

中国糖尿病综合管理项目启动

5 年培训万名基层医生

本报综合消息 国家卫生部疾病预防控制局副局长雷正龙 5 月 11 日宣布:中国糖尿病综合管理项目正式启动。

由卫生部疾病预防控制局指导,中国疾病预防控制中心慢病中心和中华医学会糖尿病学分会组织实施,赛诺菲·安万特提供支持的该项目,计划用 5 年时间,运用国内外

先进糖尿病防控管理理念,对全国 500 名中青年骨干医生和 1 万名基层医生开展糖尿病防治知识培训,探索推动中国糖尿病“防治结合,关口前移”。

中华医学会糖尿病学分会主任委员纪立农教授称,该项目培训课程邀请国际糖尿病中心全程参与,采用国际糖尿病治疗管理标准,力

求通过培训,使学员不仅了解掌握最新糖尿病管理理念,而且提高公共卫生意识和沟通能力和技巧,最终为糖尿病患者提供最佳管理服务。

他透露,将选择部分国家慢性病综合防控示范区开展糖尿病患者自我管理,通过基层医生提供糖尿病防治无缝化管理服务,建立医

患之间独特的合作关系,优化基层资源,并协助建立患者互助小组。使糖尿病患者及高危人群掌握自我管理的能力,全面推动中国糖尿病防治。

据知中国内地糖尿病患者人数近 6 年激增 2 倍多,目前超过 9200 万人。

(王文)

扶沟医生 陈志科 拾金不昧受称赞

本报讯 (记者 史书杰 通讯员 张格伟) 近日,扶沟县人民医院医生陈志科拾金不昧的事迹受到群众的一致好评。

日前,陈志科在郑州花园路与红专路交叉口捡到一个钱包,内有现金 2000 余元以及存单、银行卡、证件等物品。在路边等了半个多小时后,陈志科不见失主前来认领,便拨打了 110 报警电话,希望通过民警帮助寻找失主。经努力,警方最终找到了失主。

后来,失主以赠送锦旗的方式表达了对陈志科拾金不昧行为的感谢,并说:“太感谢你了,你的这种行为让我深深地感受到这个社会还有真情在。”

拾金不昧是中华民族的传统美德,也是一个人高尚品质和崇高社会责任感的具体体现。陈志科用自己的实际行动展示了高尚的个人品质和良好的精神风貌。这种拾金不昧的精神,让我们看到了中华民族的光荣传统的传承与发扬;这种精神就像一盏明灯,照亮了我们的心灵;这种精神就像一个航标,指引着我们道德前进的方向。

胃肠道疾病 提前到来

本报综合消息 每年夏季都是胃肠道疾病的高发季节,但今年有些提前。

据介绍,每年 5 月下旬至 6 月上旬,是胃肠道疾病的高发时节。今年从 5 月初开始,前来医院就诊的胃肠道疾病患者就开始增多。年轻患者多是饮食不卫生引发的胃肠道疾病,如急性肠炎、胃炎等;老年患者多是吃剩饭引发的胃肠道疾病。

医生提醒市民,进入夏季,气温普遍较高,食物容易孳生细菌。避免发生胃肠道疾病,最直接有效的方法就是,减少外出吃饭的机会,尽量自己动手做饭。坚持饮食清淡的原则,过于油腻或调料过多都会引发急性肠炎或胃炎。尽量不吃剩饭剩菜,放置时间过长或变质的剩饭剩菜,一定要倒掉。隔夜的剩饭剩菜,食用时要熟透。

初夏,市民可适当吃些苦味食品,能起到解热祛暑、消除疲劳的作用,如苦瓜等。初夏季节,不宜进行过于剧烈的运动,尽量选择散步、慢跑、打太极拳、钓鱼、种花等较为平和的运动。

(罗阳)

关注 5·12 国际护士节



► 昨日,郸城县隆重表彰了在护士工作岗位取得突出成绩、做出突出贡献的 50 名优秀护士。 徐松 摄



◀ 5 月 12 日国际护士节来临之际,周口市第二人民医院隆重举行庆祝护士节“感动服务”演讲比赛,让护士姐妹们在自己的节日里尽情诉说日常工作中的酸甜苦辣。“天上天使的美丽在于她们的神圣和美貌,人间白衣天使的美丽在于她们的奉献和微笑……”护士以“我奉献,我快乐”为主题的演讲比赛,感动了在场的所有人。第二人民医院新任院长张双成为获得演讲一等奖的选手颁奖,并鼓励所有护理人员在以后的工作中,以百倍的热情服务患者、感动患者,为群众健康做出自己的贡献。

刘艳霞 李建洛 摄

管住嘴、迈开腿

健康生活方式让你远离脑血管疾病

□晚报记者 王晨

近日,世界神经外科学会继续教育委员会主席、亚太地区神经介入联合会主席、首都医科大学宣武医院神经外科凌锋教授莅临周口文化大讲堂,举行了一场主题为“以健康生活方式抗击脑血管疾病”的讲座,受到了广大市民的欢迎。

脑血管疾病成国人死亡第一杀手

凌教授首先给大家展示了一些伟人的照片,并且解释说,像列宁、丘吉尔、罗斯福、斯大林、阿拉法特这些有名的人物都是死于脑血管疾病。凌教授借此告诉市民,认识脑血管疾病、预防脑血管疾病对人们的身体健康具有极重要的作用。

据了解,在全世界范围内,每年约有 440 万的脑血管疾病新发病人,在我国,每年有 150 万~200 万的新发病人,脑血管疾病因此被称为健康杀手。2004 年,我国脑血管疾病致死危险性排在所有疾病的第二位,2007 年“荣升”为第一位。

提早发现脑血管疾病信号

凌教授说,当市民突然出现眩晕、肢体麻木无力、行走困难或说话不清时,一定要重视,因为这些症状极有可能就是脑血管疾病的信号。

凌教授介绍,有些患者平时并无任何症状,但是突然出现头晕目眩、两眼发黑甚至肢体和面部活动无力,无法表达语言和理解语言,并出现视力模糊和行走困难、身体失

衡等症状时极有可能是患上了突发性的脑血管疾病。此时,患者家属应让病人保持安静,避免精神紧张,尽量少搬动,最好迅速就地治疗。必要时,应在病人平卧的情况下送医院诊治。

脑血管疾病来袭 与时间抢生命

凌教授表示,脑血管疾病超早期实施溶栓治疗的效果最好,如果联合早期康复治疗脑梗塞,可以避免缺血的脑组织坏死,减轻损伤。溶栓治疗在较短时间内就可看到患者血管供血显著改善,效果好的甚至能不留后遗症。

但是,溶栓治疗有一个“时间窗”,也就是说,从得病到开始溶栓要控制在 6 小时以内。如果错过了这个时间,患者就很难通过溶栓进

行治疗。对于脑血管患者来说,时间就是大脑,时间就是生命,早治疗几个小时,病人很可能会重新站起、重返社会。晚治疗几个小时,很可能会造成病人终身瘫痪。

健康生活方式让你远离脑血管疾病

脑血管疾病不仅是医生的事情,更需要市民自己重视和预防。凌教授提醒市民,经常食用新鲜的水果和蔬菜,每天至少运动一次且不少于 30 分钟,定期体检身体等都能帮助大家远离心脑血管疾病。凌教授还总结了浅显易懂的段子分享给现场听众,“管住嘴、迈开腿;习惯好、勤查找、全面分析适度干预好”。

天久康 致力医药健康领域 40 年

更专业 更健康

周口天久康药业

河南首家本药物流配送企业