周口晚报

周口日报社主办
网 址 :http://www.zhld.com
今日B叠8版

广告热线:8269401

健康生活

周 刊
2013年9月 27
癸巳年八月廿三
星期五 本版编辑 方珍 总第133期

一次体检让她化险为夷

别把宫颈疾病当小事

李大姐近一年来时常有白带增多、小腹坠痛、接触性出血的症状,可她总认为没什么大不了的,用点栓剂就能缓解。

8月份,李大姐所在单位组织到周口军分区医院体检。检查中,细心的妇科医生孙雪发现李大姐的宫颈疾病虽然并不严重,但病变处呈现出坏死迹象,并伴有少量出血。宫颈TCT证实,李大姐的宫颈疾病已发展为早期宫颈肿瘤病变(CINⅡ期)。

这下李大姐傻了眼,怎么就发展得这么快呢?为了尽快控制病情发展,孙医生为她实施了“奥洛克”宫颈修复手术。

“奥洛克“扼住宫颈早期病变!

奥洛克”宫颈修复系统是专门用来治疗宫颈疾病的前沿技术,该系统在计算机工作站控制下,通过细如发丝的电极,将电能转换为热能聚焦于病变处。电极覆盖宫颈,对病变组织释放能量,使创面得到均匀修复,病变组织细胞不可逆性坏死,在代谢过程中脱落,并促进组织重建,改善微循环,从而将宫颈修复如初。

由于发现及时并采取了得当的治疗措施,近期复查结果显示:李大姐的宫颈十分光滑,前期病变已经消除。

手术援助 帮助更多女性重获健康

在临床上,像李大姐这样病情突变的患者很多,为了让更多普通女性也可以享受到妇科微创技术的好处,据悉,10月份为周口军分区医院妇科“奥洛克手术推广月“,期间将会实施手术援助,让更多女性重获健康。**(军分区)**

2013年中国将投逾2亿促进全民健康素养

本报综合消息 9月23日,2013年中央补助地方健康素养促进行动项目培训班在山西太原开幕。国家卫生计生委宣传司副司长姚宏文提出,2013年中央补助地方健康素养促进行动将投入24435万元,确保有效落实医改健康教育和健康促进工作任务。

据姚宏文介绍,2013年健康素养促进行动项目执行时间为2013年8月至2014年7月,将在2012年项目基础上,进一步整合疾病预防控制、食品卫生、优生优育、生殖健康、职业病、烟草控制等健康教育工作内容,充分发挥健康教育专业机构的作用,确保有效落实医改健康教育和健康促进工作任务。

据了解,该项目主要内容包括公益广告、健康巡讲、健康促进医院创建、健康素养和烟草流行监测、重点疾病和重点领域健康教育、地域性疾病健康教育。其中公益广告、健康巡讲将在22个中西部省份和新疆生产建设兵团开展;健康促进医院将以无烟卫生计生机构创建为切入点,在所有省份和新疆生产建设兵团开展创建健康促进医院试点;健康素养和烟草流行监测将在所有省份开展;艾滋病健康教育、结核病健康教育及其他健康问题健康教育将在所有省份和新疆生产建设兵团开展;地方病、血吸虫病、包虫病及鼠疫等地域性疾病健康教育将在其疾病发生地域开展。

2012年,该项目经费投入2.38亿元,共制作公益广告59部,在42个电视频道播出;开展健康讲座1.05万场次,覆盖525万人次。

(中国新闻网)

国家卫计委发布加强食品安全标准工作的指导意见

新华网北京9月24日电 国家卫生和计划生育委员会23日在网站发布《关于加强食品安全标准工作的指导意见》,要求各地依法履行食品安全标准工作职责,加强食品安全地方标准工作和食品安全企业标准备案工作,开展食品安全标准研究和跟踪评价。

按照国务院部署,食品安全标准工作已列入当前食品安全重点工作和重点建设项目,应加快食品标准清理整合和重点标准制(修)订,完善食品安全标准体系,在“十二五”期间,基本构建保障人民群众健康需要、适应我国国情的食品安全标准体系。

指导意见明确,地方食品安全标准工作的工作职责和具体要求包括:依法履行食品安全标准工作职责、加强食品安全地方标准工作、做好食品安全企业标准备案工作、开展食品安全标准研究和跟踪评价工作、做好食品安全标准宣传贯彻工作、加强食品安全标准审评委员会委员管理和加强食品安全标准工作能力建设。

指导意见要求,各地加强食品安全地方标准制度建设并严格食品安全地方标准范围,坚持科学合理、公开透明的原则,推进标准贯彻工作顺利执行。省级卫生计生行政部门要加强食品安全企业标准备案制度建设,明确食品安全企业标准备案范围,坚持企业是食品安全第一责任人原则。同时,省级卫生计生行政部门要增强服务意识,简化备案程序,以方便公众查询。

指导意见要求,省级卫生计生行政部门加强食品安全标准工作能力建设,明确食品安全地方标准和企业标准、标准跟踪评价等工作的管理机构,加强人才队伍建设,落实食品安全标准工作的监督激励和考评制度。将标准工作经费纳入各级地方财政预算,落实各项保障机制。

根据《食品安全国家标准“十二五”规划》,我国正在加快食品标准的清理整合,今年年底将完成对以往5000项食品标准的清理任务,目前已新公布了303项食品安全国家标准,覆盖食品安全指标6000余项。

(胡浩)

全球平均每10分钟有1人死于狂犬病

中新网北京9月26日电 据狂犬病控制联盟和美国疾病控制中心报告,全球每年有5.5万人死于狂犬病,平均每10分钟有1人死于狂犬病。今年的9月28日是第七个“世界狂犬病日”,主题是“共同行动,使狂犬病成为历史”。

随着人们生活水平的提高,养宠物犬的人越来越多。据北京市公安局统计,2013年,北京市养犬登记数量超过100万只。

狂犬病是由狂犬病毒引起的急性传染病,感染后,潜伏期一般为1至3个月,是病死率高达100%的急性传染病。近年来,我国每年狂犬病病例均超过1000例,属于全球狂犬病高发国家之一。

据北京市疾病控制中心统计,每年春夏季都是动物致伤的高峰季节。2012年,北京市共报告狂犬病13例,死亡13例,较2011年上升160%。截至2013年8月,北京共报告人狂犬病7例,死亡7例。另据统计,今年1至7月份,因被猫狗抓伤、咬伤,到市属各狂犬病免疫预防接种门诊接种狂犬病疫苗的人数已近9万余人次。

专家建议,如果一旦被狗咬伤或抓伤,要立即用20%肥皂水反复冲洗伤口,在伤口处涂2%~3%碘酒或75%酒精进行消毒,并立即到指定的狂犬病免疫预防门诊接种狂犬病疫苗。狂犬病疫苗接种通常为5针程序,即被咬伤的当天、第三天、第七天、第十四天、第二十八天各打1针。伤势严重者在疫苗接种前还需注射抗狂犬病血清或狂犬病免疫球蛋白。从世界卫生组织公布的情况表明,除了犬类外,猫、兔子等温血动物都可能会携带有狂犬病毒,需要民众提高注意。

预防狂犬病最主要的还是提高自我防范意识。养犬人要做到定期给犬类接种疫苗;不要与犬类过于密切接触,不要抚摸和挑逗陌生犬,特别应避免手和黏膜部位与动物唾液直接接触;饲养动物的家庭不要随意遗弃动物,以防流浪动物伤及他人;带狗出门要栓上链绳,以免误伤他人。

资料显示,约90%的病例对狂犬病危害认识不足,被咬伤后没有进行伤口处理和疫苗接种。全社会应该提高狂犬病的防范意识,饲养宠物的狂犬病高危人群应主动定期给动物接种疫苗,饲养宠物的人员也应接种预防狂犬病的疫苗。

(梁亮亮)

■一周120报告

数据来源:市120急救指挥中心
采集时间:2013年9月20日~26日

出诊原因	人次
其他内科系统疾病	45
其他类别外伤	44
交通事故外伤	42
心血管系统疾病	24
酒精中毒	13
脑血管系统疾病	7
妇、产科	3
儿科	2
其他	2
呼吸系统疾病	1
药物中毒	1

一周提示:本周120急救共接诊184人次。秋季是气温高低变化无常的季节,很容易引发一些秋季疾病,所以,做好秋季疾病预防很重要,尤其是心脑血管患者平日更应该做好疾病预防工作。

在日常生活中,躺下、起身、低头、下蹲等动作要尽量缓慢,以免发生体位改变性低血压,或突然出现晕厥、摔倒。心脑血管疾病患者秋季应该多吃新鲜蔬菜和水果,以补充人体所需要的维生素和纤维素,也可适当吃些高蛋白低脂食物,如鱼、虾、豆制品等,同时,还可以多吃一些有调节血脂作用的食物如洋葱等。此外,心脑血管疾病患者要养成自测血压的习惯,密切留意自己的血压变化,如有突然变化,要及时就医,以免延误病情。

(晚报记者 张志新 信息提供 耿清华)

■一周病情报告

样本采集地:市中医院
采集时间:2013年9月20日~26日

科别	门诊接诊总量(人次)
肝病科	739
脑病科	652
儿科	521
肺病科	503
妇、产科	480
皮肤科	420

温馨提示:进入秋季,天气逐渐变凉,市民多以为食物不会像夏天那样容易变质,放松对食物的警惕。其实不然,细菌性食物中毒同样是秋季的常见的疾病,因此,秋季预防食物中毒同样重要。

医生建议,为了更好地预防秋季食物中毒,市民首先要养成良好的个人卫生习惯,在烹调食物和进餐前洗手。同时,食品要低温储藏,餐具、炊具要及时清洗消毒,生熟食炊具要分开使用,熟食应及时食用。其次,蔬菜水果要尽可能浸泡、清洗后食用,在选购熟食卤菜、凉菜时要注意销售场所防虫、防蝇、防尘设施是否齐全,存放条件和存放容器是否符合卫生要求。最后,市民应尽量到正规商场和超市选购肉类、禽类、水产品。

(晚报记者 张志新 信息提供 姚娟)

种植牙

周口市德正口腔门诊部

刘杰彪,原市中心医院口腔科主任医师,现任周口市妇幼保健院业务院长。

专业特长:
1.种植牙
2.三叉神经痛
3.颌面外科手术
4.牙齿美容
5.难治性牙病

地址:周口市交通路与文明路交叉口向北200米路西
预约咨询电话:0394—8281120