

热血传递温度 善行彰显担当 龙佰集团组织200余名职工参加无偿献血

本报讯(记者金珊珊、梁智玲) 12月14日,天气寒冷,停靠在龙佰集团鑫苑停车场、员工生态智慧餐厅门前的两辆采血车上却暖意洋洋。当天,龙佰集团组织200余名职工参加无偿献血,共捐献鲜血42400毫升,用热血传递了温度,让善行彰显了担当。

生命呼唤血液,爱心需要奉献。为有效保障我市医疗急救用血,近日,我市公民无偿献血委员会向社会各界发出无偿献血倡议书,呼吁广大市民和企事业单位职工踊跃献血,用爱心挽救生命,守护健康。倡议书发出以后,我市各行业、各单位纷纷响应,主动预约,积极加入无偿献血队伍中。

龙佰集团作为中国钛白行业深具影响力的上市公司,自觉践行“创领钛美生活,做受尊敬企业”的使命,在承担社会责任的路上从未缺席。经市“政企双向挂职”驻龙佰集团工作组对接协调、精心组织,点滴爱心很快汇聚成海。据龙佰集团党群工作部部长高小攀介绍,无偿献血倡议书发出后,集团各分公司干部、职工积极报名,在短短两天时间里,就有近300人报名参加此次爱心活动。报名的职工中,有第一次参加无偿献血的“新人”,也有多次参加无偿献血的“达人”,大家的奉

献精神让人深受感动。为做好采血服务,市中心血站根据龙佰集团报名参加无偿献血的情况,安排了两辆采血车,同时到现场开展采血工作。当天7时40分,采血车停靠在指定地点,并做好了各项采血准备工作。8时许,记者在现场看到,很多人趁着交接班的空隙赶来献血。龙佰集团物流部员工靳玲敏捐献了400毫升鲜血,她说:“无偿献血是一件很有意义的事情,收到活动倡议后,我和同事都报名参加了无偿献血活动,我们相互鼓励,消除紧张情绪。今天的献血过程非常顺利,没有不适。以后有机会,我还要参加无偿献血,多为社会奉献爱心。”

奉献爱心,党员冲锋在前。焦作佰利联合颜料有限公司党支部书记薛绍斌带领公司20余名党员、职工前来参加无偿献血。活动现场,他带头捐献了400毫升鲜血。“党支部充分发挥了模范先锋作用,活动倡议发出后,公司党员率先报名参加,职工纷纷响应,点点滴滴的爱心,荡漾在每个人的心间。”薛绍斌说。

市中心血站体采科科长褚新建介绍,目前,我市日常采血量大幅下降,希望广大爱心人士,即18周岁至55周岁、身体健康、符合献血条件的公民,特别是党员干部、行政事业单位干部职工、医务人员、现役军

人和大学生,能充分发扬无私奉献、大爱无疆的精神,勇敢地伸出臂膀,捐献可以再生的、无损于身体健康的血液,挽救不可重来的生命。市中心血站将持续强化健康筛查和献血场所消毒感控工作,采取电话预约、分段采血等防控措施,全力保障献血者的健康安全。

无偿献血。
有序排队。
本报记者 宋崇飞 摄



健康科普

如何远离吃出来的癌症

俗话说“民以食为天”,那饮食到底跟癌症有着怎样的关系?吃是一门学问,享受美食的同时,也要吃得科学、吃得健康,才能远离疾病。

远离烫食。很多人喜欢吃食物“趁热吃”。长期吃烫食,会对食管黏膜和胃黏膜造成损伤,长期受到高温的伤害,食管和胃黏膜发生癌变的风险就会增加。少喝高度酒。高度白酒会对食管造成灼伤。这种损伤与烧伤类似,同样会让黏膜上皮受到损伤,甚至引发癌变。

筷子要勤换。现在大多数家庭都使用竹筷子,如果盛放筷子的器具里边有积水,或者放在通风不良的地方,长此以往会发生霉变,而霉变产生的黄曲霉素会诱发肝癌。因此,筷子清洁、消毒、防霉很重要,建议最好每三个月更换一次。

不吃发霉的食物。花生米及其他粮食在储存时要特别注意防潮,以免霉变。一旦发生霉变就不能再食用,因为食用被黄曲霉素污染的食物不仅会导致肝功能损伤,甚至还会引发肝癌。

少点外卖。外卖食物大多重油重盐,食材也很难保证新鲜。此外,外卖食物大多使用塑料餐盒包装,遇高温会有有害物质析出,这些都会给胃肠道健康带来隐患。

少吃剩菜。剩饭剩菜最好不吃,尤其是被“动”过的。饭菜被唾液污染后,就会加速变质,尤其是蔬菜类,亚硝酸盐的含量也会急剧上升。如果炖的肉菜一顿吃不了,应该提前盛出来,及时放进冰箱,留到下顿再吃。及时放入冰箱是为了避免被细菌污染,而不必等待饭菜完全变凉了再放入冰箱。(作者系焦作市人民医院肿瘤内科魏祯瑶)

浅谈妇科炎症

阴道炎对于女性来说是一种普遍的妇科疾病,如果不及时治疗也会引起其他妇科疾病,所以阴道炎对身体健康是有一定危害的,女性患上阴道炎后最大的困扰就是反复发作。

阴道炎分为三种:1.细菌性阴道炎。患病后会出现白带量增多、阴道灼热感、瘙痒等症状。出现这种情况后,患者可以在医生的指导下使用药物进行治疗,比如甲硝唑片、克林霉素等。

2.外阴阴道假丝酵母菌病。患者局部感染假丝酵母菌,导致阴道黏膜受刺激,从而诱发外阴阴道假丝酵母菌病。一般临床上会出现外阴瘙痒、白带增多、豆渣样或凝乳状白带等症状。患者可以在医生的指导下使用药物进行治疗,比如克霉唑、氟康唑等。

3.滴虫性阴道炎。滴虫性阴道炎是阴道毛滴虫感染所引起的炎症病变。一般临床上会出现尿频、尿急、局部瘙痒、夫妻生活痛等症状。患者可以在医生的指导下使用药物进行治疗,比如替硝唑、奥硝唑等。

平时日常护理要注意个人卫生,勤换内衣裤,保持外阴清洁,患病期间用过的内裤、毛巾等要用热水烫或煮沸消毒后,置于太阳下暴晒,如需要经常出差最好带自己的洗漱用品,特别是毛巾等。注意运动,增强免疫力,合理放松,避免压力过大,抵抗力低下就易受到霉菌的侵犯。适当进行夫妻生活,在阴道炎治疗期间,避免同房。阴道杆菌是阴道菌群中的有益菌,夫妻生活不利于这种杆菌的生长,一般在多数情况下可自我调节,如果频繁夫妻生活杆菌来不及调节,就会导致阴道炎的发生。不要频繁冲洗阴道,因为阴道中各种菌群处在一个相对平衡的状态,频繁冲洗阴道会杀死一些有益菌,助长坏菌群自然就会得阴道炎。(作者系焦作市人民医院商研)

家庭存药误区多,你知道吗

随着人们生活水平的提高、医疗条件的改善以及健康意识的增强,不少家庭会储存一些药品,以备不时之需,但是药品存放是有要求的,下面这些误区你知道吗?

误区一:所有药品都放在一起
很多人喜欢把所有药品统统放进一个小药箱内,其实这是不科学的。

首先,各种药品的储存条件不尽相同,放在一起容易失效、变质,甚至会产生有毒物质。

其次,成人药和儿童药也不易放在一起,即使治疗同种疾病的,大人能用儿童未必能用,而且成人和儿童的用量也存在差异,如果家长误将成人药物给儿童服用,可能会产生很大伤害。

第三,内服和外用也应该分开存放,避免误服产生危险。

建议:按照内服、外用,成人、儿童、温度、湿度等分门别类存放。

误区二:把药品放进冰箱,质量就能保证

有的药品不止对温度有要求,有的还要密闭干燥(相对湿度45%~75%)储存,而冰箱里的湿度往往很大,导致一些药品潮解变质,甚至产生毒性。有些药品本身是饱和溶液(如糖浆剂),温度过低会导致药物析出,含量不均匀。

建议:应该按照说明书的规定条件储存,如阴凉处(不超过20℃);凉暗处(避光且温度不超过20℃);冷处(指2℃~10℃);常温(指10℃~30℃)。

误区三:药品留下,包装扔掉

药品的包装或说明书上记载着药品的详细信息,包括适应症、用法用量、不良反应、禁忌、注意事项、储存条件等,没有包装就会找不到我们需要的信息,给下次用药带来危险。有些包装还有避光作用使药品免受光照。

建议:尽量保留原包装及说明书,如果没有则应标明适应症、用法用量、有效期等重要信息。

除上述之外,建议每3~6个月检查一次,如有过期、变色、潮解、裂片等药品法不可再服用。

(作者系焦作市第二人民医院药学部白顺民)

查出癌症先别慌,有些可以治愈或共存

查出癌症固然不幸,但也有可能是可以治愈的“早癌”或者生长发展缓慢的“懒癌”。说起癌症,大多数人都把它当成不治之症的观念已经根深蒂固。事实并非如此,有些癌症是可以治愈或可以长期共存的。

早期癌症很多都可以治愈。以目前的医疗技术水平,多数早期癌症,比如早期的肺癌、胃癌、结肠癌、乳腺癌等,通过以手术为主,视情况在手术前或手术后配合化疗、放疗、靶向治疗,或内分泌治疗等辅助治疗方式,是完全可以争取治愈的。

早期癌症的10种常见症状:1.肿块、结节。持续增大特别是增大迅速的结节,倾向恶性可能,要特别重

视。2.持续疼痛非外伤。身体某个部位出现非外伤导致的、原因不明的持续疼痛。3.久治不愈的咳嗽。尤其是长期吸烟者,应警惕肺癌的可能。4.不明原因总发烧。要警惕癌症的可能。5.莫名消瘦和疲乏。消瘦和疲乏也可能是癌症的表现之一。6.没有外伤却出血。如便血或呕血、咳血、痰中带血等。7.持续的消化不良。反酸烧心、上腹闷痛不适等。8.吞咽食物困难。要警惕食管癌、喉癌的可能。9.声音嘶哑持续且难恢复。要警惕喉癌、肺癌的可能。10.大便习惯性改变。要警惕大肠癌。

有些“懒癌”可共存。除了“早癌”多数可以治愈外,其实有的癌症甚至可以不用治疗,所谓的不用治疗,只

是一定条件下的暂时不用治疗,如惰性淋巴瘤(低度恶性淋巴瘤)、分化型甲状腺癌、老年人前列腺癌、某些神经内分泌肿瘤等。专家提醒,并不是所有患上这些肿瘤的病人在任何情况都不需要治疗,而是要根据具体情况,需要符合特定的条件,而且是动态变化的过程。因此,要求医生有足够的经验,能区分哪些情况需要积极进行干预,哪些情况可以观察暂不干预,而绝不是不管什么情况都不进行治疗,还需要结合病人的主观意愿,且必须有条件能做到积极地监测、随访、复查。

(作者系河南省肿瘤医院普外科主治医师华科雷)

男性也会得乳腺疾病吗

男性乳腺发育症(Gynecomastia,简称GYN)是目前常见的男性乳房疾病,由多种因素导致体内雌激素/雄激素失衡而引发的良性增生性疾病。引起是由于乳腺腺体和间质的共同增生引起的乳腺肥大,可单侧或双侧发生,大者像女性青春乳房,其女性化外观往往引发社交恐惧、抑郁等心理问题,影响患者身心健康。

GYN按病因分为生理性、病理

性、肿瘤性、药物性和特发性五个亚型。生理性GYN多见于新生儿、青少年和老年男性;病理性GYN可由多种代谢及内分泌紊乱、获得性腺功能减退等因素导致;肿瘤性GYN可由睾丸癌、肾上腺皮质肿瘤等原因导致;药物性GYN由临床上某些处方药和毒麻药所致。此外,还有一些患者尚未发现病因,临床上称之为特发性GYN。

GYN通常无须特殊处理,治疗意

愿强烈者多由于有较高的美容要求、乳房疼痛或明显异物感。因此,根据患者情况酌情选择合适的治疗方案。

目前,GYN治疗由病因治疗、药物治疗和手术治疗。手术治疗是目前公认有效的治疗手段,通过手术去除多余的乳腺腺体和脂肪组织甚至皮肤,从而达到恢复正常男性乳房外观的目标。

(作者系焦作市人民医院病理科方卓宁)

市人民医院 成功实施一例单孔腹腔镜下疝囊高扎术

本报讯(记者孙阔河)日前,市人民医院普外二区通过单孔腹腔镜下疝囊高扎术,轻松为一位患儿解决了疝气疾患。据了解,这种手术复发率低、痛苦小、疗效好,受到了患儿家长的认可,目前普外二区已经成功实施此类手术500多例。

疝气也称腹股沟疝,是小儿外科常见病,鞘状突未闭是腹股沟疝的发病因素。鞘状突是腹膜在腹股沟管内环向外的一个袋状突出,正常应该是闭合的,当鞘状突没有闭合,随着孩子哭闹、便秘、跑跳、咳嗽等造成腹压增高时,腹腔内的器官或组织就会挤入鞘状突管,疝就形成了。

该院普外二区主任李俊介绍,男孩、女孩都有鞘状突,它就像是一个引路人,在它发育过程中,鞘状突“指引”睾丸穿过腹股沟管进入阴囊;女孩的鞘状突则与子宫圆韧带“结伴”穿过腹股沟管进入大阴唇。如果鞘状突完成任务后没有隐退,临床上男孩、女孩都可能发生腹股沟疝。微创手术治疗腹股沟疝有多优势,一是可避免二次手术。腹腔镜可以发现隐匿性疝,即看到双侧鞘状突是否闭合,可一次手术解决双侧问题。这不同于传统开刀手术,做一侧后,另一侧复发,还需要再次手术。二是手术时间短。微创手术操作时间在5~10分钟。三是痛苦小。手术切口小,且不做组织分离,术后疼痛轻微。四是并发症少。微创手术不损伤周围组织,无水肿等副损伤,并且因为切口低,感染概率也低。五是复发率极低。手术是在腹腔镜下紧贴腹膜实现高位结扎,因此复发率极低。六是美观。

术中,普外二区医生在患儿脐部切开一个5毫米的切口,然后进入腹腔镜,探查双侧鞘状突是否闭合,之后再进行高位结扎环口,让手术线绕过疝环一圈后,打紧线结。术后第三天,患儿脐部切口愈合良好,并康复出院。

普外二区医生介绍,日常生活中,家长可自己检查孩子是否有疝气。如果孩子正在哭闹、活动、站立、用力时,腹部两侧连接大腿的位置反复出现“肿物”,而放松、平躺时会自动消失,就说明孩子很可能患上了疝气。这种“肿物”摸起来软软的,可以手动推进腹腔,直接消失。但是,如果长期反复,肿物会越来越大,有的甚至会掉进阴囊。现实生活中,小儿腹股沟斜疝有自愈的可能,但在孩子半岁以后,自愈的可能极小。另外,一旦“肿物”突出后不能回纳,时间超过12小时就极可能发生嵌顿,这时候“肿物”会变硬,患儿有触痛、哭闹不止以及腹胀、呕吐等症状,进而引发疝内容物较窄坏死。女孩疝内容物为卵巢/输卵管时,大多不易手法复位。

专家建议,小儿疝气应尽早诊治。因为及早手术可避免疝内容物较窄坏死以及发生腹膜炎和中毒症状。时间拖延较长则会造疝环口增大,就可能需要术中修补,增加手术费用。同时,患儿年龄越大,疼痛也更为敏感。临床上,患儿半岁后即可手术治疗,如果多次发生嵌顿,那就不受年龄限制,即便是早产儿也应及早手术。

医院动态

市人民医院举行第一届神经内科青年医师病例报告会

本报讯(记者孙阔河)日前,市人民医院举行第一届神经内科青年医师病例报告会,来自该院神经内科的17名青年医师结合自己在临床中碰到的疑难病例,分别进行了汇报。本次报告会采取线上、线下方式同时进行,来自我市各级医院的神经内科医生一同参加了学习。该院院长郑献召、副院长李辉及相关科室负责人受邀出席报告会,会议由神经内科主任吕海东主持。

报告会上,来自该院神经内科的主治医师、住院医师、在读研究生和规培学员共17名青年医师,以自己一年以来在临床工作中亲身经历的病例为基本素材,各展所长、抽丝剥茧,多方位对临床诊断、鉴别诊断及临床治疗中遇到的问题进行分析,并对整个诊疗过程中自己所获得的经验和教训进行详细总结,一层层拨开这些疑难重症的“神秘面纱”。

报告会上,李辉对近年来神经内科在学科建设和专业发展方面,特别是在高级卒中中心建设和疑难罕见病的诊治方面所取得的成绩,给予了充分肯定。他表示,此次神经内科青年医师病例报告会是推动神经内科学科建设和发展的又一新举措,一定会对下一步的神经内科专科建设起到积极推动作用。

该院科教科主任梁慧对每一份病例都提出了指导性意见,并表示,青年医师通过对疑难重症病例的研讨、分享,进一步强化了临床思维、规范了诊疗行为,提升了各自发现问题、分析问题、解决问题的能力。

吕海东表示,神经内科的学科建设和发展,离不开对青年医师的培养和关心,尤其是对青年医师临床诊疗思维模式的培养显得更为重要。此次学术研讨活动就是在加快青年医师成长方面作出的又一次有益尝试,也是为了更好地传承神经内科的优良传统,助力全院重点学科建设和发展。今后,神经内科还会继续举办更多这样的活动,攻克更多的疑难病例,培养更多的优秀临床医师,为人民群众提供更优质的医疗服务。

通告

焦作市力捷商贸有限公司拟用焦作市鑫诚置业有限公司名下位于焦作市中站区桃源路鑫诚·炭岚尚宅小区111-16号、111-17号临街商业在建工程抵押在焦作市中站区农村信用合作联社办理抵押贷款,拟抵押在建工程总建筑面积907.37平方米。如有异议,请携带相关资料到我单位。逾期未提出异议的,我单位将依法办理抵押登记手续。
联系电话:(0391)8311966 手机:13903943218
焦作市力捷商贸有限公司
焦作市鑫诚置业有限公司
焦作市中站区农村信用合作联社
2022年12月12日

交房通知

尊敬的和兴鑫悦府一期业主:
我公司开发的和兴鑫悦府(一期1#、2#、3#楼)定于2023年1月8日前分批办理交房手续。
目前,新冠肺炎疫情尚未彻底消除,为避免人员聚集,我公司将合理安排交房批次,请业主按交房通知书规定的时间携带相关资料前来办理交房手续。
交房地点:和兴鑫悦府小区(人民路与普济路交叉口西南角)
咨询电话:(0391)2757777(和兴鑫悦府营销中心)
请各位业主相互转告!恭祝各位业主喜迁新居,阖家幸福!特别提醒:请各位业主在前来办理交房手续时,自备口罩等防护用品,做好自身的防护措施。
焦作和兴房地产开发有限公司
2022年12月15日