

我市连续九届获全国无偿献血先进城市称号

本报讯(记者 史书杰 通讯员 尤文涛) 12月13日,国家卫健委、中国红十字总会、中央军委后勤保障部卫生局在北京联合召开《中华人民共和国献血法》实施二十周年暨2016年度至2017年度无偿献血表彰大会。我市再次荣获全国无偿献血先进城市称号,这是我连续九届(十八年)获此殊荣。

表彰大会上,我市葛双林等328

人获全国无偿献血奉献奖金奖、董俊梅等398人获全国无偿献血奉献银奖、王志国等1115人获无偿献血奉献铜奖,赵国彬等3人获全国无偿献血志愿服务奖一星级奖、李顺群等6人获全国无偿献血志愿服务奖二星级奖,周口协和骨科医院获全国无偿献血促进奖。

长期以来,我市认真贯彻落实《中

华人民共和国献血法》,在各级领导的大力支持和社会各界的积极参与下,我市无偿献血事业取得了可喜的成绩,无偿献血工作机制不断完善,有力保障了广大人民群众的生命安全。

我市坚持以献血者为中心,优化献血环境,改善献血服务,不断完善体制机制,加强科普宣传,营造社会氛围,调动献血者的积极性,推动无偿献

血事业健康、可持续发展。同时,采血车多次走进社区、学校和机关事业单位,宣传无偿献血相关政策,让市民了解、接受和参与无偿献血;组织开展血站开放日活动,邀请广大市民和社会团体参观血站,了解采供血业务流程。

据统计,截至目前,我市已有70多万人次参与无偿献血,采血量达280吨,切实保障了市民医疗临床用血。②9



为进一步做好医院消防安全管理工作,增强全院职工的消防安全意识,提升自救能力,12月15日,周口淮海医院组织开展消防演练,为全院职工上了一堂生动的消防安全课。 记者 孙艳 摄

市中西医结合学会肛肠专业委员会2018年年会暨第四次高端论坛举行

本报讯(记者 李硕) 12月8日,周口市中西医结合学会肛肠专业委员会2018年年会暨第四次高端论坛在我市举行。河南省中医院肛肠科主任席作武、郑州大肛肠病医院院长宋太平、河南中医药大学第一附属医院肛肠病诊疗中心副主任张双喜、漯河

市中医院肛肠科主任刘兵、南阳市中心医院肛肠科主任韩柯等省内知名肛肠科专家出席会议。来自我市各县(市、区)的100余名代表参加会议。

会议指出,一要发挥中医药优势,做大做强特色专科;二要加强基层人才培养,提高专科技术水平;三要搭建

服务平台,营造学术科研氛围。

会上,席作武作了《2018肛肠疑难病例举隅》专题报告,宋太平作了《溃疡性结肠炎与肠阿米巴的误诊原因分析》专题报告,张双喜作了《便秘的外科治疗策略》专题报告,刘兵作了《直肠脱垂的分类与外科治疗经验》专题

报告。

各位专家所作的报告详细介绍了中西医结合在肛肠疾病诊治中取得的新成果、新进展,使每一名参会代表都能在聆听、交流中得到提高,切实解决其在临床实践中遇到的难题,提升我市肛肠专业诊疗水平。②9

周口惠济康复医院到学校开展心理健康教育

本报讯(记者 史书杰 文/图) 12月13日,周口惠济康复医院心理疏导团队走进市八一一路二小,开展心理健康教育和学习能力评估活动。

当天,该院心理疏导团队成员根据小学生的心理特点和规律,精心准备了互动游戏、童话故事,教会孩子们如何调节情绪、如何放松减压,从而拥有一个健康心态(如图)。同时,还通过听音乐、做游戏、讲故事等环节让学生主动思考,增强其分析问题的能力,并对学生的专注力、成就感、自信心、思维活跃度、独立性和反思性指标进行评估。整场活动互动频繁、气氛活跃,掌声、笑声不断,通过寓教于乐的方式为孩子们提供了心理健康教育与服务,取得了良好的效果。

据了解,为了搞好此次活动,该院心理疏导团队成员精心策划组织,挑选骨干力量,走进学校,开展心理健康教育。今后,该院将不断探索和总结成功经验,继续为全市中小学生提供及时、有效、高质量的心理健康教育与服务,为构建青少年心理健康防线贡献力量。②9



心系针灸 精于技艺

——记半堂春太极微针第十一代传承人韩秀梅

记者 史书杰 通讯员 王明见

12月10日上午,温度骤降,雪花飘舞。周口人合医院新病房大楼二楼针灸室内,地热、空调都已打开,暖意浓浓,半堂春太极微针第十一代传承人韩秀梅正在这里坐诊。

初见韩秀梅,她和蔼可亲,身手敏捷,很难让人相信她是一位年近八旬的老人。

谈话间,一名患者走进来。该患者叫韩新花,是商水县谭庄镇马村人。今年夏天,她患了严重的肩周炎,右臂疼得抬不起来,四处寻医问诊,还住了好几天院,花了三四千元钱,也没有治好。前些天,听朋友介绍,韩秀梅从外地回来了,在周口人合医院坐诊,于是

便慕名而来。在为其认真检查病情后,韩秀梅开始给她针灸。两针下去,韩新花就感觉好多了,右臂能抬起来了。

过了一会儿,周口人合医院护理部副主任胡灵敏身体略显僵硬地走进针灸室。原来,她在上班途中被一辆三

轮车撞倒,不小心扭到脖子。韩秀梅仔细检查了胡灵敏的状况后,叫来儿子——半堂春太极微针第十二代传人王松林为其针灸。很快,韩秀梅对胡灵敏说:“慢慢动一下脖子,看看还疼不疼?”胡灵敏先是轻轻扭动脖子,再慢

慢加大力度,惊喜地发现脖子能动了,也不疼了。整个诊治过程还不到10分钟,胡灵敏的病痛就被解除了。

12月10日当天,韩秀梅和她的儿子共为30多名患者义诊,受到大家的一致称赞。

韩秀梅,半堂春太极微针第十一代传承人、河南省非物质文化遗产继承人,精通针灸技艺,可以摸骨诊病。她出生于中医世家,毕业于河南省豫北医专,后进入医院工作直至退休。她18岁开始从医,拥有59年的临床经验,现为中国针灸协会理事、河南省老教授协会中医药专业委员会副主席。②9

中原社区卫生服务站

举办中医养生健康知识讲座

本报讯 为进一步提高全民健康素养,引导居民养成健康的生活方式,12月16日上午,东新区中原社区卫生服务站举办中医养生健康知识讲座。

当天,中原社区卫生服务站医护人员为社区居民详细讲解了中医养生的概念和方法、运动养生的内容和方法,以及药膳食疗的基本原则等,并为社区

居民免费发放了中医养生健康知识宣传资料和小礼品。

据了解,举办此次健康知识讲座的目的是向社区居民普及中医基本知识

与养生保健知识,增强居民的健康意识,促进居民健康素养水平和生活质量的整体提升。②9

(陈海威)

早期筛查技术提升助力癌症防控

新华社记者 张泉

全球每年约880万人死于癌症,每年1400多万新发癌症病例……随着发病率的上升,癌症已成为人类健康的重大威胁。专家表示,早期筛查技术的进步为早发现、早诊断、早治疗提供了技术保障。

目前,国际上以肿瘤为主要对象,覆盖从早期筛查、辅助诊断、伴随诊断、精准治疗全流程的精准医疗产业在逐步形成。精准医疗也成为中国健康战略布局的重要组成部分。

中国抗癌协会理事长、中国工程院院士樊代明表示,在世界范围内,每5个肿瘤病人中,就有1个是中国人;癌症病人的诊断和治疗费用,是普通疾病的5倍以上。专家指出,我国癌症

死亡率高于一些欧美发达国家,一个重要原因就是我国癌症早期筛查不够,早癌发现率低,不能及早控制病情,癌症被发现时大多已处于中晚期。

针对严峻的防控形势,国家卫生健康委员会副主任曾益新表示,有关部门正在研究实施国家攻克癌症科技攻关计划,提升癌症防控水平和能力,加强国际交流合作,协同攻克癌症。

当前,新型肿瘤标志物检查技术快速兴起,为提升我国早期筛查水平提供了良好契机。有别于传统的影像学检查、内镜检查等检查手段,新型肿瘤标志物检查通过抽血检测特定肿瘤的一些标志物,可以高效判断肿瘤的出现。

精准预防已经成为癌症预防的新趋势。专家表示,与传统活检相比,癌症血液检测具有一些优势。用于活检的组织是取自肿瘤的某个部位,能提供的基因信息有限,相比之下,血液检测结果可提供更全面的肿瘤DNA信息。通过抽血检测特定肿瘤的一些标志物,包括ctDNA(肿瘤细胞循环DNA)、miRNA(小分子RNA)等,可以高效、准确地判断肿瘤的出现。

“由于肿瘤DNA的变化往往早于肿瘤组织的生长变化,因此抽血有助医生及时调整治疗方案。”新加坡国立大学教授朱兴表示,液体活检特别是“基于血清的miRNA”检测技术,目前主要用于胃癌、肺癌和乳腺癌的早

期筛查。这表明,世界医学正在由传统医学方式向精准医学转变。

据介绍,癌症血液检测概念的提出已有相当一段时间,又被称为“液体活检”。在一项迄今最大规模有关癌症的基因组分析研究中,美国研究人员对1.5万名癌症患者的血液样本进行了分析,提出这种技术成本低、易操作,并可避免传统侵入性组织活检所带来的痛苦。

国家卫健委有关负责人表示,未来将促进基因检测、靶向治疗、免疫治疗等一些新技术研究与临床转化应用,探索优化适合中国人群科学有效的早诊早治技术方案。

(新华社北京12月19日电)

冬季谨防小儿上呼吸道感染

冬季,天气寒冷,儿童免疫力下降,容易患上呼吸道感染等疾病。

宝宝上呼吸道感染有哪些症状

1.三个月以下婴儿发热轻微或无发热。因鼻阻及鼻阻所致症状较突出,如哭闹不安、张口呼吸、吸吮困难、拒奶,有时伴有呕吐及腹泻。

2.婴幼儿全身病毒症状较重,病初突然高热39.5℃至40℃,持续1至2天,个别达数日,部分患高热同时伴有惊厥;一般鼻塞、流涕、咳嗽或咽痛等症较重;常伴有拒食、呕吐、腹泻或便秘等消化道症状;体检除发现咽部充血外无其他异常体征。

3.三岁以上患儿多不发热或低热,个别亦有高热,伴畏寒、头痛、全身酸痛、食欲减退等症。一般上呼吸道的其他症状明显,如鼻塞、流涕、喷嚏、声音嘶哑等。

宝宝上呼吸道感染的危害

1.转化为下呼吸道感染。当病原体沿气管、支气管向下蔓延时,将发展成下呼吸道感染,即气管炎、支气管炎、肺炎等。此时,咳嗽症状加重、痰多,由于小婴儿不会咯痰,堵在气管内,再加上肺组织的病变,常表现为呼吸急促、口周发青,发热往往也会加重。

2.诱发结膜炎、鼻窦炎、口腔炎、喉炎、中耳炎、颈淋巴结炎。如病原体经过泪管、耳咽管、淋巴组织等向周围组织蔓延,就会出现相应并发症。往往感冒症状未消,又出现结膜充血、疼痛、分泌物增多,或耳痛、外耳道流脓、头痛、流脓涕、下颌部或颈前淋巴结红肿痛等症。出现这些周围组织病变时,应采取相应的治疗。

怎样预防上呼吸道感染

1.饮食有节。儿童脾胃稚嫩,冬季应该做到饮食有节,保证一日三餐正

常进食,少吃油腻、不好消化的油炸食品,以粮食、蔬菜为主,适量添加肉

食。2.多吃富含维生素的食物。冬季,儿童容易患上呼吸道感染等疾病,只有摄入足够的维生素,才能有效增强身体免疫力。冬季时令蔬菜,如大白菜、萝卜、豆芽、菠菜、生菜等维生素含量都比较丰富。

3.注意补充膳食纤维。膳食纤维能调节食物的吸收和排泄,保持大便通畅,这对体内毒素的排出十分有利。冬季,儿童应多吃含有较多膳食纤维的食物,如玉米、红薯、高粱等粗粮,黄豆、红小豆等豆类食品,以及菠菜、芹菜等蔬菜。

4.补充润燥食品。冬季气候干燥,可以让儿童多吃些润燥食品。萝卜能润喉清嗓,降气开胃,除燥生津;冬瓜味甘性凉,有清热止渴、利水消肿的功效。

5.及时补水。冬季虽然出汗减少,但气候干燥,加上室内暖气,儿童更容易出现口干、鼻干和咽干等缺水症状。家长要教孩子主动喝水,不要等到口渴了再喝。

(市疾控中心 供稿)



主办: 周口市卫计委 周口报业传媒集团 承办: 国药控股周口有限公司

多吃绿叶蔬菜可能有助预防脂肪肝

瑞典卡罗琳医学院研究人员当地时间12月17日在美国《国家科学院学报》上发表报告说

多吃 生菜 菠菜 等含有硝酸盐的绿叶蔬菜

可能有助降低脂肪肝患病风险

因此建议人们平时多吃绿叶蔬菜

脂肪肝 是一种以肝脏脂肪堆积为主要特征的常见肝病

主要由 超重、酗酒 等导致

研究人员给高脂、高糖饮食的小鼠补充硝酸盐后发现

- 这些小鼠肝脏中的脂肪比例明显降低
- 对人类肝脏细胞进行的实验室研究也证实了这一效果
- 这些小鼠血压也有所下降,患2型糖尿病的小鼠血糖水平也有所改善

新华社发 (李琦制图)

健康服务热线

健康热线: 13592220126 13949993566 18639402285

电子信箱: zkrbwsb@126.com