

## 市医保局中药配方颗粒集采中选结果落地执行

本报讯(记者 刘彩霞)近日,记者从市医保局获悉,自9月10日起,京津冀中药配方颗粒集中采购中选结果在我市落地执行。

据了解,此次中药配方颗粒联盟集采中选药品涵盖医疗机构用量大、受众面广的金莲花、黄芩、黄芪、当归、党参、白术、甘草、人参等200多种配方颗粒品种。进入集采

前,中药配方颗粒比传统中药材价格高。通过集采,能有效促进中药配方颗粒的价格回归到合理水平,既满足患者用药需求,也减轻就医负担。

下一步,市医保局将加大监督力度,加强对中药配方颗粒集采使用情况的监测,确保中药配方颗粒相关医保政策落实到位,让群众及时用上质优价廉的中选药品。

## 全国医院感染管理学术年会举行市骨科医院参赛作品获最佳主题传达奖

8月29日至9月1日,中国医院协会医院感染管理专业委员会主办,北京大学第一医院、浙江大学医学院附属第二医院、浙江省医院协会医院感染管理专业委员会、重大疾病流行病学教育部重点实验室(北京大学)承办,《中华医院感染学杂志》《中国感染控制杂志》提供学术支持的第30届全国医院感染管理学术年会在杭州举行。市骨科医院(漯河医专二附院、漯河市立医院)受邀参会。会议还同期举办了世界手卫生日A1宣传品设计大赛,该院参赛作品荣获最佳主题传达奖。

据悉,世界手卫生日A1宣传品设计大赛共收到来自全国186家单位报送的参赛作品384幅,共入围40幅作品。市骨科医院五官科团队提交的作品为《“手”护健康 人人参与》获最佳主题传达奖。这一荣誉不仅是对创作团队的肯定,还是对该院整体实力、团结协作精神的认可。

今后,该院将继续秉承“健康中国 医者先行”的理念,不断提升医院感染管理水平,通过有效的感染预防和控制措施,抑制细菌传播,减少院内感染,守护患者安全。

董静云 刘旭

## 哪些行为会给血管“添堵”

在医学领域有一个共识:血管的健康状况与人的寿命息息相关。如果把人体比作一座大厦,那么血管就是这座大厦的管道系统,负责输送营养和氧气,排出废物和毒素。一旦血管出现问题,如硬化、堵塞等,就会导致身体各器官功能受损,甚至危及生命。

在日常生活中,一些行为会给血管“添堵”,加速血管老化和堵塞的进程。比如,长期高脂饮食会使血液中的胆固醇和甘油三酯水平升高,促使血管内斑块形成,最终导致血管狭窄或堵塞;长期高糖饮食会损伤血管内皮细胞,加速血管老化;长期高盐饮食会导致血压升高,而高血压是血管疾病的重要危险因素;长期缺乏运动则会导致血管弹性降低、血液黏稠度增加。烟草中的尼古丁和其他有害物质将直接损伤血管内皮细胞,导致血管壁粗糙不平,更易吸附脂质和血小板,形成斑块和血栓。

了解这些行为对血管的危害后,我们可以采取措施来保护血管。

其一是健康饮食,增加蔬菜、水果和全谷物的摄入。它们富含的维生素、矿物质和纤

维有助于维护血管健康。选择健康的脂肪来源如橄榄油、鱼油和坚果等,避免过多摄入饱和脂肪和反式脂肪。同时,控制盐分的摄入,以降低高血压的风险,并戒烟限酒。

其二是适度运动,可选择规律进行有氧运动如快走、游泳、骑自行车等,有助于增强心血管功能。有一定运动能力后可适当增加力量训练,强化肌肉,提高身体代谢率,促进血液循环。平时应避免长时间久坐,定时起身活动,不让血管长时间处于同一状态。

其三是通过合理饮食和适度运动来控制体重,避免肥胖。肥胖是高血压、糖尿病等慢性病的主要风险因素,这些疾病都会加速血管老化。

其四是学会有效管理压力,可通过冥想、深呼吸、瑜伽等方式来放松身心。保持良好的睡眠习惯也有助于缓解压力带来的血管收缩、血压升高等不良影响。

其五是定期进行血压、血糖、血脂等指标的检测,及时发现并控制高血压、高血糖、高血脂等慢性疾病,必要时遵医嘱进行血管超声检查,以便及时发现血管病变并在医生指导下积极治疗,确保病情得到有效控制。 据《北京日报》

## 关于沙门菌属细菌 这些事项请知悉

沙门菌属细菌是指由各种类型沙门氏菌所引起的对人类、家畜以及野生禽兽致病的不形式总称。如果出现上吐下泻还有发烧的情况,就要警惕沙门氏菌感染。

人群对沙门氏菌普遍易感,感染的程度与菌种毒力及宿主免疫状态有关。一般幼儿和老年人以及慢性疾病患者感染严重,尤其是一岁以内的婴幼儿。由于其免疫功能尚未成熟,所以易被感染。而老年人和患慢性消耗性疾病(系统性红斑狼疮、白血病、淋巴瘤、肝硬化等)的人群,发病率较高,症状严重。未患过伤寒和未接触过菌苗的个体均易感。伤寒发病后可获得较强的免疫力,第二次发病较少见。伤寒和副伤寒之间没有交叉免疫。

最常见的引起食物中毒的沙门氏菌有鼠伤寒沙门氏菌、猪霍乱沙门氏菌、肠炎沙门氏菌等。这种细菌在外环境中的生存能力较强,在水、牛乳及肉类食品中能生存几个月,其繁殖的最适温度为37℃。乳和乳制品中的沙门氏菌经巴氏消毒或煮沸后会迅速死亡。

加强饮食卫生、防止污染的食品及水源经口感染、携带者积极治疗、皮下注射死菌苗或口服减毒活菌苗是预防沙门菌属细菌感染的主要措施。临床治疗是根据体外药敏试验结果选用合适的抗生素,保持水及电解质的平衡,积极处理并发症,如肠出血、肠穿孔、胆囊炎、心肌炎等。 据人民网

## 预防心脏病须综合施策

心脏病是全球范围内导致死亡和残疾的主要原因之一。幸运的是,通过实施综合性的预防措施,包括健康饮食、控制危险因素、适度运动、控制体重、减轻压力等,可以有效降低风险,保持身体健康。

健康饮食。遵循低热量、低脂肪、低胆固醇的饮食原则,以维持健康的体重和血脂水平。增加蔬菜、水果、全谷类、低脂奶制品、家禽肉、鱼肉和坚果的摄入。这些食物富含钾、镁、钙、蛋白质和纤维,对心脏健康有益。减少糖类、含糖饮料和红肉的摄入,以降低患心血管疾病的风险。

控制危险因素。定期监测血压、血脂和血糖,这些是导致心血管疾病的常见危险因素。如果发现血压、血脂或血糖异常,应及时就医并遵循医生的建议进行治疗和调整。

适度运动。推荐每周进行至少150分钟的中等强度运动,如

每天进行30分钟的快走、游泳等有氧运动。避免久坐不动,每隔一段时间起身活动一下,以促进血液循环。

控制体重。超重或肥胖是心脏病的危险因素之一,应通过合理的饮食结构和适量的运动将体重控制在健康范围内。

戒烟戒酒。烟草中的尼古丁等有害物质以及酒精可诱发心律失常、血压升高,增加心脏负担。建议尽量戒烟戒酒,若无法彻底戒除,则应减少摄入量。

改善生活环境。居住在污染严重或噪声较大的环境中可能会增加心脏病的患病风险,应尽量改善居住环境。

避免拥挤。拥挤的环境可能会增加病毒感染的风险,从而诱发心脏病。

保持良好睡眠。良好的睡眠对心脏健康至关重要。应保证每天有充足的睡眠时间,并尽量保持作息规律。

定期体检。建议每年至少进

行一次全面的身体检查,包括血压、胆固醇水平以及心电图等常规检测项目,以评估心脏病的发生风险。

减轻压力。现代社会中,工作和生活的压力可能对心脏健康造成不利影响。建议采取有效的方式减轻压力,如进行冥想、瑜伽等活动,保持心理健康。

最后要提醒的是,对于已经确诊心脏病的患者来说,手术是治疗的重要手段之一,特别是需要解剖结构改变或修复的心脏病。常见的手术治疗包括心脏搭桥手术、瓣膜置换手术、心脏移植手术等。心脏搭桥手术主要用于治疗冠心病,通过搭建新的血管通道来恢复心肌供血;瓣膜置换手术则主要用于治疗瓣膜性心脏病,通过更换病变的瓣膜来恢复心脏功能;心脏移植手术则是将健康的的心脏移植到患者体内,以替代病变的心脏。

据《大河健康报》

## 宫颈癌的手术治疗

宫颈癌是女性生殖系统中最常见的恶性肿瘤之一,严重威胁着女性的健康和生命。手术治疗是宫颈癌综合治疗中的重要组成部分。对于早期宫颈癌患者,手术往往能取得较好的治疗效果。

手术治疗的适用人群。一般来说,手术治疗适用于早期宫颈癌(即I期至IIA期)患者。在肿瘤局限于宫颈、没有侵犯周围组织和器官且患者身体状况能够耐受手术的情况下,手术是首选的治疗方法。此外,对于一些局部晚期宫颈癌患者,如果经过新辅助化疗等治疗后肿瘤缩小,也可以考虑手术治疗。

主要手术方式。一是宫颈锥切术。如果宫颈癌处于非常早期的阶段(如宫颈上皮内瘤变III级或原位癌)且有生育需求的患者,可能会选择宫颈锥切术。该手术通过圆锥形切除部分宫颈组织,既可以切除病变组织,又能最大限度地保留子宫和生育功能。二是筋膜外子宫切除术,适合最早期宫颈癌患者(IA期)。三是广泛性子宫切除术+盆腔淋巴结清扫术(腹主动脉旁淋巴结清扫术)。这是治疗早期宫颈癌的经典手术方式。手术范围包括切除子宫、双侧附件(卵巢和输卵管)、宫旁组织以及盆腔淋巴结。对于年轻患者,如果卵巢没有受到肿瘤侵犯,充分评估后也可以考虑保留卵巢,以维持患者的内分泌功能和生活质量。

手术的风险和并发症。任何手术都存在一定的风险和并发症,宫颈手术也不例外。常见的手术风险和并发症包括出血、感染、淋巴囊肿等,但是经过治

疗一般不会影响手术结果。总之,手术治疗是宫颈癌综合治疗中的重要环节,但手术的选择需要根据患者的具体病情、身体状况以及生育需求等因素综合考虑。在治疗过程中,患者需要积极配合医生治疗,保持乐观的心态,争取早日战胜疾病。 贾冬丽

### 专家链接



贾冬丽,市中心医院(漯河市第一人民医院 漯河医专一附院)妇科副主任医师,硕士研究生,河南省盆底康复学会第一任委员会委员、河南省医学会第四届计划生育委员会委员,漯河市妇科肿瘤专业委员会委员等,曾进修于中山大学孙逸仙医院妇科肿瘤专科。她在中文核心期刊发表学术论文多篇,擅长妇科良(恶)性疾病规范诊治以及宫腔镜、腹腔镜诊治和盆底疾病诊治等。

## 诚信二院·健康万家

## 什么是川崎症

川崎症(Kawasaki disease, KD)也称皮肤黏膜淋巴结综合征,是一种急性、自限性的全身性血管炎。它的最大危害是损害冠状动脉(供给心脏血液的动脉),是小儿冠状动脉病变的主要原因。

此病在婴幼儿时期均可发病,但大多数在5岁以内,好发于6个月至18个月的婴幼儿。男性发病率略高于女性(1.5比1)。春夏季节多见。

川崎症的具体病因目前尚未明确,可能与感染、免疫因素、遗传因素等相关,临床症状主要为持续高热一周以上,伴有口腔黏膜充血、草莓舌、眼结膜充血、皮肤多形性红斑以及颈部淋巴结肿大等,部分患儿还可出现冠状动脉瘤或狭窄的情况,甚至会诱发心肌梗死。

主要临床症状:发热。这是此病最常见的表现,体温可达40℃,持续5天以上,抗生素治疗无效。双侧球结膜充血,非渗出性、非化脓性结膜炎,起病3天至4天出现,呈一过性。口唇及口腔变化。唇红,草莓舌,口咽部黏膜弥漫性充血,皮疹。发病后2天至3天出现,呈多形性皮疹、弥漫性红斑或猩红热样,无水疱或结痂。会阴部出现皮疹是此病特征性变化,包括卡介苗接种处发红。急性期手足发红、肿

胀,恢复期甲周脱皮。非化脓性颈淋巴结肿大,单侧或双侧,表面不红,无痛感。

符合诊断标准者应尽早开始治疗。静脉注射免疫球蛋白(IVIG)和阿司匹林是最重要的治疗药物。

由于川崎症没有明确的病因,所以也缺乏有效的预防措施。

### 专家链接

郭爱红,市二院(漯河市中心医院)小儿消化肾内科副主任医师、主任药师,河南省中西医结合学会儿科分会消化、感染学组委员,河南省医院协会儿童医院分会委员。她先后在南京儿童医院、上海复旦大学附属儿科医院、河南省儿童医院、北京儿童医院进修,从事儿科临床工作二十余年,熟练掌握儿科常见病、多发疾病的诊断及治疗,擅长小儿腹痛、呕吐、腹泻、便血、消化不良、牛奶蛋白过敏、幽门螺旋杆菌感染等消化系统疾病诊治,尤其擅长生长发育等肾脏疾病的治疗,曾发表国家级论文十余篇。



## 哪些人需要继发性高血压筛查

继发性高血压是指由某些确定的疾病或病因引起的血压升高,约占所有高血压的5%。尽管所占比例不高,但绝对人数仍相当多。而某些继发性高血压如原发性醛固酮增多症、嗜铬细胞瘤等,可通过手术得到根治或改善。

哪些高血压患者需要进行继发性高血压筛查呢?

一是新诊断的高血压患者。就是专科医生通过多种途径(包括24小时动态血压监测、家庭血压监测或诊室血压测量)按照血压测量标准刚诊断出高血压的患者。

二是发病年龄小于40岁的高血压患者。筛查原因主要是因为长期高血压会对动脉系统和其他器官造成损害,继发的病因可进一步加重器官损害。

三是难治性高血压患者。难治性高血压的定义是在改善生活方式的基础上应用了可耐受、剂量足够且合理的三种降压药物(包括一种沙坦类或普利类、一种地平类、一种噻嗪类利尿剂)治疗至少四周后,诊室和诊室外血压值(包括家庭血压监测或动态血压监测)仍在目标水平之上。筛查原因主要是心血管不良事件风险

高、治疗费用较高、死亡率较高。

四是有继发性高血压临床线索或存在广泛高血压导致器官损害的高血压患者,如打呼噜,肥胖,血尿、蛋白尿,贫血,反复一过性肺水肿,腹部血管杂音,低钾血症,肾上腺意外瘤,阵发性、持续性或阵发性加重的高血压,满月脸,向心性肥胖,皮肤紫纹,怕热、多汗,上下肢之间或者左右臂之间血压值相差较大等。

总之,有以上四种情况之一的高血压患者都需要查找原因。 刘江林

### 专家链接

刘江林,漯河柳江医院(源汇区柳江社区卫生服务中心)内科主治医师,毕业于北京大学临床医学专业,医学学士,漯河市心衰中心联盟委员,2023年度被评为漯河市优秀医师。他曾先后在市中心医院、解放军某部队医院、解放军第202医院、解放军第210医院进修,擅长高血压、心脏病、慢阻肺等内科疾病的诊治。



源汇区柳江社区卫生服务中心 (漯河柳江医院) (豫)卫广[2023]第11-08-036号

临床科室及诊疗项目

预防保健科、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、临终关怀科、麻醉科、医学检验科、X线诊断专业、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、脑电及脑血流图诊断专业、中医科、中西医结合科。

地址:漯河市柳江路6号 泌尿外科电话:15703957120

加速消除宫颈癌行动计划(2023-2030年) 科普连载

(漯)卫广[2023]第01-02-0016号

(本栏自党中央引导地方科技发展基金项目、漯河市重大科技创新专项支持)

## 相约六院·健康相伴

## 冠脉支架术后患者要规律服药

冠心病是临床常见疾病,多见于吸烟、肥胖、糖尿病、高血压、血脂异常或有家族史等人群。该病目前无法治愈,轻度可药物保守治疗,重度可通过支架植入手术治疗。在临床中,有部分患者经过支架植入治疗后以为主观症状缓解了,就把药停掉了。这是很危险的。

冠脉支架植入术后注意事项:一要坚持按照医嘱服药。二要平时生活规律、饮食正常,加强功能锻炼。三要定期到医院复诊或进行相关指标检测。四要在病情出现异常变化时及时联系医生就诊、调整药物。

冠心病的二级预防主要针对已经被诊断为冠心病的患者。它包括五个方面:一是应用阿司匹林等抗血小板聚集的药物。二是应用β受体阻滞剂的应用和血压的管理,常用的药物包括美托洛尔、比索洛尔、卡维地洛等。高血压患者一定要把血压控制在理想的范围之内。一般冠心病的血压控制目标是小于130/80毫米汞柱。三是包括戒烟和血脂的管理,也就是应用他汀类的药物。四是饮食管理和血糖的管理。要控制饮食,

低盐、低脂,糖尿病患者要积极控制血糖。五是运动和健康教育。鼓励患者进行规律运动锻炼,并了解相应的冠心病知识。 赵轶超

### 专家链接



赵轶超,市六院(市中心血管病医院)心血管内科五病区主任、主治医师,曾到首都医科大学附属北京安贞医院心内科进修,是安贞医院第十六期冠脉介入学员。他擅长冠心病、急(慢)性心力衰竭、心肌炎、心肌梗死、心律失常及高血压病的诊治,尤其擅长冠脉介入治疗、心律失常介入、射频消融术等,累计独立完成冠脉介入手术千余例。



我国人均预期寿命 达到78.6岁

2023年 我国卫生健康事业发展统计公报

国家卫生健康委 8月29日发布

我国人均预期寿命达到七十八点六岁 新华社发