

医院动态

市人民医院 获评“焦作市科普教育基地”

本报讯(记者孙阎河)为加我市基层科普能力建设,充分发挥社会科普教育作用,促进全民科学素质和全社会文明程度不断提高,日前,市科协、市文明办公布了焦作市科普教育基地(2023-2027)认定名单,市人民医院成为此次全市唯一获批为“焦作市科普教育基地”的医疗机构。

近年来,市人民医院高度重视健康科普工作,成立了健康促进办公室,开通了“健康促进专栏”公众号,积极构建健康知识普及体系,大力推进健康科普知识普及行动,策划打造了一系列高标准、高质量、权威性和具有鲜明特色的健康科普活动,并不断创新探索科普形式、丰富完善科普内容,多次举办健康科普能力大赛和健康科普短视频大赛,在省级、市级科普能力大赛上屡获佳绩。同时,该院持续开展健康科普“进机关、进学校、进企业、进社区、进乡村、进家庭”六进活动,不断提升居民的健康素养,深受广大群众的一致好评。

今后,市人民医院将按照市科协、市文明办要求,依托科普教育基地平台,持续加强科普基础设施建设,充分利用丰富的科普资源,大力发挥科普基础设施的功能和作用,打造品牌特色科普活动。同时,培养更多高素质的科普人才,创作更多群众喜闻乐见的健康科普作品,主动开展更专业的健康科普咨询,通过信息化手段和新媒体提高科普实效,为群众提供开放、共享、便捷的科普服务,引导大众养成文明健康的生活方式,不断提升人民群众健康方面的获得感、幸福感。

市人民医院完成一例保留自主呼吸胸腔镜肺叶切除术

本报讯(记者孙阎河)日前,市人民医院顺利完成一例保留自主呼吸胸腔镜左肺下叶腺癌根治术,术中采用的肺叶切除技术和Tubeless(免气管插管)麻醉术目前在我市均属独家开展。这次手术的成功实施,标志着Tubeless(免气管插管)麻醉技术已在该院实现了常规化开展,以及肺楔形切除到肺叶切除的跨越式发展。

2022年9月,市人民医院与广州医科大学附属第一医院国家呼吸医学中心签约,正式成为国家呼吸医学中心协同单位。广州医科大学附属第一医院国家呼吸医学中心结合我市人群疾病谱特征,以优势学科为切入点,就科

研合作、亚专科间联动、“院士MDT”查房、人员培训交流、提升疾病防控能力、适宜技术推广等方面,与市人民医院开展了密切交流合作,切实为我市的呼吸医疗、预防、保健和康复等提供了强有力的技术支持。同时,在该院党委的安排下,麻醉和胸外团队骨干到国家呼吸医学中心学习先进的胸科麻醉和手术经验。学习归来后,该院先后开展了20余例免气管插管自主呼吸下胸腔镜肺楔形切除术。

此次接受手术的患者51岁,体检时发现左肺下叶占位。为了寻求更安全的治疗方式,患者经过多方了解后,到该院就诊。接诊后,该院组织多学科(MDT)会诊,并邀请广州医科大学附属第一医院国家呼吸医学中心刘辉教授来院指导。最后,经过多学科专家联合会诊,认为李先生属于肥胖型患者,且肺功能一般,手术难度大,决定为其实施Tubeless(免气管插管)条件下胸腔镜肺部手术。

术中,该院心胸外科和麻醉手术中心医护人员密切配合,在为患者切开一个4厘米切口的条件下,顺利完成了胸腔镜左肺下叶切除术及淋巴结清扫术,患者在全麻中一直保留自主呼吸。术后,患者立即苏醒。

该院心胸外科专家介绍,人类声门处的神经相当丰富、敏感,即使是非常轻微的刺激都能

引起极大不适。免气管插管麻醉技术采用“喉罩全身麻醉+迷走神经阻滞+区域神经阻滞”的方法,其气道管理可控性较好,术后通过喉罩实施肺复张可以达到更加安全可控的效果。同时,喉罩作为一种声门上气道工具也能避免气管插管并发症,是一种安全性、可控性均较为均衡的麻醉方案。另外,这项技术的实施可以避免传统胸科手术双腔支气管插管引起的相关气道损伤,减少单肺通气期间的呼吸机相关肺损伤,减少患者术后咽喉不适。同时,由于麻醉过程中基本不使用肌肉松弛剂,而是采用较浅的麻醉镇静,能极大减少阿片类药物的使用,从而减少麻醉药物残余

所造成的影响,加快患者术后恢复,实现胸科手术“整体微创”的目标。另外,肺楔形切除和肺叶切除虽然都属肺部手术,但楔形切除术的局限性在于其只适用于肺部局限性病变,如果病变范围较大,就需要进行肺叶切除术。肺叶切除术则需要切除肺部的一个完整叶片,包括叶片内的肺组织、淋巴组织和血管组织等,手术难度更大、治疗更加彻底。

下一步,该院将继续坚持“病人不动专家动”的诊疗模式,加大与广州医科大学附属第一医院交流学习力度,让群众足不出市就享受到高质量的诊疗服务。

健康小贴士

市人民医院专家提醒 滑雪时谨防意外发生

本报讯(记者孙阎河)2024年的第一场雪在人们的期盼中飘落,许多人开心地走进滑雪场,尽享冰雪上滑翔的快乐。但是,如果缺乏安全意识,滑雪也会造成很大的伤害。近日,市民陈先生就因为看别人滑雪时不小心被撞倒,导致滑雪板刃划破右足跟,跟腱断裂,被紧急送到市人民医院创伤显微外科救治。为此,该科主任徐世保提醒,雪天出行请务必注意自身安全,远离安全隐患,开展冰雪运动更要安全第一。

据了解,陈先生受伤后被送到市人民医院后,检验科开通创伤绿色通道,快速进行术前检查检验,最大程度缩短术前等待时间,随后徐世保带领团队为其实施手术。目前,陈先生恢复状况良好,但要恢复到正常人的肢体功能,至少需要半年的康复期。

对此,市人民医院专家提醒:雪天外出,一定要注意自身安全,特别是老年人,非必要尽量不要外出。如果一定要外出,最好有人陪同,并乘坐安全的交通工具。对于冰雪运动爱好者,运动时一定要穿戴专业护具,滑雪时先学习掌握正确的要领和技巧,同时要注意观察周围环境及人群,避免误伤其他人。如果摔倒不可避免,务必记住“三不”口诀,即“不用手撑、手脚不乱动、身体不翻滚”。同时,尽量把摔倒区域控制在安全范围内,雪上运动观赏者要远离滑雪中心区域,以免“城门失火,殃及池鱼”。

冬季健康体检好处多

——访焦作疾控健康管理中心主任侯国存

本报记者 朱传胜

随着天气越来越冷,很多人不愿意再去作体检,觉得要脱衣服又麻烦又冷。但是在冬季,恰是每年健康保养的关键时节。昨日,焦作疾控健康管理中心主任侯国存接受记者采访时表示,冬季是各种疾病的高发期,如高血压、冠心病、脑卒中等心脑血管疾病,支气管炎、肺气肿等慢性血管病在寒冷的季节更容易发生。冬天气候寒冷,更容易找到病因、病灶以及某些潜在的病情,及早防治。

冬季体检预防疾病有的放矢

在侯国存看来,冬季进行健康体检有很多好处。首先,冬季天气寒冷,人们可能会摄入更多油脂来增加热量,这对于“三高”人群来说可能会加重病情。通过体检,人们可以了解自己的身体状况,并根据专家提供的饮食方案保持身体健康。

其次,对于年迈的父母或有慢性疾病的老年人,冬季可能是疾病易发的季节,如果护理不当,轻微的疾病可能会恶化。定期进行体检可以及早发现潜在的健康问题,有利于预防和早期治疗。

对于女性来说,冬季手脚冰凉可能与内分泌有关。通过体检,女性可以了解自己的内分泌状况,从而采取相应措施改善身体状况。

此外,冬季是各类疾病的高发季节,包括亚健康。通过体检,亚健康人

群可以了解自己的身体状况,采取相应措施改善生活习惯,增强免疫力。

冬季体检套餐项目解读

为了让市民通过健康体检预防疾病,该中心专门推出了冬季健康体检套餐。在这个套餐中主要有哪些项目?对此,侯国存结合一些冬季极易发生的疾病进行了解读。

肺功能检查:气温降低,天气干燥,呼吸道黏膜抵抗力也会随之降低,很容易导致呼吸道疾病复发。因此,冬至后体检,尤其要注意肺功能及胸片检查。

心电图检查:每年的11月至次年2月份都是心脑血管病的高发期。有心血管病史的中老年人应该重视心电图、脑电图的检查,了解供血等方面的情况。

血压检查:在寒冷的冬季,会让人的身体处在一种应激状态下,血管收缩、代谢增加和心脏负荷的加重都会导致血压升高。高血压患者极易导致脑中风、急性心肌梗死、心力衰竭等并发症,危及生命,所以冬季要谨防高血压。

血脂检查:冬季户外气温低,很多市民喜欢待在家中,户外运动量明显减少,致使能量消耗降低,而这恰恰也是导致高血脂发病率较高的一个重要原因。

肾功能检查:冬季由于皮肤排出的汗液和毒素减少,肾脏负担加大,在此基础上若出现感冒症状,肾脏就更易受损。

肝功能检查:冬季天气干燥,病毒传播比其他季节更旺盛,其中防范病毒性肝炎的传播尤为重要,要及时检查体内是否有肝功能改变及肝炎抗体。

竭力提供优质体检服务

侯国存介绍,2023年10月,焦作疾控健康管理中心正式启用,这是市疾控中心推动实现“以治病为中心”向“以人民健康为中心”转变作出的重要一步。该中心除了“检得好”,更重要的是“管得好”。

目前,该中心提供五项特色服务:一是定制化健康体检。结合团体需求和行业特点定制团体体检套餐;根据每个人不同的身体状况、生活方式、遗传因素等,定制针对性的个性化体检套餐。二是精细化慢病管理。充分发挥市疾控中心慢性病预防控制、健康教育等疾控专家优势,提供慢病“六高同防”(高血压、高血脂、高血糖、高同型半胱氨酸、高尿酸、高体重)科学方法,由专业的医师和健康管理师开展心脑血管疾病等健康因素风险评估,定期督促服务对象落实相应的预防措施,有效控制心脑血管疾病、糖尿病、肿瘤等慢性病的发病率及致死率。

三是信息化健康干预。通过“六师共管”(健康管理师、公共营养师、运动指导师、西医师、中医师、心理咨询师)模式,为服务对象提供膳食处方、运动处方、药物处方等方面的健康生活方式医学干预。四是信息化体检流程。该中心引进先进的体检健康信息化管理系统,实名制体检,体检过程中杜绝出现漏检、误检现象,从流程上保证了体检结果的准确性和真实性。五是高危急值预警管理。体检过程中,如有发现高危急值,即在第一时间通知受检单位或受检本人,为需要进一步就诊的体检者提供及时有效的指导及就医服务。

雪地玩耍警惕患上“雪盲症”

本报记者 朱传胜

1月15日,我市迎来2024年的第一场大雪,怀川大地被笼罩在一片白茫茫的雪中,市民纷纷外出赏雪、拍照、打雪仗。雪景固然美不胜收,但看久了也可能看出病来。焦煤中央医院眼科主任蒋乐文提醒,雪地玩耍时间太长,易得“雪盲症”,尤其是雪后晴天在雪地中活动,没有眼镜保护,在数小时之内即可造成严重的“雪盲症”。

蒋乐文介绍,“雪盲症”是由于紫外线照在雪地上反光,造成角膜上皮坏死脱落的一种症状。雪地对阳光的反射导致直视雪地几乎等同于直视阳光,对眼睛的伤害很大。

“雪盲症”可导致眼睛出现刺痛、畏光、异物感、流泪等症状,严重者可能出现弥漫性角膜上皮脱落,引起暂时性失明,一般是在3到8小时后发作,也就是白天长时间看见雪,晚上才可能会感觉眼睛刺痛。此病在不严重的情况下,对症处理后48小时内就会自愈,但如果一直感觉眼部疼痛,视力模糊且没有好转,那就要警惕了,最好及时就医检查。”蒋乐文说,“得过‘雪盲症’的患者,不注意的话会再次得‘雪盲症’,症状会更严重,所以不能马虎大意。多次得‘雪盲症’会逐渐使人视力衰弱,引起长期眼疾,严重时甚至永远失明。”

“雪盲症”的罪魁祸首是积雪对太阳的高反射率。雪地对日光的反射率可达95%,即直视雪地=直视阳光。一旦出现雪盲症状,大家可以采取如下措施:一是用冷毛巾对眼睛进行冰敷,以减轻结膜充血的症状,同时闭目休息,尽量减少用眼;二是注意不要用手揉搓眼睛,以免加重角膜上皮的损伤;三是及时就医,在医生指导下用药,促进上皮修复及预防感染,眼角膜上皮损伤后1~3天可以治愈;四是症状严重者注意排除黄斑损伤。

那么,如何预防“雪盲症”?蒋乐文建议市民在长时间欣赏雪景以及参加冰雪运动、戏雪活动时一定要佩戴防护眼镜。防护眼镜不仅可以遮挡运动过程的异物损伤,防止跌倒、碰撞过程的眼外伤,其重要意义还在于屏蔽紫外线,减少短波光的光线对眼表的损害,防止长波长的红外光线对眼底视网膜的刺激和伤害。在雪地玩耍时,不可长久逗留,控制运动时间在2小时以内。如果发生眼红、刺痛、流泪等不适症状,一定要及时到眼科就诊,防止眼部进一步损害。

当前呼吸道病原体流行如何? 公众怎么防?

国家卫生健康委回应关切

新华社记者 顾天成 李恒

随着寒假和春节假期临近,人群大规模流动和聚集可能加速呼吸道疾病传播风险。当前,全国季节性流感等呼吸道病原体流行情况如何?公众如何做好防治?怎样强化医疗力量配备?国家卫生健康委14日召开新闻发布会,就公众关心的问题回应。

乙型流感病毒占比持续上升

“季节性流感包括甲型H1N1、甲型H3N2亚型以及乙型流感。”中国疾控中心病毒病所国家流感中心主任王大燕介绍,监测数据显示,我国南方省份近3周乙型流感病毒占比持续上升至36.8%,北方省份近5周乙型流感病毒占比持续上升至57.7%,一些省份乙型流感病毒占比已超过甲型流感病毒。

部分公众关心感染过甲流的患者是否仍可能感染乙流。对此,王大燕表示,得了甲流后产生的免疫反应,对乙

流不能提供有效的免疫保护。即使本次流行季得过甲流,也还有可能再次感染乙流。目前,流感疫苗中包含甲型H1N1亚型、甲型H3N2亚型和乙型流感组分,建议高风险人群尽早接种流感疫苗。

病原诊断很重要 须针对性治疗

北京大学第一医院感染疾病科主任王贵强表示,公众感染流感病毒、新冠病毒等病原体以后,建立的免疫力并不持久,可能出现反复感染,且这些病原体之间也没有交叉免疫,不同病原体可以同时或者交替感染,容易导致上呼吸道黏膜屏障受损,继发细菌感染等。

专家建议,出现上呼吸道感染症状要及时进行病原诊断,明确诊断后针对性治疗。通过针对性治疗可以有效缩短病程,降低进一步传播风险、降低住院和重症风险。

北京中医医院院长刘清泉表示,养护正气是预防呼吸道感染反复发作的关键。患者在患病期间或康复过程中,规律的睡眠对于提升正气非常重要。保持

饮食清淡、营养丰富,不吃油腻辛辣刺激食品,注意防寒保暖。同时,不要乱用药、乱投医。

强化医疗力量配备 优化就诊流程

国家卫生健康委新闻发言人、宣传司副司长米锋表示,要积极调配医疗资源,优化就诊流程,保障医疗用品供应,做好医疗资源储备,确保患者得到及时有效救治。

王贵强表示,针对不同类型呼吸道疾病,各级医疗机构采取多种措施加强精细化管理和个性化治疗,包括增加发热门诊、感染、呼吸相关科室人力资源,尽可能开放门诊服务,强化医疗资源整体配比,减少患者就诊等候时间;高水平医院对下级医院,包括社区基层医疗机构进行技术指导和专业支持,鼓励社区卫生服务中心承担常见呼吸道疾病诊疗;实行线上挂号,尽量减少就诊人员聚集,充分发挥互联网诊疗优势;强化病原体检测,提高抗生素使用针对性,促进规范合理使用相关药物等。

身边提示

老人冬季要注意 胃肠道保健

新华社北京1月17日电(记者李恒)当前正值一年中最寒冷的季节,人体本能地希望摄入更多热量,贮存脂肪来提高御寒能力。专家提示,这个时期尤其是老年人可以通过合理的饮食选择和保健方法,增强身体免疫力,健康安全过冬。

“随着气温的明显下降,老年人的新陈代谢会更加缓慢,脾胃功能相应减弱,胃肠道的蠕动也会减缓,可能导致食物在胃肠停留时间延长,增加老年人消化系统负担。”北京医院消化内科副主任医师刚锐表示,由于季节原因,部分老年人可能还习惯吃油腻辛辣食物,这些食物可能会对消化系统造成额外压力,导致反酸、烧心、胃痛、腹胀、腹泻等。

对老年人而言,冬季胃肠道保健要注意哪些?专家提醒,保持规律的饮食习惯有助于维持消化系统的健康,建议老年人每天定时进食,避免过度饥饿或过饱;多样化的饮食有助于身体获取所需营养,老年人可以适当摄入蔬菜、水果、全谷类食物、蛋白质、坚果等;适度运动有助于促进肠道蠕动的改善消化功能。

刚锐特别提醒,胃炎患者应避免刺激性食物和饮料,如辛辣食物、咖啡、酒精等;胃溃疡患者需要避免过度食用油腻和辛辣食物;腹泻患者应保持清淡饮食;胃食管反流患者应避免甜、粘、腻的食物。

北京协和医院临床营养科主任于康提示,要遵循“食不过饱”原则,尽量保持食物清淡,少油少盐。此外,保持良好的生活习惯,包括充足的睡眠、减少压力、避免过度饮酒和吸烟等都有助于维持消化系统的健康。

前沿医讯

日本用单分子酶活性 发现早期胰腺癌

新华社东京1月17日电(记者钱铮)胰腺癌起病隐匿,早期诊断困难,不少患者确诊时已经是晚期。日本一研究团队开发出基于血液中单分子酶活性分析的诊断方法,能尽早发现胰腺癌患者血液中酶活性的异常,有望帮助胰腺癌的早发现、早治疗。

东京大学、理化学研究所、日本医科大学等机构近日联合发布公报说,酶是为维持身体内环境稳定而发挥重要作用的蛋白质,其功能异常与许多疾病的发病密切相关。长期以来,医学界通过检测这类异常作为理解与诊断疾病的基础。不过,现行蛋白质功能分析常用的光谱技术以百万至上亿蛋白质分子的集团为对象,难以检测出每个酶分子活性,因此很难发现有用的生物标志物。

在本项研究中,上述团队利用半自动合成技术研发出一种用以检测单分子酶活性的荧光探针,使在单个分子水平上分析血液中各种蛋白质水解酶的活性成为可能。

使用新方法,研究人员检测出早期胰腺癌患者血浆中弹性蛋白酶、CD13和DPP4等酶在单分子水平上的酶活性出现异常。同时,在对来自不同医院的癌组织样本进行盲测时也检测到了这些活性异常,因此证明了这些生物标志物的有用性。

公报说,因为胰腺癌的早期诊断很困难,所以找到有助于早期发现癌变的血液中的生物标志物非常必要。使用本项研究确立的方法,找到能反映疾病状态变化的候选生物标志物,这很有意义。研究团队将推动本次成果进入实用阶段,同时进一步研究以发现其他单分子酶活性的生物标志物。

相关成果已在线发表于美国《细胞报告·方法》杂志。

关于中国人寿保险股份有限公司焦作分公司 焦东营销服务部营业地址变更的公告

经国家金融监督管理总局焦作监管分局批准,中国人寿保险股份有限公司焦作分公司焦东营销服务部营业地址变更,具体信息如下:

机构名称:中国人寿保险股份有限公司焦作分公司焦东营销服务部

机构地址:河南省焦作市解放区新华中街95号

经营范围:经国务院银行保险监督管理机构批准并经上级公司授权的业务

机构编码:000005410802002 **许可证流水号:**00111066

联系电话:(0391)2972960

特此公告

中国人寿保险股份有限公司焦作分公司 广告

关于中国人寿保险股份有限公司焦作分公司 焦西营销服务部营业地址变更的公告

经国家金融监督管理总局焦作监管分局批准,中国人寿保险股份有限公司焦作分公司焦西营销服务部营业地址变更,具体信息如下:

机构名称:中国人寿保险股份有限公司焦作分公司焦西营销服务部

机构地址:河南省焦作市解放区新华中街95号

经营范围:经国务院银行保险监督管理机构批准并经上级公司授权的业务

机构编码:000005410802001 **许可证流水号:**00111067

联系电话:(0391)2928995

特此公告

中国人寿保险股份有限公司焦作分公司 广告

扫一扫 关注我们



焦报健康 微信公众号