

市中心医院举行“心电一张网”网点联络会

本报讯（记者 刘彩霞）8月29日下午，市中心医院（漯河市第一人民医院、漯河医专一附院）社会服务科和心血管内科共同组织的“心电一张网”网点联络会在该院举行。

该院心血管内科主任蔡继锐向各网点医师详细介绍了“心电一张网”建设的必要性和今年1月份以来“心电一张网”的运行情况；心脏重症监护室主任吕云霞与大家分享了“心电一张网”网点及时上传心电图并抢救成功的典型病例，强调“时间就是心肌、时间就是生命”，及时上传的危急值心电图节约了抢救急危重症心肌梗死患者的宝贵时间，在挽救患者生命的同时减轻了家庭负担和社会负担；心律失常病区护士吕姗就“心电一张网”APP的使用方法进行讲解，并对使用中遇到的各种问题疑疑释惑。随后，有关领导向积极参与“心电一张网”建设的优秀医师颁奖。

据悉，市中心医院“心电一张网”建设是2023年度漯河市“十大民生实事”之一，分别于2022年度和2023年度分批次免费发放穿戴式心电图机300台，建设“心电一张网”网点300个，遍布乡镇卫生院、各级各类诊所和村卫生室。自“心电一张网”网点建设以来，已经上传心电图19126份，其中预警心电图2079份、危急值心电图2079份。市中心医院心电诊断中心和二线高年资医师24小时在线，对上传预警心电图和危急值心电图网点逐一电话沟通，了解患者情况，指导急危重症患者救治。特别是针对急性胸痛患者，他们直接和市胸痛中心对接，尽早、尽快开通患者闭塞血管，抢救生命。下一步，该院心血管内科将继续和各网点医师共同努力搭建好“心电一张网”，打通胸痛救治“最后一公里”。

市骨科医院被评为全省血液安全技术核查优秀单位

近日，河南省卫生健康委发布了2024年度全省血液安全技术核查的权威通报，市骨科医院（漯河医专二附院、漯河市立医院）被评为优秀单位。

2024年度血液安全技术核查工作由河南省卫生健康委精心策划并全面实施，覆盖了全省范围内的103个关键核查对象，包括省辖市卫生健康委、血站、医疗机构及单采血浆站等，旨在进一步强化血液安全管理，确保医疗质量与患者安全。在众多参评单位中，市骨科医院与全省5家血站、18家医疗机构及2家单采血浆站获此殊荣。

市心血管病医院组织参观中原食品实验室

8月30日下午，市心血管病医院（市六院）党委书记王东升带领副院长杨曼、高洪军及行政办公室、营养科、体检科负责人前往中原食品实验室参观学习，进一步探索健康管理

与食品科学的融合，共同推动食品健康产业的创新发展。

在中原食品实验室，讲解员详细介绍了实验室的建设背景、发展历程、科研团队及主要研究方向。中原食品实验室作为河南省乃至全国食品科技领域的重要创新平台，汇聚了众多国家顶尖科学家和科研力量，致力于食品工程、生物技术、营养健康等前沿领域的研究。市心血管病医院一行人参观了实验室的文化展厅、产品展示厅、食品工程与技术实验室等，对中原食品实验室“人才高地、创新之源、食品未来”的文化定位以及绿色健康的研发理念、精准高效的检测鉴定技术

等赞不绝口。

在随后的座谈会上，双方就医疗与食品科学的交叉融合进行了深入探讨。市心血管病医院党委书记王东升表示，随着人们对健康生活的不断追求，食品科学在医疗领域的应用前景越来越广阔。希望通过与中原食品实验室的合作促进业务提升，为人民群众的健康事业贡献力量。

中原食品实验室行政主任苏景凯对市心血管病医院一行人的来访表示热烈欢迎并高度评价了双方在健康产业领域的合作前景。他表示，中原食品实验室将积极与市心血管病医院开展深度合作，共同探索健康管理

与食品科学的融合之路，为健康产业的创新发展注入新的活力。

此次活动加强了市心血管病医院与中原食品实验室之间的交流，为双方未来的合作奠定了坚实基础。

阎 妍



本版组稿：李永辉 王夏琼

卫生健康

如何自测血管是否健康

了解血管健康状况是预防血管疾病的第一步。判断血管是否健康，可用以下方法进行简单自测：

观察手掌和脚掌的皮肤颜色，健康的血管会使这些部位的皮肤呈粉红色且富有弹性。如果皮肤颜色苍白、干燥甚至出现紫色或蓝色斑点，可能是血液循环不畅或血管健康状况不佳的迹象。大家也可以尝试抬腿自测：将下肢抬高至70度至80度，持续一分钟。正常情况下，远端皮肤（如脚掌）会保持淡红色或稍稍发白。如果皮肤呈现苍白或蜡白色，则提示动脉供血不足。

检查血压。使用血压计定期测量血压，至少每月一次。正常血压应在120/80毫米汞柱以下。如果血压持续升高，尤其是在多次测量后均超出正常范围，应及时就医，以排除血管硬化的可能。

观察步态。行走时留意自己的步态是否平稳、有力。行走时出现跛行、下肢疼痛或麻木等症状，可能是下肢血管狭窄或堵塞的征兆。如果这些症状在休息后

诚信二院·健康万家

如何治疗癫痫

癫痫是一种以反复癫痫发作为表现的慢性脑部疾病，由脑部神经元异常放电引发。癫痫的发作有反复性和短暂性的特点。癫痫的发病原因包括肌肉收缩、大脑皮质发育障碍、脑部肿瘤、头外伤、中枢神经系统感染等，并且可能与遗传有关。癫痫的发病不限于任何年龄段，其中孩童和老年人相对常见。癫痫的主要表现是突然地、毫无缘由地发作，发作时的症状不一，但同一个患者每次发作的表现是相似的。症状可能包括意识瞬间丧失和跌倒，肢体感觉异常，出现幻觉。

癫痫并没有特定的治疗方案，主要的治疗手段是药物治疗，力求控制病情，降低发作频率，使患者不再发作并不产生副作用，生活质量恢复或接近正常。患者的生活习惯也会直接影响疾病的状态。因此，改善生活方式如保持良好的睡眠、避免过度疲劳和精神压力、避免过度饮酒和吸烟等，也是预防癫痫发作的重要措施。

有癫痫病史的育龄妇女在妊娠期间有70%的病情恶化率，其中10%可发展成癫痫持续状态，对母亲和胎儿都有危险，严重时危及生命。妊娠期要在癫痫专业医生指导下规律服用新型抗癫痫药物维持治疗和预防发作。抗癫痫药物具



什么情况下需要做膀胱镜检查

膀胱镜主要用于诊断膀胱相关病症。一般情况下需要进行膀胱镜检查的症状包括：尿频、尿急、尿痛、血尿、排尿障碍等。患者需要在泌尿外科医生的指导下进行检查，同时要注意预防感染，保持局部卫生。

膀胱镜是一种通过尿道插入镜管进入膀胱进行检查的医疗手段，主要用于诊断和治疗膀胱相关的病症。

尿频指排尿次数增多，每天排尿超过8次且尿量较少。

尿急指膀胱充盈时产生的压力感，使得患者感到需要立刻排尿。

尿痛指排尿时出现疼痛感，可能与感染、结石、炎症等膀胱疾病相关。膀胱镜还可以明确结石位置，帮助制订治疗方案，条件允许时还可以直接将结石取出或粉碎后取出，能起到较好的治疗作用。

引起血尿的原因很多，包括尿路感染、尿路结石和泌尿系统肿瘤，肿瘤包括肾癌、前列腺癌、膀胱癌等。膀胱镜检查可以直观地看到泌尿系统的膀胱及尿道内部的情况，从而更快、更准确地确定血尿的原因或检查出血部位，然后积极



经常咬到舌头 要警惕中风风险

如果近期吃饭时经常咬到舌头，排除口腔疾患后要格外警惕中风的可能性。

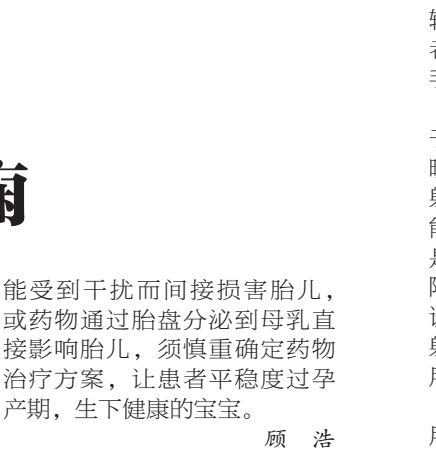
专家表示，大脑是整个身体的“司令部”，人体的感觉、运动、语言、记忆等功能都由大脑及其神经支配。中风发作前大脑功能可能出现差错，导致一些精细动作不协调，比如舌头不能灵活运动、在咀嚼中被牙齿咬伤。如果同时还伴有一侧肢体麻木无力、言语不清、头痛、头晕等症状，一定要引起重视。

得到缓解，行走时再次出现，则可能是间歇性跛行的表现。这通常是下肢动脉硬化的明显信号。

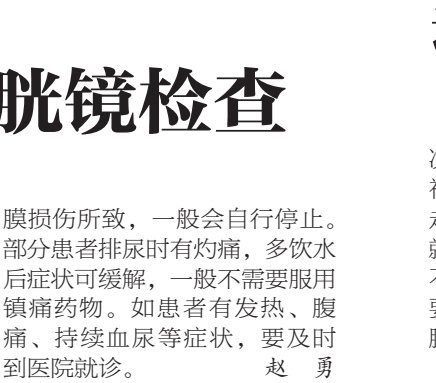
除此之外，大家还可以通过观察指甲来自测血管健康。健康的指甲是光滑、红润的，出现凹陷、变脆或颜色异常（如苍白、发紫等），可能是血液循环不畅或贫血的表现。

以上自测方法仅供初步判断参考，不能作为诊断血管疾病的唯一依据。出现任何异常症状或疑虑，还要及时就医并接受专业医生的诊断和治疗建议。

据《北京日报》



顾浩，市二院神经内科副主任医师，医学硕士，中国老年保健医学研究会掌厥分会委员、中国抗癫痫协会会员，河南省医学会抗癫痫分会青年委员、河南省抗癫痫协会脑电图分会常务委员、河南省癫痫防治康复专业委员会委员、河南省医师协会神经病学医师分会青年委员、河南省卒中学会青年理事会理事，漯河市医学会癫痫病专业分会副主任委员、漯河市医学会精神医学分会副主任委员。他先后在宁夏医科大学总医院、河南省人民医院研修，擅长脑血管病、癫痫、睡眠障碍、头晕、头痛及情感障碍（焦虑、抑郁状态）等疾病的诊治。他曾在核心期刊发表论文30余篇，其中SCI论文1篇；获得漯河市科学技术进步奖3项、河南医学科技奖二等奖1项；参与完成省级课题3项，申请省级课题1项。



尤其是患有高血压、糖尿病、高脂血症的老年人，如发生上述症状，应立即到正规医院神经内科就诊。中风救治有很强的时间依赖性，不能有“等一等就好了”的心态，以免延误病情。

据《浙江老年报》

宫颈癌的主要治疗方式

宫颈癌作为影响女性健康的重要疾病，其治疗方式的选择对于患者的预后至关重要。根据病情的不同，宫颈癌的治疗主要包括手术治疗、放射治疗、化学治疗、靶向治疗和免疫治疗等多种手段。

手术治疗。手术治疗是早期宫颈癌患者的首选方法。根据患者的具体情况，医生可能会选择全子宫切除术、根治性子宫切除术等不同的手术方式。这些手术旨在彻底切除肿瘤组织，同时尽量保留患者的生育功能和生理功能。对于年轻且希望保留生育能力的患者，医生可能会考虑更保守的手术方案。

放射治疗。放射治疗适用于各期宫颈癌患者，尤其是中晚期患者。放射治疗包括内照射和外照射两种方式，通过高能射线杀灭肿瘤细胞。内照射是将放射性物质直接置于肿瘤附近，而外照射则是通过体外设备向肿瘤部位发射射线。放射治疗常与手术或化疗联合使用，以增强治疗效果。

化学治疗。化学治疗主要用于晚期或复发转移的宫颈癌患者。化疗药物如顺铂、卡铂、紫杉醇等，可以通过静脉或动脉给药，杀灭或抑制肿瘤细胞的生长。化疗常作为辅助治疗手段与手术或放疗联合使用，以提高患者的生存率和生活质量。

靶向治疗。靶向治疗是一种新兴的治疗方法，通过针对肿瘤细胞特定的靶点进行治疗，增强治疗的准确性和有效性。目前，宫颈癌的靶向治疗药物主要有贝伐珠单抗等。这些药物能够精确作用于肿瘤细胞，减少对正常细胞的损伤，



什么是锁骨下动脉盗血综合征

您是否出现过这样的情况：在双手提重物时会头晕、视物模糊或重影、眼前发黑、走路不稳等。此时量一下血压就会发现，两只胳膊的血压是不一样的。遇到这种情况一定要当心，可能是得了锁骨下动脉盗血综合征。

锁骨下动脉盗血综合征是锁骨下动脉或无名动脉的近心段发生狭窄或闭塞，导致脑血流经过WILLS动脉环，再经同侧主动脉虹吸引流，逆流如锁骨下动脉远段，使部分脑血流灌入患侧上肢，从而引起脑局部缺血。此病通过超声或脑血管造影可明确诊断。诊疗方法有解剖旁路重建，介入治疗及抗凝、抗血小板聚集治疗。罕见的巨细胞动脉炎导致的疾病应采取类固醇治疗。

锁骨下动脉盗血综合征患者除了上述常规治疗外，还需要重视日常护理，从饮食、生活习惯等各方面进行调节，避免危险因素，以利于疾病恢复，达到更好的预后效果。患者饮食方面要清淡，以鸡蛋、牛奶、瘦肉粥、豆腐等易消化又富有营养的食物为主，还要多吃水果和蔬菜，以补充维生素；忌油腻、生冷、辛辣、高油脂、高热量的食物。患者术后24小时内尽量少活动，以避免出血及人工血管扭曲；两周内避免颈项剧烈运动，以利于血管内膜生长；平时注意保持生活规律，避免疲劳和熬夜，戒酒戒烟，保证充足的休息，以利于身体恢复。此外，患者还需要注意情绪管理，及时调整焦虑、恐惧等不良情绪，必要时可寻求心理治疗，减轻焦虑症状。锁骨下动脉盗血综合征目前还没有有效的预防方式。

郝战涛

