胰腺癌的危险。

大蒜。大蒜中含有多种抗癌物质,包括大蒜素、阿霍烯、硒和维生素C等,能抑制多种实体瘤生长。

龙须菜。龙须菜中含有藻红蛋白和多糖。藻红蛋白具有较好的抗畸变、清除自由基、增强免疫力和抑制肿瘤细胞生长等作用;活性多糖具有抗突变、抗肿瘤、抗氧化等作用,在肿瘤防治中具有重要作用。

市中心医院中西医结合副主任医师 常新勇



市六院（市心血管病医院）微创外科团队。

市六院提供

■本报记者 刘彩霞

疫情防控期间,肿瘤患者是迫切需要及时就医的群体之一,拖延治疗会导致病情恶化,肿瘤并发症如果延期处理则会危及生命。近期,市六院在严格落实疫情防控措施的前提下,切实保障正常医疗服务秩序,想方设法满足群众就医需求,利用专业诊疗技术守护患者健康。

微创技术再攀高峰

日前,来自召陵区召陵镇患回盲部肠肿瘤的王女士和来自源汇区问十乡患胃肿瘤的张女士先后在市六院治疗后康复出院。她们是该院近期通过微创手术治疗后康复的十多名胸腹腔镜脏器肿瘤患者中的两名。她们分别因腹痛伴血便和腹痛伴黑便等症状先后到市六院就诊。经结肠镜检查和胃镜检查确诊后,该院微创外科与手术室、麻醉科密切配合,副院长、主任医师刘辉应用3D腹腔镜技术,为她们成功实施了完全腹腔镜右半结肠切除术加区域淋巴结清扫术、腹腔镜远端胃次全切除术加淋巴结清扫术。

据悉,腹腔镜微创手术治疗胃癌和结直肠癌的业务已在该院开展十余年,完全腹腔镜右半结肠切除术是该院2021年开展的腔镜手术新业务,技术实现了升级。在该微创手术中,医生在腹腔镜下进行操作,不需要再为患者做腹壁辅助切口,属于腔镜手术中的微创新技术。右半结肠切除术是复杂的大肠恶性肿瘤手术,切除组织器官范围较广,且淋巴清扫区域解剖位置较深,内脏与血管的解剖关系复杂。传统开刀手术需要在患者腹部做长约25cm以上的切口,手术创伤大,患者术后痛苦不堪,术后并发症难以避免。该院接诊的一名患者基础疾病较多,就诊时已出现消瘦、贫血等慢性消耗状况,腹腔镜微创手术成为其治疗首选。术中,医生仅在患者腹壁做了4个直径0.5cm~1.2cm的操作孔,不需要增加辅助切口,医生在



市中心医院盆底医学中心团队。

市中心医院提供

本报讯(记者 尹晓玉)

“生完孩子半年后,体重虽减轻不少,但体态很差,圆肩、驼背且头前伸、肚子大,每次照镜子都不敢直视自己。后来到市中心医院盆底医学中心进行了6次盆底肌及腹直肌仿生物电治疗后,腰围缩小了4cm,腹部恢复平坦,孕前的裤子可以穿上了,圆肩、驼背等不良体态也得到了改善。”11月9日,市民黄女士告诉记者,感谢市中心医院盆底医学中心的医护人员,让她在产后重拾自信。

女性从孕到产是一个复杂的生理变化过程,身体会遭受不同程度的损伤,主要体现在盆底肌受损、腹直肌分离和体态改变等方面。直观感受是出现圆肩、驼背、头前倾、假胯宽、臀部塌陷、骨盆前倾、小腹突出等体态问题,还有一些产妇在产后打喷嚏、原地跳跃、跑步时会漏尿。

随着人们生活水平的提高,越来越多女性开始认识到产后康复的重要性。为了帮助广大女性在产后恢复健康、重塑身材,2021年2月,市中心

黄斑变性的预防

1.注意生活调养。研究表明,老年黄斑变性的发生与阳光照射、吸烟、饮酒、心血管疾病等均有相关性。日常生活中,要少用眼,避免眼睛疲劳;保证充足睡眠,失眠者或神经衰弱者要在医生指导下用药;不吸烟,少饮用烈性酒。

2.注重饮食结构。补充维生素含量高的食物可增强视网膜对自由基的防护作用,限制或减轻光照对视网膜黄斑组织细胞的分子损伤。因此,应选择富含蛋白质、维生素且易于消化的食物。同时,食用富含叶黄素和玉米黄素的食品能预防老年性黄斑变性的发生。玉米里玉米黄素的含量较高,老年人可多吃玉米。

3.补充抗氧化剂。黄斑变性的发生和视网膜组织慢性光损伤有一定关系。因此,想要预防该病,要适当补充抗氧化剂,比如维生素E、维生素C等。这样可避免黄斑细胞受到损坏,从而预防黄斑变性的发生。

漯河中西医结合眼科医院提供



30余年,是我省较早采用中西医结合诊治眼部疾病的专家之一,在治疗黄斑病变、眼底病变、视网膜病变、眼底出血等方面有独到之处。



■专家链接

梁振华,漯河中西医结合眼科医院院长,市第六届、第七届人大代表,市知名中医专家,河南省健康促进会委员。他从事眼科临床工作

突出微创特色 提升专业技术

——记市六院（市心血管病医院）微创外科

3D腹腔镜系统下应用超声刀、吻合器等精密器械完成组织器官的游离、切除和消化道重建,避免了做辅助切口将器官牵拉到腹腔外显露造成的张力性损伤,对脏器功能干扰更小。切除的标本经患者腹壁主操作孔(扩大成直径2.5cm)取出,患者出血不到50ml。术后12个小时患者即可下床活动,术后4天开始进食。

“王女士与张女士的临床表现各异,但共同点是大便带血,只是颜色不同。”刘辉提醒广大居民,凡是有大便带血或者大便变黑色,尤其是伴有腹痛、腹胀、大便习惯改变、消瘦等

症状的,要及时就医。

综合实力不断增强

市六院微创外科经过十多年的发展,逐步以先进的医疗技术和优质的诊疗服务赢得广大患者的赞誉。2011年,市六院微创外科被市卫健委命名为市级重点专科,涵盖普外科、胸外科及泌尿外科,突出微创特色。2016年9月,该科迁入市六院新病房楼9楼,患者住院环境得到显著改善。2017年,市六院多功能杂交手术室和数字化腔镜手术室投入使用,业务范围得到进一步拓展。该科相继开展了腹腔镜和十二指肠肠镜ERCP介入联合复杂胆石病取石术、胆管胰管支架置入术和外周血管介入超选择性肝动脉插管晚期肝癌栓塞化疗术等十多项微创新技术。

该科高度重视科研工作,科内医护人员先后在省级以上专业学术期刊上发表论文30多篇,科研成果获漯河市科学技术进步奖一等奖5项、二等奖2项。该科先后荣获市六院特殊贡献奖及河南省“亮出形象正党风 医德建设争先锋”活动先锋岗、漯河市工人先锋号、漯河市优秀科技创新团队、河

南省工人先锋号等称号。目前,市六院微创外科已经成立两个病区,业务服务能力进一步提升。

近年来,市六院微创外科重视医疗技术交流互鉴,在基础科研、临床实践、医疗服务等方面取得了长足的进步。同时,该科不断更新医疗设备,为学科发展奠定了基础。2021年1月,市区首台全数字化3D高清腹腔镜系统在市六院正式投入使用,为我市微创技术的发展提供了有力的支撑和保障。近期,在学科带头人刘辉的带领下,该院微创外科团队依托3D高清腹腔镜系统开展了腹腔镜肺癌手术、完全腹腔镜超低位直肠癌手术等十多项胸腹腔镜脏器重大腔镜微创手术。此类手术只需要在患者腹壁或胸壁上做3~5个直径0.5cm~1.2cm的操作孔,在3D腹腔镜系统下应用各种专用腹腔镜器械进行器官组织的解剖、游离、切割、缝合及器官重建等操作。3D腹腔镜系统为医生提供了良好的手术视野,具有立体感和空间感,定位和操作比2D腹腔镜更精准,不仅可以快速全面切除病变组织和清扫周围淋巴组织,还有助于医生进行快速准确的人工缝合、器官组织重建等操作,既增强了手术的安全性、规范性,又大大缩短了手术时间,得到了患者及家属的好评。

作为我市肿瘤救治区域中心承建单位的主持科室,市六院微创外科实施“靠大联大”战略,与中国医科院肿瘤医院胃肠外科、解放军总医院普外科、郑大一附院肝胆胰外科和胸外科、河南省人民医院胃肠外科、河南省肿瘤医院胃肠肝胆外科及河南省胸科医院胸外科等多家上级医院肿瘤专业优势学科建立专科联盟,竭尽全力为更多患者提供优质的医疗服务,不断满足患者高质量的医疗需求。

市中心医院盆底医学中心

帮助产后女性重塑自信

医院在市政府及院领导的支持下,建立了盆底医学中心。该中心由该院妇产科领航人付秀虹副院长布局学科发展思路,高起点组建、高标准推进,全方位、多层次解决女性多种需求。

付秀虹告诉记者,市中心医院盆底医学中心的医护人员是由妇科、产科、中医科、康复科、心理科、泌尿科、肛肠科、消化科、骨科、神经科等多学科人才组成的专业团队,配备复杂盆底疾病筛查及治疗仪、盆底康复治疗仪、二氧化碳点阵激光机、减脂机、核心肌群锻炼机、营养机身心评估机、体脂分析仪、私密及疼痛治疗仪器等先进设备30余台。

该中心下设盆底康复中心、整体塑形中心、激光中心、私密整形中心、产后康复中心、身心减压中心。其中,盆底康复中心可开展盆底疾病解剖和功能评估、盆底疾病非手术治疗,对盆底痛、盆底松弛、盆腔脏器脱垂、尿失禁、薄型子宫内腹、腹直肌分离等问题疗效显著。整体塑形中心可开展形体管理、减脂减重、体脂监测、营养评估、核心肌锻炼、WAFI运动、产后瑜伽等。通过正确的锻炼、合理的饮食,产后女性可拥有健康的生活方式及生活状态。激光中心利用点阵二氧化碳技术,可开展剖宫产瘢痕及妊娠纹修复的激光治疗等。私密整形中心应用手术及非手术技术,可为女性解决私密健康问题。

产后康复中心利用科技手段结合中医学理论,对女性产后主要器官改变进行恢复,包括产后乳房维护、产后盆腹综合治疗、产后形体恢复、盆底功能检测及盆底康复治疗等。身心减压中心应用心理测试、运动、情绪管理等疗法,帮助产后抑郁患者回归正常生活。

盆底医学中心副主任梁金玉是妇产科硕士、剑桥大学访问学者。她曾在北京协和医院朱兰教授团队、北大人民医院孙秀丽教授团队进修盆底手术及盆底康复、运动康复等技术,主要负责妇科泌尿盆底手术、私密整形手术、盆底康复、减脂塑形等诊治方案的制订。她表示,女性产后42天至1年是修复盆底肌的最佳时间。建议女性产后42天要到正规医院检查。医生会根据产妇自身情况制订个体化的康复方案,帮助其身体机能回到平衡状态,平稳过渡到正常生活阶段。

“针对不同的患者,我们采取的是在规范化流程的基础上进行个体化评估分析和个体化治疗。大体包括体格检查、姿势评估、妇科检查、盆底肌力检查、腹直肌检查、筋膜膜检查等综合评估,根据产妇需求,制订循序渐进的治疗方案。”梁金玉说,女性产后如果没有尽早康复,随着年龄的增长,会逐渐出现一些新的健康问题,影响生活质量。所以,广大女性及家属应重视产后康复。

泌尿系结石的成因

泌尿系结石是一种常见疾病,结石可见于肾、膀胱、输尿管和尿道的任何部位。以肾与输尿管结石常见。

一般来说,结石由肾脏产生,是晶体物质(如钙、草酸、尿酸、胱氨酸等)在肾脏的异常聚积所致。输尿管结石一般是肾结石在排出过程中暂时受阻在输尿管的狭窄处所致。膀胱结石是指在膀胱内形成的结石,分为原发性膀胱结石和继发性膀胱结石。前者是指在膀胱内形成的结石,多由于营养不良引起,多发于儿童。随着中国经济的不断发展,儿童膀胱结石现已呈下降趋势。后者则是指来源于上尿路或继发于下尿路梗阻、感染、膀胱异物或神经源性膀胱等因素而形成的膀胱结石。

明确原因很重要。如果得不到有效的治疗,病情很容易复发。比如,有些患者的结石是因膀胱出口梗阻、前列腺肥大而引起的,如果单纯把结石处理掉而没有解决病因,还会反复出现。

赵勇

■专家链接

赵勇,主治医师,漯河柳江医院(柳江社区卫生服务中心)微创泌尿外科、介入超声微创诊疗康复中心主任、业务副院长。他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,曾获市“优秀百名医师”称号。他擅长肾、输尿管、膀胱及尿道结石腔内微创碎石取石术及前列腺增生症、膀胱肿瘤等疾病的腔内微创手术治疗。

源汇区柳江社区卫生服务中心
(漯河柳江医院)

诊疗科目

全科医疗科、内科、外科、妇产科、妇女保健科、儿科、眼科、耳鼻咽喉科、康复医学科、麻醉科、医学检验科、CT诊断专业、磁共振成像诊断专业、超声诊断专业、心电图诊断专业、中医科、中西医结合科。

(董) 董广[2022]第10-26-023号

地址:漯河市柳江路6号 泌尿外科电话:15703957120

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、保健品销售服务时有意见或建议,可拨打热线电话反映。

记者连线:0395-3137858 15803959449