



医讯速递

市一院 走进社区送健康

本报讯(记者 王治 实习生 边静 通讯员 刘豪)日前,市第一人民医院组织骨科、神经内科专家走进管城街民族小区开展“走进社区 贴心服务”健康义诊活动。

活动现场,医院组织专家坐诊,为居民答疑解惑,并提供免费测量血压、血糖及健康咨询等服务。此外,市一院还为居民发放“便民惠民优诊卡”,并介绍医院“三免”“四优”政策,即免普通挂号费、免费停车、免费接回危重症患者;优先办卡、优先就诊、优先检查、优先住院。同时,为居民送上代表市一院爱心的购物袋等礼物。

据悉,此次活动受益居民达200余人,发放礼品袋、院报、健康宣传材料、便民惠民优诊卡等共计1200余份,受到居民一致好评。

市妇幼保健院 举行“分娩”体验会

本报讯(记者 王治 实习生 边静 通讯员 卜春梅)日前,市妇幼保健院“助力健康郑州 圆梦幸福家庭”系列活动之“快乐待产 安全分娩”体验会在医院门诊七楼会议室举行。

体验会上,市妇幼保健院专家为到场的准妈妈爸爸们作了《镇痛分娩你了解吗》《康乐分娩之准妈妈篇》等相关知识专题讲座,通过细致详实的资料、通俗易懂的讲解,为到场的准妈妈解开了困惑、减轻了恐惧,增强了产顺信心。同时在互动活动环节,让准妈妈爸爸们通过体验“分娩”亲身感受女性的不易,以此来关爱、关心妻子,感悟幸福。

据了解,“助力健康郑州 圆梦幸福家庭”系列活动是市妇幼保健院积极贯彻落实市卫生与健康大会精神,传播妇幼健康理念的具体举措。医生告诉记者,近年来随着二孩政策全面放开,高龄二胎、凶险性前置胎盘、妊娠合并症(并发症)发生率呈上升趋势。在此情况下,市妇幼保健院全面开展母体医学、胎儿医学和普通产科等业务,强化提高在妊娠合并症诊治技术和产科危重症救治等方面的技术水平,确保孕产妇和新生儿质量和安全。

省立医院 公开征集院徽

本报讯(记者 王治 实习生 边静 通讯员 颜良玉)日前,记者从河南省省立医院获悉,为树立品牌形象、传递医院文化内涵,医院现面向全社会公开征集院徽。

据了解,河南省省立医院是河南省卫计委报经省政府同意、省发改委正式立项的大型重点医疗项目,也是郑州航空港经济综合实验区首家省级三级综合医院,是集综合医疗、预防保健、康复、急救、科研和教育培训为一体的综合医院。

此次院徽征集活动要求主题鲜明、寓意深远,能够充分体现医院行业特色及以病人为中心的服务理念。此外,设计者须提供LOGO创意说明文稿,保证设计作品原创性。医院将对所有作品进行评选,评选出一等奖一名,二等奖三名。有意愿的居民可登录河南省省立医院网站进行了解。

市人民医院 微电影《暖医》上映

本报讯(记者 王治 实习生 边静)近日,市人民医院微电影《暖医》举行首映仪式,该电影在2017年全国健康微电影评比中,分别获得最佳电影奖和最佳男演员奖。

据了解,《暖医》描述了一位70多岁的拾荒老人,意外收养一名“无肛女孩”的故事。老人带着孩子到市人民医院求医时,医院领导及医护人员给予他们无私的帮助和关怀,不仅为其免去一部分费用,还申请了5000元慈善救助基金,并组织社会爱心人士捐款。经过两次手术治疗后,这个经历磨难的女孩恢复了健康,过上了正常人的生活。

医院相关负责人告诉记者,《暖医》这部电影是医院文化建设的重要组成部分。此外,医院2016年原创视频《一次就好》、《南山南》、护士节《快闪》均取得不俗成绩,这些作品在树立医院形象、传播医院文化、传播正能量等方面起到积极作用。

市中心医院 成功救治一例急性心梗患者

本报讯(记者 王治 实习生 边静)日前,市中心医院急诊接到好心市民打来的求救电话,称一“醉汉酒精中毒”,瘫坐不起。医生立即赶往现场,正确判断其病症为急性心梗,成功救治该“醉汉”。

据了解,市民齐先生带着十岁的女儿在回家路上突然胸闷、心慌、全身大汗,瘫坐在地上,女儿见状吓哭在旁边,好心的市民看到这一幕以为齐先生醉酒后酒精中毒,当即帮齐先生拨打了120急救电话。齐先生被送往市中心医院,通过检查,医护人员判断齐先生很可能是急性心梗。医院启动胸痛中心绿色通道,成功救治齐先生。而整个救治过程仅用时16分钟。

目前,齐先生就居于郑州大学附属郑州中心医院CCU,生命体征平稳。医生提醒广大市民,遇到胸痛、胸闷等紧急病症,应及时前往医院就医。



快乐暑期·健康

暑期来临,不少家长会给孩子安排各种假期计划,甚至会在生活作息方面也“约法三章”,只为让孩子有一个充实健康的假期生活,但却往往忽略孩子的骨骼健康。有专家表示,暑假正是孩子骨骼成长的好时期,一些不适宜的假期安排或许会让孩子骨骼发育受阻,家长应掌握一些骨骼发育的健康常识,给孩子一个健康成长的快乐假期。

拒做“宅童” 让骨骼更健康

本报记者 苏立萌 王治

室外活动 促进钙吸收

暑假期间天气炎热,很多孩子懒得出门运动,宁愿窝在家中,足不出户,享受空调下的凉爽。对此,不少家长认为,平时上班也无暇照顾孩子,宅在家里也更放心,至少不用担心各种安全问题。殊不知,孩子“宅”久了,可能会影响骨骼的发育。

郑州市骨科医院小儿骨科主任程富礼告诉记者,喜欢“宅”家、不爱活动的青少年骨骼更脆弱,而骨骼强度对于防止骨折来说至关重要。人进入30岁后,骨质流失速度会超过形成速度,而儿童和青少年时期获得骨量对一生骨骼健康起着决定性作用,是骨骼生长发育的关键时期,家长应有意识地帮助孩子正确吸收、储藏钙,增强骨骼强度。

“放假回家很多孩子就进入放松懒惰的状态,出门运动的次数明显减少,时间一长,会影响骨骼钙质的吸收。”程富礼说,人体中钙的吸收、利用均需要通过紫外线进行转化,这就需要增强室外活动,经常晒太阳,接触紫外线。如果只是待在窗边晒太阳,效果则会大大降低,因为隔着玻璃,紫外线会被

吸收70%左右,并不能有效地进行钙的吸收转化。

“夏季光照充足,人体新陈代谢旺盛,骨骼发育也开始加强,进入一年中的快速生长期。”市中医院儿科生长发育门诊副主任罗燕建议,家长可帮助孩子科学把握这个时期,督促孩子平时多出门运动、晒太阳,饮食方面,也应多吃鱼类、海制品、豆制品等补充钙质,这些良好的骨骼健康习惯会大大降低中老年时期骨质疏松发生的风险。

端正坐姿 给脊柱“减负”

一到暑假,最热的不是天气,而是各种补习班。专家提醒,如果久坐学习,会给骨骼增加负担,尤其对脊柱的影响最为明显。

“孩子脊柱还未发育完全,稍不注意,就有可能出现各种不良症状。”程富礼告诉记者,现在很多前来就诊的青少年人群,患姿势性驼背的人不在少数,其中初中生占比例最大,长期久坐、不良坐姿是造成这种症状的罪魁祸首。此外,极少数的青少年由于长期伏案学习、玩游戏,脊柱负担过大,日积

月累,便形成了姿势性脊柱侧弯。一般来说,姿势性驼背和姿势性脊柱侧弯可以通过改变坐姿进行纠正,并不需要进行医学上的处理。但是,如果任其发展下去,会持续加重脊柱负担,长此以往,就有很大几率发展成结构性驼背、结构性脊柱侧弯,治疗起来就困难了。

“趁着暑假,家长可观察、监督孩子的学习姿势,争取做到挺胸抬头,并避免长期久坐,如发现或怀疑孩子有驼背、脊柱侧弯迹象,应及时前往医院检查、纠正。”有医生建议,孩子从补习班回来之后,可以适当进行篮球、跳绳等纵向运动,为骨骼减负,此外,也可以通过沙丁鱼、鸡蛋、三文鱼、菠菜等一些健骨食物,帮助恢复骨骼健康。

合理减肥 避免骨骼损伤

“我家孩子比较胖,想着暑假期间让她运动减肥,就给孩子报了一个轮滑兴趣班,昨天她自己玩耍时没戴护具,摔倒之后送到医院说是骨裂。”市民原先生看着女儿胳膊上厚厚的石膏,后悔不已。

市七院举办健康扶贫巡回义诊

本报讯(记者 王治 实习生 边静 丁友明)近日,郑州市第七人民医院走进登封市君召乡海渚村举办健康扶贫巡回义诊活动。

在该院院长袁义强、副院长孙迪迪的带领下,义诊队伍由内科、心外科、普外科、骨科、耳鼻喉科、眼科等科室专家组成。

据海渚村村委主任郭昊洲介绍,海渚村是省级贫困村,有1021户4000余位村民。年轻村民大多以外出打工为主。现场,前来义诊的大多为老年人,不少人在70岁以上。医院为村民免费提供测血压、血糖、心电图、彩超检查等,协助村卫生室建立健康档案。经过初步筛查,专家发现,在前来参加义诊的村民中,有几位是非常典型的冠心病,但患者本人并不知道。专家提醒村民要进一步诊断治疗。此次共有360余位村民接受了义诊健康筛查。

市七院还向该村卫生室捐赠了红外线治疗仪和真空拔罐器,向前来参加义诊的村民赠送了健康大礼包。



生活上上策

栏目记者 苏立萌

驱蚊产品选购有讲究

多数产品效果欠佳

如今,多家店铺都将灭蚊、防蚊产品摆在显眼的位置,不仅产品类型多样,无味型、野菊花香型、玫瑰香等各种气味也应有尽有。消费者在挑选时,大多会挑选看似效果好且气味符合自己喜好的产品。

“近期刚给孩子网购了一款新型驱蚊手环,但效果并不是很好。”有市民向记者反映,驱蚊手环的效果并不理想,孩子只有戴手环的手臂得到了防护,其他地方还是会被蚊子叮咬。

而对于创新型产品——驱蚊APP,部分市民表示,软件号称用灭蚊声波驱蚊,环保健康,但用起来,驱蚊声音刺耳,作用不大。

“其实,目前还没有任何一种方法可以达到完全防蚊的目的,蚊子也会有抗药性,所以平常大家可以看到轮流使用不同的驱蚊产

品,并保持室内通风。”一家驱蚊产品销售人员告诉记者,驱蚊产品虽然越做越有创意,但多数家庭更信赖的还是蚊香、花露水等传统产品,对于那些新产品的功效,消费者也都各有褒贬。但整体来说,在选择时,安全、无毒、环保才是首要考虑因素。而对于商家的宣传噱头,消费者切不可盲从,还是应该警惕。

劣质产品存隐患

“现在家里用的是电蚊香,放一个蚊香片就可以用好几天。”在一家大型超市内挑选蚊香片的许女士告诉记者,产品驱蚊效果还可以,但产品质量并未关注过,购买时对品牌、成分等也没有特别关注。

据了解,近年来国家相关部门抽检及消协组织比较试验的结果发现,电蚊器具存

一到夏天,各式各样的驱蚊产品就成了畅销品。记者走访发现,市场上驱蚊产品种类繁多,蚊香、驱蚊手环、驱蚊喷雾、驱蚊灯、电热蚊香器等各种产品让人眼花缭乱,甚至还有商家推出手机驱蚊APP,大赚眼球。那么,市民到底该如何选购?专家指出,不仅要查驱蚊功效,还应查产品是否正规。

在的安全隐患多为对触及带电部件的防护等项目不合格,蚊香、驱蚊液等存在的安全隐患则多为杀虫有效成分剂量超标。

“不同品类的电灭蚊器具工作原理不同,有的是利用蚊虫的趋光习性,通过‘高频振荡电路’进行‘诱杀’;有的则是利用发热元件使药物缓慢释放,挥发气体从而灭蚊、驱蚊。”有专家介绍,如果电灭蚊器具带电部件的防护、电源连接和外部软线等存在质量问题,就很容易导致短路,埋下火灾隐患。

查看标注细辨别

驱蚊产品是夏季的必备之物。面对五花八门的品牌,消费者该如何选择质量可靠的产品?

“选购电热蚊香时,要注意塑料件不应有明显缺陷及翘曲变形、裂纹、划痕、毛刺,



一周播报

新田360广场 推出“断茶”快闪店

本报讯(记者 武斌)近日,新田360广场国贸店在花园路入口处推出快闪店“断茶”,以只送不卖的形式回馈消费者,活动将截至6月25日。

“断茶”自启以来经常出现排队现象,消费者也乐在其中。“断茶”名称源自当今盛行的一种生活理念——断舍离。为倡导这一理念,“断茶”采用时下年轻人颇为感兴趣的“毒鸡汤”,将都市茶饮与“另类文化”相结合,帮消费者寻找一个发泄的出口,期待爽气能够随着喝下的茶饮一同消失。

7年来,新田360广场给消费者留下的印象一直都是“快时尚聚集地”。此次送“断茶”营销活动是商场对“倡导都市慢节奏,懂得享受生活”的理念深化。河南新田置业副总裁、河南郑州国贸商业有限公司总裁司小伟表示:“顺应新趋势,必须建立富有生命力、可持续发展的商业模式和品牌形象。所以,新田360广场要做大家亲民的时尚管家。”