省会医院护士节系

护士节前献爱心 雨中彰显天使情

本报讯 (通讯员 陈燕)5月11日下午,郑州市二 院全体护士长来到高新区秦庄,对群众进行健康教 育知识讲解宣教,发放宣传彩页、环保购物袋等物 品,以"献爱心、送健康"的形式迎接国际护士节的到 来。

郑州市高新区社区卫生服务中心即将开诊,为 西区居民服务。为了迎接国际护士节,让周边群众 了解该院,方便广大人民群众就医,医院组织护士长 向当地居民讲解防病治病的有关知识,特别是甲型 H1N1流感的预防教育,并向群众介绍我院社区卫生 服务中心的专科特色、名医名家、地理位置及诊疗特 点,受到了当地群众的热烈欢迎。



市第十人民医院近日举行了"5•12国 际护士节,护士礼仪培训"讲座活动。课 堂上,老师精彩的演讲,赢得了护士们热 烈的掌声,大家表示受益匪浅。 张林 摄



市口腔医院护理部日前对全院护士进行了 "三基三严"培训。医院特邀专家进行实地操作及 现场讲解。用培训的方式,全院10个科室的50多 名青年护士度过了一个特别的护士节。

精彩文艺庆祝护士节

月11日,市一院举行庆祝国际护士节表彰暨文

艺联欢大会,500余名护士自编自演了一场精

发扬南丁格尔精神,更好地为病人服务。"护

士代表庄严宣誓。表彰会后,医院举行了精彩

的文艺演出,在演出过程中还穿插了有奖问

彩的文艺节目,庆祝自己的节日。

本报讯(记者 汪辉 通讯员 秦川 文/图)5

"在今后的工作中,我们将努力工作,继续

李庆芳 摄

市二院

航海路90号 免费治疗白内障热线 66858098 免费治疗唇腭裂 68993281

市中心医院

中原路与桐柏路交叉口 急诊科 67641120 眼科准分子热线 67690082

市颈肩腰腿痛医院

二七区庆丰街58号 亚健康治疗中心电话 68720566 求医热线 65250099 68727476

市口腔医院

膏药,疗效有保证!

人病历可免费试贴。

北二七路224号 牙体牙髓科 0371-66280523 修复科 0371-66280533

不上劲,并伴有"咯吱"响声,行走困难,听朋友说"追风活血

膏"是治疗性特效国药疗效显著,就一下买了15盒,贴敷当

天就有感觉,七天疼痛、肿胀减轻,才一个多月就能去公园

学打太极拳,见人就夸:治疗膝关节病一定首选国药准字黑

院临床验证,被载入中国药典的国药准字黑膏药(国药准字:

Z23020047),治疗膝关节退行性骨质增生、滑膜炎、半月板损

伤、髌骨软化等效果神奇,药效是传统药物的30倍,富含高效

透皮生物活性因子,能快速渗透病灶组织深部,营养修复关 节软骨,钝化骨刺,消除粘连水肿无菌性炎症。急重症者12

盒无效,退药退款,见报两日内诚信求治、久治不愈者持本

地址:茂源堂大药房(大学路河医门诊楼正对面)

小时见效,一般5~7天疼痛肿胀减轻,3~4个疗程康复。

"追风活血膏"是国家药监局批准,经多家三甲级权威医

一个疗程18天,需6~12盒,买10送3,20送8。试用3

怀仁堂大药房(黄河路服装批发市场旁)市内6盒

市妇幼保健院 金水路41号 产科 63881120 新生儿科 63881553

市中医院

文化宫路65号 急诊科 67420580 脑病科 67979466

市十院

陇海中路13号 病房办 68367517 护士站 68320687

为纪念世界红十字日,郑 州市第九人民医院(河南省红 十字郑州医院)近日组织各科 专家,携带相关医用品,在人民 路丹尼斯广场开展医疗服务、 健康咨询、健康教育等义诊活 动。

國題



答。整个活动现场高潮迭起,掌声不断。

健康快讯

市中医院博爱眼科 免费救治百名白内障患者

本报讯(记者汪辉)即日起,市中医院博爱眼科 中心面向全省推出100名贫困患者免费白内障手

今年以来,市博爱眼科中心已为100名患者成 功实施了白内障复明手术,考虑到有手术需求的贫 困患者还有很多,同时为满足外地患者的需求,该 中心决定面向全省推出100名贫困患者免费白内障 手术,以让更多的外地贫困白内障患者从中受益。

河南省传染病医院

青年志愿者为孩子送健康

河南省传染病医院团委近日组织20名青年志愿 者,带上保健品和糖果来到市儿童福利院,对福利院的 30名医护人员和老师进行手足口病和麻疹防治常识的 培训,对5岁以下儿童进行手足口病和麻疹的筛查。

送健康活动受到了市儿童福利院的欢迎,他们说: "这样的医疗支援活动正是我们目前缺乏的,希望你们

市颈肩腰腿痛医院 为患者特开设夜间门诊

据市颈肩腰腿痛医院院长邵 华磊主任医师介绍,市颈肩腰腿痛 医院近日特开设夜间门诊。

为满足广大颈肩腰腿痛病患 者的需求,医院特挑选数十名医术 精湛的医务人员,在医院六楼亚健 康治疗中心,每日18:00~22:00为

患者提供精心的诊断和治疗,方便 患者在工作和学习之余进行及时 的诊治,便于患者尽快康复,以健 康的身体投入到工作和学习中

医院特色治疗方法有:邵氏无 痛手法、中医系列理疗、牵引、专

科用药等综合性疗法,治疗范围 有:颈椎病、关节病、腰腿痛病及 其他原因造成的软组织疼痛等疾

医院为患者开通预约就诊和 随时就诊,为您的健康提供更温馨 周到的服务。

健康随筆

本栏主持 徐虹

人不是石头做的:知好歹,明是非;有感情,有心灵。 天生我材必有用,未必;要看人家用不用,是也。 人之一生,无论功成还是名就,多非一己之力可至,

故需感念恩者,哪怕"滴水"之赠。

一个生活贫困的男孩为了积攒学费,挨家挨户地推 销产品。结果很不顺,傍晚时他疲惫万分,饥饿难耐,几 乎绝望。走投无路的他敲开一扇门,希望能得到一杯 水。开门的是一位美丽的女孩,她笑着递给了他一杯香 浓的热牛奶。男孩和着眼泪喝了下去……许多年后,男 孩成了一位著名的外科大夫。

一天,一位病情严重的妇女被转到了那位著名的外 科大夫所在的医院。他顺利地为妇女做完手术,救了她 的命。无意中,他发现那位妇女正是多年前在他饥寒交 迫时给他那杯热奶的女子!

一直为昂贵的手术费发愁的女子硬着头皮办理出 院手续时,在手术费用单上看到的是这样七个字,手术 费:一杯牛奶。女子茫然,她已忘了昔日之事。但这又 有何妨呢?

上述故事并不深刻,但感恩寓意十分朴素。

终你我之一生,需感恩者良多:感恩蓝天星空,感恩 叶绿花红,感恩青山碧水,感恩晚霞晨风……

感恩父母师长,感恩知音朋友,感恩同事乡亲,感恩 一切曾善待过我们、提携过我们、帮助过我们的人。

感恩"对不住"我、"反"我的人,有了他们,我可真切 地丈量一下自己的胸怀。

我非王子公主,不可能集万千宠爱于一身,有喜我 者,必有厌我者。记住恩者,淡忘其他,微笑上路。

健康的人,感恩的心。让世界有情有义,有真有善; 让温暖衔接,感恩薪传,世界因此春去春回。

"膝关节病"十年 遇良药一朝愈

特大活动正在进行中 买12送4 20送8

真没想到还有这么神奇的药,我双膝患病近十年, 疼痛、僵硬、肿胀积水、蹲不下、站不起来,上下楼还得斜 着身子走,什么方法都用了就是不见好,医生建议置换 关节······两个月前女儿给买了15盒仙草骨痛贴,贴了5 天就感觉好多了,才1个月,现在跑步都没问题

仙草骨痛贴北京专家研制,专治久治不愈的膝关节 骨质增生、滑膜炎、髌骨软化、半月板损伤,不管您病情 有多重,病史有多久,只要用上仙草骨痛贴,大部分患者 24小时见效,2~4个疗程康复。

-个疗程18天,需6~12盒。

骨病专线:66052593 地址:河医门诊楼斜对面九州通大药房

依据《城市房屋权属登记管理办法》有关规定,刘伟现 申请办理郑州市二七区南彩小区5号楼1单元1号房屋所 有权证,该房产原是马书兴的拆迁安置房,于1994年4月 出售给刘伟,有房屋买卖协议和相关资料,现因寻找不到 马书兴而公告,自公告发布之日起1个月内若无利害关系 人对该房主张产权,发证机关将依法为申请人办理房屋 所有权证,特此公告。联系电话:0371-67889285。

郑州市房地产管理局 2009年5月13日



康复专线:0371-66075399

起免费送货,外地免费邮寄,药到付款。

5月4日一大早,郑州市骨科医院 急诊科医护人员开始了一天的忙碌。 这时,一辆救护车呼啸而至,"快!准 备接病人!"闻讯而至的急救人员迅速 把过床器放在担架上准备把患者移动 到推车上。

小小过床器 为患者消痛

为什么要进行婚前医学检查

"不要紧张!不会疼的。"看到患 者双眼紧闭,做好迎接疼痛的准备,护 七安慰道。

几名急救人员协力通过搁置在担 架上的过床器迅速平稳地把患者移动 到推车上,快速推往急诊室。

感到推车在快速前行,下肢骨折 的患者惊讶地睁开双眼说:"真的?我 居然没有感到疼痛!"

这是担架上搁置的过床器起了极 大的作用,它是骨科医院实行无痛医 院的一项便利措施。为了减少患者的 痛苦,医院细化到每一个服务环节,在 每个病区都配备了这种便于移动、摩 擦力极小的过床器,让骨折患者在搬 动的过程中感觉不到疼痛。

> 本报记者 李笑展 通讯员 王伟鸣 李晖 整理

特色

郑州市第二人民医院 眼底病内科病区

洛阳的王凤仙患视网膜色素变 性,视力丧失,辗转各地就医,眼睛已 被判了"死刑",36岁的凤仙抱着试试 看的心情来到二院,接受了眼底病内 科病区秦玉芝主任的"睫状动脉搭桥 术",揭开纱布后,她兴奋地拉着病房 里走廊上每一个认识的不认识的人, 一个劲儿地说:"我看见了,我看见 了!"忘情地抱着秦玉芝久久不肯撒

郑州市第二人民医院眼底病内 科病区是集眼底病药物和手术治疗 于一身的综合科室。病区有医护人

员20名,开设病床40张,拥有各种先 进的眼病检查和治疗设备。在眼底 病治疗方面经验丰富,技术力量雄 厚。主要开展各种眼底病,如视神经 疾病、玻璃体疾病、视网膜疾病、葡萄 膜疾病以及由年龄或全身性疾病导 致的眼底病的诊断和治疗。收治病 种主要有视网膜色素变性、黄斑变 性、糖尿病视网膜病变、黄斑区病变、 视神经萎缩、视网膜动、静脉阻塞、视 网膜母细胞瘤、眼底出血、视神经网 膜炎、各类角膜炎、葡萄膜炎等各种 疑难眼病。在手术治疗方面,率先采

用睫状前动脉脉络膜吻合术治疗视 网膜色素变性,填补了国内空白,开 创我国手术治疗视网膜色素变性疾 病的先河,长期临床实践证明,该手 术治疗效果显著,目前该病区已成功 实施手术300余台,手术成功率高达 百分之百。除开展各种常见眼部疾 病的手术治疗外,在复杂的视网膜脱 离、高度近视、难治性眼外伤、眼内异 物、眼内炎、增殖性视网膜玻璃体病 变、糖尿病性视网膜病变、玻璃体积 血的手术治疗,均有重大突破。

咨询电话:0371-68993122



诸如先天性心脏病、慢性尿毒症等

严重的全身性疾病。这部分人需要 专家评估能否胜任妊娠及分娩,并 通过婚检,可以了解男女双方 的健康状况、精神状态,以及有关个 指导孕期的注意事项,避免在孕产 人和家族先天性疾病、遗传病的情 期发生严重的并发症,影响母婴健 况,以便有针对性地进行咨询指导。 康,甚至造成孕产妇和胎婴儿死亡。

在婚前检查时进行有关性知识 其实大多数疾病通过早诊断早 教育、计划生育安排、避孕方法选择 治疗,是完全可以治愈的,可怕的是

和指导。通过婚检,还能检出一些 传染给对方,更有甚者会垂直传播 给下一代,给未来的家庭带来灾 难。例如肝炎、风疹等患者,可以通 过免疫接种和孕期阻断,避免影响 对方和子代的健康。

> 郑州市开展婚检业务的单位: 郑州市妇幼保健院、各区妇幼保健 所及各县(市)妇幼保健院。

郑州市妇幼保健院保健部 供稿

口腔爱牙热线66280600 66280655

郑州市二七路224号 中华慈善总会唇腭裂免费治疗医院

李先生:我的牙齿平时好好的, 也不疼,但前不久坐飞机时牙疼得厉 害,请问,这是怎么回事?

郑州市口腔医院主治医师谭琦: 坐飞机时牙疼,医学上称为"航空性 牙痛"。当人坐飞机在高空飞行或潜 水员作业时,气压的改变最明显,人 体所有组织、器官都会改变,牙髓或

机体一旦受到局部炎症或外来环境 改变时,牙髓组织中的血管扩张,炎 性渗出物增加,根尖孔这一运输通道 受阻,造成髓腔内压增高,一方面使 感染扩散至全部牙髓,另一方面压迫 牙髓神经产生剧烈牙痛。

"航空性牙痛"是怎么回事

那么坐飞机什么情况下会产生 牙疼呢? 产生航空性牙疼多是由以 下原因造成的:1.平时有牙齿疾病未 彻底治疗的隐患牙;2.平时感觉隐痛 不明显,未经治疗导致牙髓组织发生 慢性炎症的龋齿;3.还有一些未觉察 到的隐患,如牙齿隐裂、慢性根尖炎 症等。当有这些牙齿疾患的乘客坐

飞机时,受飞机四周气压增高的改 变,易出现牙齿疼痛的现象。

为防止航空性牙痛的发生,建议 做以下几点工作:1.定期做口腔保健, 半年或一年到医院做口腔检查,及时 治疗龋齿、隐患牙和治疗不彻底的牙 齿;2.注意口腔卫生:早晚刷牙、饭后 漱口,尤其保证晚饭后刷牙;3.注意饮 食习惯:少喝碳酸饮料、少吃甜食、不 要咬硬物,如啤酒瓶盖、坚硬的果壳 等,做到早预防、早发现、早治疗。在 您坐飞机之前,先看看牙医,做到有 备无患,才能使您享受一个轻松、愉 快的空中之旅。

关注女性健康 防治乳腺增生

乳腺增生是妇女乳房疾病中最 多见的一种,又称乳腺结构不良等, 是乳腺小叶的腺管和腺泡及间质由 内分泌紊乱引起的增生性疾病,一种 非炎症非肿瘤性疾病,多见于25~40 岁女性。

中医中药对于本病有着独特的 优势与潜力,但乳腺增生病机复杂, 个人差异不同,在临床上也不能单一 治法或一方一统治疗全过程,应根据 个人不同情况,从整体出发,辨证与 辨病相结合调节内分泌平衡,针对不 同阶段和症候辨证施治。

乳腺增生是由于内外因素引起的 内分泌失调,只要消除这些原因就能 减少乳腺增生的发生。频繁的人工流 产会引起内分泌失调,应尽量避免计

划外的怀孕,减少人工流产次数,不生 育及产后不哺乳也容易发生乳腺增 生,精神紧张,压力过大,忧郁不乐,过 度疲劳及性情暴躁也是引起内分泌失 调的主要原因,应在生活中保持心情 愉快,乐观健康的心态,劳逸结合和积 极向上的人生观,生活规律,积极防治 甲状腺疾病和月经紊乱、盆腔炎、子宫 肌瘤等妇科疾病,保持夫妻之间性生 活的和谐。在饮食方面,不宜过多进 食补品,戒酒和少吃辛辣刺激食物,可 多吃水果蔬菜,保持大便通畅,少吃含 动物脂肪及热量高的食品,没有医生 的指导不要随便吃含有激素的药品、 食品及保健品等。

> 本报记者 李笑展 通讯员 王红专 整理



李政,男,郑州市中医院乳腺 外科主治医师,擅长中西医结合 治疗系统乳腺增生、乳腺炎、乳腺 导管扩张症,乳腺良、恶性肿瘤及 乳房发育异常等各种乳房特别疾 病,并开展乳房杂志疾病普查及 保健咨询工作。

出诊提示:周二、四、六上午



成年人每天在不同时段测量三次 血压,如收缩压或舒张压分别≥140或 90mmHg,即为高血压。其常见症状 有头晕、头痛、失眠、烦躁等。合理控 制血压,可以减少脑卒中(脑出血、脑 梗塞)、心衰的发生率和意外死亡率, 同时使肾功能得以保持和改善。

【保健要点】

1.平衡心态,修心养性。丰富业 余生活,保持乐观向上的心态,减少 精神压力和抑郁,避免过度劳累与 情绪激动。

2.控制体重,科学锻练。可根据 自身状况,选择慢跑、快步走、太极 拳等有氧运动,每周3~5次,每次 20~60分钟。

4.动态监测,规律服药。遵照医 嘱服药,血压正常后减量维持。服 药期间,防止突然改变体位引起的

高血压患者如何保健

体位性低血压。

5.治疗无效时及时复诊,请医生 调整治疗方案。 本报记者 李笑展

> 郑州市七院急救电话 0371-68877120 心内科 0371-68989591

3.合理膳食,低盐低脂。每天盐 的摄入量不超过6克,少吃动物脂肪 与内脏。戒烟限酒。

通讯员 侯惠霞 整理