

2024年度河南省“百佳病案”评选结果揭晓 我市3家医院榜上有名

8月14日，2024年度河南省“百佳病案”评选结果揭晓，我市3家医院榜上有名。本次评选活动由河南省卫生健康委组织，旨在深入落实国家《全面提升医疗质量行动计划（2023年～2025年）》，持续推动全省医疗机构提升病历内涵质量，切实保障医疗质量与安全。

自活动开展以来，我市各级医疗机构积极响应、踊跃参与，经过严格的院内自评、市级推荐以及省级复评等环节，漯河医专二附院、漯河市妇幼保健院、漯河市心血管病医院参评的4份优

秀病案脱颖而出，被评为省级“百佳病案”。这些获奖病案书写规范、诊疗思路清晰、医疗质量安全核心制度落实到位，充分体现了我市医务人员“以患者为中心”的服务理念、敬佑生命的职业情操和视病人如亲人的人文关怀。

病历是加强医疗质量管理、培养和提升医务人员诊疗活动的重要抓手，是医生临床思维的体现，对提高医院管理科学化、精细化水平具有重要意义。此次“百佳病案”评选活动在行业内树立了标杆、发挥了示范引领作用，在全市范围内营造了重视病历质量、提升医疗

水平的良好氛围。

市卫生健康委将以此为契机，积极贯彻“病历质量从我做起”的理念，大力宣传并学习全省“百佳病案”经验，

认真落实医疗质量安全核心制度，持续提升病历内涵质量，切实保障医疗质量与安全，为群众的生命健康与安全保驾护航。

李龙飞



诚信二院·健康万家

铁是人体必需的微量元素之一，在氧气运输、能量代谢和免疫调节中发挥着关键作用。科学补铁对儿童生长发育尤为重要。

铁是血红蛋白的核心成分，负责氧气的运输与储存（占全身铁含量的70%）。此外，铁还参与以下过程：能量代谢——作为细胞色素酶的辅助因子，促进糖、脂肪分解供能；免疫调节——支持抗体生成，提升病原体清除能力；解毒——在肝脏中参与药物和毒素的代谢。

食物中的铁分为两类。血红素铁



健康课堂

近年来，少年儿童高血压、2型糖尿病、血脂异常等发病率不断攀升，已经成为不容忽视的社会问题。面对老年病的低龄化趋势，医生纷纷给出建议，帮助家长守护孩子的健康。

“饮食是第一道防线。”宁夏医科大学总医院儿科主任梁丽俊表示，家长要尽量减少孩子摄入高糖、高脂、高嘌呤的食物，尤其要控制零食和含糖饮料的摄入量。“重油、重盐、重糖的食物吃多了，孩子的味觉会被‘训练’成重口

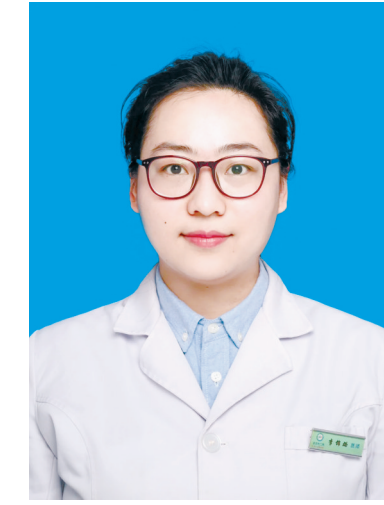
警惕儿童患上老年病

味，越吃越难以控制。家里做饭要尽量保持原汁原味，避免过度加工。”

宁夏人民医院儿科主治医师王文静建议，家长要有意识地鼓励孩子进行体育锻炼，“跑步、跳绳、骑自行车，甚至爬楼梯都是不错的运动方式。家长可以陪孩子一起动起来，既能增加亲子互动，又能培养运动习惯。”同时，她提醒家长，如果孩子长期睡眠不足，体内的代谢调节机制会受到影响，“晚上9点以后尽量不要玩手机，10点之前入

22mg/100g)。

3. 学龄前期（3岁至6岁）
为孩子选择铁强化麦片、儿童酱油等，每日保证食用1个鸡蛋和50g瘦肉。素食儿童要通过黑豆、鹰嘴豆、芝麻酱补充铁，并增加维生素C的摄入



（如彩椒、猕猴桃）。

4. 学龄期（6岁至12岁）

青春期的女生月经初潮后铁的需求量增加至每天18mg，可每周食用1次鸭血（含铁30mg/100g）。

高强度的运动可能增加铁的流失，建议通过动物血制品（如猪血豆腐）补充。

需要注意的是，避免过量补铁。铁过载会损伤肝脏、胰腺，表现为疲劳、关节痛。如有以上症状请及时就医，并在专业医生指导下选择药物。

李锦璐

专家链接

李锦璐，市二院儿童保健科、营养科副主任，主治医师。她工作十余年，具有丰富的临床工作经验，擅长儿童生长迟缓及精神发育迟缓、孤独症、常见营养性疾病、儿内科常见病与多发病的诊断和治疗，发育行为指导与干预，婴幼儿喂养指导等。

成年后长高 当心垂体功能减退

不久前，长沙市某医院接诊了一名特殊的患者：一名37岁的男子在过去一年中身高突然增长了10厘米。但事实上，这并不是什么值得高兴的事。经过详细检查，医生发现该男子患有垂体功能减退症。

“垂体是位于大脑底部的一个小腺体，虽然只有豌豆大小，却承担着调控全身激素分泌的重要职责。它对我们的生长、代谢、应激反应以及生殖功能有着直接影响。”山西医科大学第一医院内分泌科副主任医师许林鑫说，垂体功能减退症是指垂体前叶或后叶部分或完全功能受损，导致一种或多种垂体激素分泌不足的疾病。

通常情况下，成人可能因垂体腺瘤、颅咽管瘤等肿瘤患上垂体功能减退症。此外，手术、放疗造成的损伤、头部外伤以及炎症或感染等因素，也可能导致垂体功能减退症的发生。

许林鑫告诉记者，脑垂体具有分泌生长激素的作用。因患垂体功能减退症导致身高增长较为罕见。通常情况下，脑垂体功能低下会影响青少年生长激素的正常分泌，可能致使其成年后身材矮小。

除了影响身高，患上垂体功能减退症还有哪些症状，临床上如何治疗？山西省人民医院内分泌科主治医师刘尧吉表示，垂体功能受损导致激素分泌减少

睡，对孩子的健康非常重要。”

“对于检查出高尿酸血症的孩子来说，更要在饮食上注意。”梁丽俊说，首先要进行体重管理，合理控制体重有利于尿酸代谢。存在超重或者肥胖的患者需要减重。饮食上要限制嘌呤饮食，避免高嘌呤动物性食品例如动物内脏、甲壳类、浓肉汤和肉汁等。鼓励摄入新鲜蔬菜、奶制品、蛋类和低升糖指数食物。每天要大量饮水，但要避免含糖饮料和果汁。

梁丽俊建议，家长发现孩子患上慢性疾病后，要与孩子一起积极配合医生治疗。“对于儿童肥胖症来说，药物治疗并不是最优方案，首选是调整饮食结构、执行运动计划、逐渐减轻体重。”
“儿童患上老年病的问题值得全社会关注。医生、家长、学校应共同努力，加强健康教育，帮助孩子养成良好的饮食习惯和运动习惯，让他们在成长的道路上远离疾病困扰。”梁丽俊说。

据《宁夏日报》

时，人往往会出现疲乏无力、嗜睡怕冷、代谢减慢、低血糖、低血压、肾上腺功能减退等症。

“一般而言，治疗垂体功能减退症以激素替代治疗为主，患者要终身服药、个体化调整剂量。需要注意的是，采用激素替代治疗不能随意停药，否则可能危及生命。”刘尧吉说，治疗垂体功能减退症要先补充肾上腺皮质激素，然后补充甲状腺激素，根据甲状腺功能复查结果调整剂量。同时，她表示，治疗过程中要防治骨质疏松、性腺功能减退及多种代谢紊乱。因此，视情况补充性激素或生长激素。

那么，如何判断自己是否患有垂体功能减退症呢？

许林鑫表示，垂体功能减退症的早期症状较为隐匿，容易被忽视。未成年人如果出现身高增长缓慢，年增长身高不足4厘米且明显落后于同龄人，或出现青春期延迟，并伴随容易疲劳、怕冷、皮肤干燥等症状，就要引起重视。

对于成年人而言，如果感到持续疲劳，尤其是休息后仍感乏力，生活中有怕冷、体重增加、便秘的情况，或出现低血压、头晕、易低血糖等症状，很可能是激素分泌出现异常，应及时到内分泌科就诊，完善垂体激素检测。

据《科技日报》

微创手术帮患者摆脱静脉曲张困扰

近日，漯河医专二附院（漯河市骨科医院、漯河市立医院）普通外科主任陈原带领医护团队为一名六旬患者成功实施大隐静脉射频消融微创手术。患者术后当天即可下床活动。

据悉，该患者饱受静脉曲张困扰30年，久站即出现下肢酸胀、抽筋及水肿。几年前，患者曾接受过右下肢静脉曲张传统手术，但术后出现大腿血肿、疼痛，经过二十多天的治疗才好转；术后一年，静脉曲张复发且患肢局部出现溃烂。

后来，该患者通过网络健康科普视频，慕名找到漯河医专二附院普通外科主任陈原就诊。陈原对患者进行检查后，就其病情进行细致讲解。入

院次日，经患者同意，陈原带领医护团队在超声引导下完成大隐静脉射频消融微创手术。术后当天，患者下床活动没有明显痛感，术后两天出院回家休养。半个月后，患者专程送来锦旗表示感谢。

据悉，静脉曲张治疗已进入精准微创时代。传统抽剥术创伤大、疤痕多、患者住院周期长，而在精准微创治疗中，医生仅需要制造2mm至5mm的微切口即可置入2mm粗的微波/射频消融导管，并全程在超声引导下可视操作，实时评估消融效果，显著降低复发率。术后切口不需要缝合，患者即可下床。多数患者48小时内出院，快速回归生活与工作。

刘旭

市中医院 举办医保专题讲座

8月19日下午，市中医院举办“医保高质量发展与执法规范化建设”专题讲座，特邀市医保局稽核中心主任雷响授课，解读2025年医保基金监管政策与风险防控措施。

雷响以《穿透式监管新时代》为题，从大数据反欺诈线索排查、飞行检查持续深化、医保经办机构的全额核查、药品追溯码监管全面推进和医保支付资格制度精准监管到人五个方面，对当前医保基金监管情况进行分析，使医务人员更加直观地了解

国家对于医疗基金监管的情况。同时，雷响提醒医务人员要规范诊疗行为，并认真开展自查自纠，发现问题及时整改；医院要加强医保基金精细化管理，完善事前提醒、事中审核机制，并合理控制成本，建立科学的绩效分配方案，持续推动理念更新和技术提升。

讲座结束后，大家一致表示，必须规范医疗服务行为，严守诊疗规范，用好手中的处方权，当好医保基金的“第一守门人”。

王文娟

图片新闻



8月19日，市妇幼保健院（市三院）中医科·国医堂医护人员到漯河家天下家政服务有限公司，举办以“传承中医智慧 护航妇幼健康”为主题的女性夏秋季养生中医讲座，并提供义诊服务。

荆明 摄

用药安全

这些药物不能与柚子同服

金秋时节，柚子飘香。但柚子与一些药物相克，同时食用可能对健康有害。

危险的“水果效应”

CYP3A4酶在药物代谢中发挥着至关重要的作用。这种酶负责代谢约50%的临床常用药物，一旦其活性被抑制，药物代谢速度会受到影响，导致血液中药物浓度倍增、药物不良反应加重，甚至造成中毒。

柚子除含有丰富的有机酸、维生素、钙等微量元素外，还含有多种化学物质，如呋喃香豆素、黄酮类化合物、香柑素等。这些成分（主要是呋喃香豆素）就像代谢酶的“刹车踏板”，能够显著抑制人体肝脏中CYP3A4酶的活性。

例如：服用1片辛伐他汀（一种降血脂药）时饮用250毫升柚子汁，血药浓度最高可升高330%，相当于无意中多服了2片～3片药。若大量饮用柚子汁则风险更大。

药物危险清单

以下药物与柚子同服风险更高：

- 1.他汀类降脂药物：如阿托伐他汀、辛伐他汀和洛伐他汀等。服用此类药物期间饮用柚子汁会增加药物在体内存留时间，可能引发低血压性晕厥。
- 2.降压药物：如硝苯地平、非洛地平、氨氯地平等。服用此类药物期间饮用柚子汁会增加药物在体内存留时间，可能引发低血压性晕厥。
- 3.免疫抑制剂：如环孢素等。服用此类药物期间饮用柚子汁会导致药物浓度翻倍，增加肝肾毒性。
- 4.抗心律失常药：如盐酸胺碘酮等。服用此类药物的同时吃柚子或饮

用柚子汁，易导致心律失常。

5.抗凝药：如华法林。服用此类药物期间如饮用柚子汁，会增加出血风险。

6.镇静催眠药：如地西泮、咪达唑仑、舍曲林等。服用此类药物期间吃柚子会导致药物作用时间延长，进而导致过度镇静，可表现为头晕和嗜睡。

7.抗过敏药：如非索非那定等。饮用柚子汁会降低非索非那定的生物利用度，导致药效下降。

常见疑问解答

1.所有柑橘类水果都对药物有影响吗？

我国农业研究者对常见柑橘类水果进行检测，结果指出，呋喃香豆素含量由高到低的顺序是柚类最高，葡萄柚次之，西柚居中，甜橙、柠檬（黄皮柠檬）及枳、宽皮橘中的含量最少。因此，风险等级排序为高危：柚子、葡萄柚；中危：西柚；低危：甜橙、柠檬、宽皮橘（可适量食用）。

此外，其他水果如黑桑葚、野生葡萄、黑莓、石榴等对CYP3A4酶也有抑制作用。因此，在服药期间也应尽量避免食用这些水果。

2.含有柑橘、柚子的加工饮品可以饮用吗？
含有柑橘、柚子类成分的饮品如常见的蜂蜜柚子茶、杨枝甘露、青柠茶、金银花柚子汁等，呋喃香豆素的含量可能更高，服药期间应避免饮用。

建议：食用不常吃的饮料或食物应细看配料表中有无含柚成分，有助于大家在日常生活中避免药物相互作用。

据“学习强国”学习平台

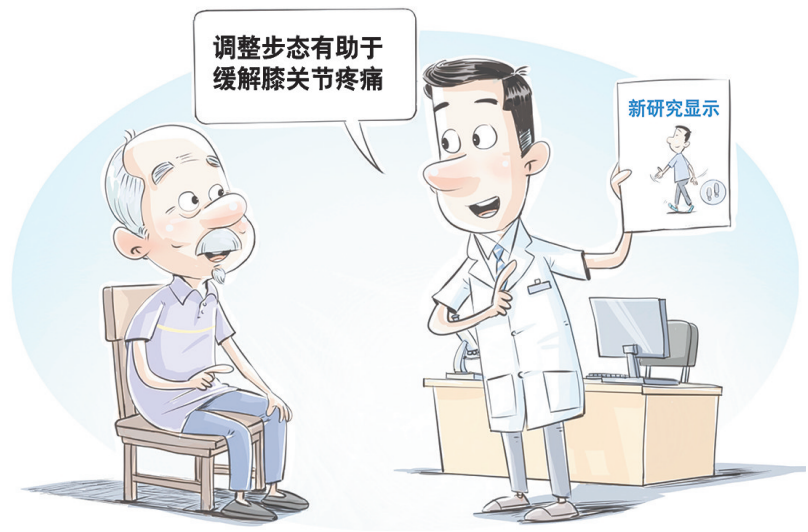
本版组稿：王夏琼

漫说新闻



随着现代生活节奏的加快，脱发问题已开始困扰各年龄段人群，呈现了年轻化趋势。专家表示，科学认知脱发的本质、掌握正确的防治方法尤为重要。

新华社发



很多人上年纪后会受到膝关节困扰。该病会侵蚀关节软骨，目前尚无逆转这种损伤的方法，只能通过药物控制疼痛。美国研究人员近日在英国学术期刊《柳叶刀·风湿病学》上发表论文说，一项针对膝关节炎患者的研究显示，调整步态可望有效缓解疼痛，并减缓膝关节软骨损伤。

新华社发