

健康快讯

15名贫困先心病儿童获免费手术救助

本报讯(记者汪辉 通讯员建设永强)即日起,郑大二附院“补心”公益活动正式启动,15名贫困先心病儿童将获免费手术。该院心外科教授法宪恩介绍,此次公益活动免费救助对象为:先天性单纯房间隔缺损、先天性室间隔缺损和动脉导管未闭3-14岁的贫困患儿。凡城市低保家庭、农村低收入家庭患儿,均可先电话报名,然后持贫困证明到医院报名。

显微外科权威聚郑传授再植技术

本报讯(记者汪辉)由省医学会、省显微外科分会、郑州仁济创伤显微外科医院联合举办的全省显微外科学术班日前在我市举行,来自全省各地的200多位创伤骨科、显微外科、手足外科医生接受了免费显微外科培训。

市妇幼保健院“健康拥军”进军营

本报讯(通讯员杜亚军)“八一”前夕,市妇幼保健院组织专家医疗队,带着常用的检查设备来到双拥共建单位武警8680部队,为近百名驻队女军官及留守女家属进行了妇科检查、乳腺透视等健康体检。

市骨科医院将与北京医院交流学术

本报讯(通讯员王伟鸣)7月31日,市骨科医院将邀请北京积水潭医院康复中心主任郭险峰进行学术交流和指导。据悉,本次交流指导的重点是脊髓损伤患者的早期康复治疗、腰椎间盘突出症的保守治疗以及四肢功能障碍、慢性腰腿疼痛的康复治疗。

医用红外热像仪让人体“透明”

本报讯(通讯员付娟)自我市首家ATIR-M301型医用远红外热像仪新型诊断设备落户市颈肩腰腿痛医院以来,这种无创伤检测手段越来越受到广大患者关注和欢迎。该院业务院长宋健介绍,由于仪器对温度灵敏度极高,人体功能一旦发生改变,便可提前发现,由此让人体变得“透明”起来。

市颈肩腰腿痛医院 二七区庆丰街58号 咨询热线 68727466 65250099 远红外热像仪诊断室 13017673771 市二院 航海路90号 高压氧治疗室 68993236 呼吸消化内科 68993268 市妇幼保健院 金水路41号 产科 63881120 新生儿科 63881553 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 市口腔医院 北二七路224号 牙体牙髓科 66280523 修复科 66280533 市十院 陇海中路13号 病房办 68367517 护士站 68320687

骨科医院健康课堂

正规的康复治疗是帮助实现手术目的,保证手术成功的必要手段。目前,大多数人忽视骨科术后的康复治疗,未能及时抓住最佳康复时机,造成功能障碍,甚至终生残疾,给自己、家庭及社会造成了负担。其实在现代临床康复医学中,骨科康复治疗主要是通过预防功能障碍、促进功能恢复、进行功能代偿或替代,达到恢复运动系统功能的目的。它涵盖的范围非常广,我们平常所说的

妇幼健康大讲堂

于凤琴,新生儿科主任,主任医师,学科带头人,从事儿科临床20余年,对儿科常见病、多发病及危重症熟练诊治,擅长新生儿急救、新生儿窒息、缺氧缺血性脑病、新生儿黄疸、新生儿溶血症、早产儿并发症救治及新生儿危重症救治。 坐诊时间:每周三全天,周六上午

郑州市第七人民医院 郑州市心血管病医院 郑州市泌尿医学研究所 心肾健康之窗

心脏起搏器植入是治疗心律缓慢、病态窦房结综合征(慢慢综合征)、房室传导阻滞的有效手段。植入心脏起搏器者日常保健应注意以下几点: 1.饮食起居应规律。 2.适量体力活动,健身量力而行,以散步、慢跑、练气功、养鸟、种花为宜。 3.安装起搏器的部位避免与硬物碰撞。 4.避免外界因素对起搏器功能的干扰,尤其应避免强磁场、电流的干扰。一般家电(如电毯、电炉、电剃刀、电吹风、电视、助听器、洗衣机、冰箱等)对此无影响;电磁炉、高低频治疗仪、防盗器对此有一定影响,不可靠得太近;感应炉、广播天线、发电或高压设备对此有较大危险,应尽量远离;核磁共振、电刀、电针灸对此有影响,应避免。 5.定期到医院复查起搏器工作情况。一般术后第1个月应到医院复查1次,如无不适以后每半年复查1次;接近起搏器的担保期时,1个月复查1次。平时,如出现头晕、胸闷、黑朦等,应立即到医院就诊。 市七院副主任医师 孙运 通讯员 侯惠霞

植入永久性心脏起搏器后应注意什么

情况。一般术后第1个月应到医院复查1次,如无不适以后每半年复查1次;接近起搏器的担保期时,1个月复查1次。平时,如出现头晕、胸闷、黑朦等,应立即到医院就诊。 市七院副主任医师 孙运 通讯员 侯惠霞

医道慧心 清风习习 ——记郑大一附院心内科主任李凌及其团队

本报记者 徐虹

“谢谢李主任救我一命!” “李主任的水平,威望极高!不仅看病好,课也讲得好!她的讲座座无虚席,听者好评如潮,主要原因就是李主任德艺双馨。”谈起李主任的医德医术,两人满脸敬佩。 “谢谢李主任救我一命!”家住郑州市沙口路120号院的刘雅珍女士7月9日留在意见簿上的话,言简意赅,叫人动容…… “李主任,让我们佩服极了。” 记者28日上午10时赶到郑大一附院心内科时,李凌正在查房,就由医师刘刚琼、护士长黄峥负责先行接待,两个“80后”即眉飞色舞,一脸兴奋地抢答“我们的李主任。” “别看我们李主任人到中年,但她精力过人,事无巨细,多唱主角。我们这些小年轻都佩服极了!” “要问我们李主任咋个事无巨细多唱主角?一、手术要参与,二、每周二、周三要坐门诊,三、平时要查房,四、会诊,医院各科遇到疑难病症时她常要参与,五、代教(为本科生、研究生、进修医师等讲课),六、科室日常管理及运作,七、网络建设(构建中原心血管网),八、周四专业讲座(针对研究生、进修医师),九、周五健康讲座(针对患者、市民)……样样有条不紊,保质保量。”刘、黄如数家珍,一一列陈,记者闻听,不禁为之所动。

“李主任救我的患者实在太多了,根本查不过来。常常是一个单位、一个地方有一位患者得到了李主任的救治,交口相传,其他的人有病了也都上门点名道姓找李主任看。” “我们李主任有人格魅力,对患者对我们特别有亲和力。我们很为自己是心内科的兵,李主任的兵而感到骄傲。” “团队的力量,团队的精神。” 11时许,忙碌了一阵的李主任终于与记者相见。当知道刘、黄二位对自己的强烈推荐后,她告诉记者,郑大一附院的许多专家、同事都值得她学习。因为木业有专攻。至于心内科能取得今天的成就,“主要靠领导及同仁的关心支持,靠广大患者的信赖,靠科室内全体同事的共同努力。总之,靠的是团队力量、团队精神。”

“我有义务为社会多做点事儿。” 临末,记者问李凌日常工作、手术等够忙了,为何还不辞辛苦地为全省医师及患者开办各种讲座? “作为医生,在治疗心血管病方面的一些心得体会,希望能和其他同道共同分享。作为医生,还希望对患者及家属的一些治疗体会,以及以后的一些生活和治疗建议告诉他们,让他们从中获益,减少复发、减少住院、减少医疗花费。” “心内科方面,我很有点心得。我很想与他人交流、探讨,以便共同提高。如果我的心得与经验能使人受到点启发,能使病人治愈,我会很高兴。一个人的能力是有限的,只有更多的人医德医术提高了,才能使更多的患者受益。至于给患者、百姓们举行健康讲座,主要是因为社会上不乏江湖骗子,使得一些不明真相的患者病耽误、钱被骗,有的患者因此都丢掉……作为教授,我们有义务给大家普及科学医学知识,患者也可以登陆中原心血管网(www.zyxxgw.net)查询,做到更好的普及和预防;架起医患沟通的桥梁。” “我还是想尽可能多地救治病人,尽可能不让患者在看病、治病的路走上弯路。这是我最大的心愿!”李凌质朴的话语,对天职的忠心,令记者动容。

市二院小儿头皮静脉针技术大比武



近日,市二院举办“小儿头皮静脉针技术大比武”,各科室选拔的50名选手参加了比武,进一步提高了护理人员的技术。 陈燕摄

7月27日,市儿童医院进行“全国双百评选”集体投票活动,号召干部员工学习典型,弘扬正气,争当先进。



刘妍摄

科普知识

老人养生 当心“四低”

一提到血糖、血压、血脂,老年人往往谈“高”色变,于是转而求“低”。殊不知,一味求“低”,也会危害健康。 低血糖 五谷杂粮是葡萄糖和维生素B族的主要来源,这些都是供给大脑细胞能量的主要成分。一些中老年人经常少吃或不吃主食,或以蔬菜、水果代替主食,久而久之营养失衡,会引起神经性厌食症、低血糖。 低脂肪 脂肪为人体提供必需的脂肪酸,又是脂溶性维生素的来源与溶剂。正常人如果经常以蔬菜、水果代替肉类与奶类,会增加胰岛素的分泌,引起高血压、高血脂,患心脑血管疾病的几率会上升。 低胆固醇 胆固醇是心、脑、肾细胞的组成成分,也是性激素、肾上腺皮质激素的主要原料。低胆固醇能降低患心脑血管疾病的风险,但胆固醇过低也会招来中风、肺炎、肝病和癌症。 低体重 肥胖症容易引发胆结石、癌症、脂肪肝等一系列疾病。但对于体重也不必过分求“低”,研究发现,体形稍稍胖的人反应更敏捷,抗病能力也更强。中老年人如果在一个月内,体重骤减4公斤左右,要注意提防糖尿病、癌症、甲亢等疾病。 周照洁

郑州市口腔医院 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 恒牙萌出障碍多种原因造成

谢女士:我儿子9岁了,门牙两边的牙掉了大半年了,还没有出新牙,而两颗门牙显得很大,中间还有缝,是不是有问题,该怎么治? 郑州市口腔医院正畸科主治医师李伟:两门牙之间有缝隙的原因很多。您应该带孩子来医院拍个牙片,看是属于哪种原因造成的,再根据情况对症治疗。一般有以下几种情况: 乳恒牙交替期上切牙间隙可以是生理性的,即可因待萌的侧切牙的牙胚压迫中切牙牙根所致,随着侧切牙萌出,此间隙可自行关闭。 如果是侧门齿先天缺失,则需要做牙齿间隙保持器,来维持间隙,待换完牙后,装上假牙。如果是该牙胚异位阻生,应及时切开牵引、导萌或拔除,否则容易造成牙列不齐。 中切牙间多生牙是病理性的,会占据牙弓内的间隙形成牙列拥挤或影响正常恒牙的萌出,有的多生牙则因各种原因不能萌出而埋藏在颌骨内或阻生,应尽早根据X线片对其位置和状态进行评价,必要时可拔除多生牙。 儿童时期上唇系带较宽,附着较低,也可能造成恒牙萌出障碍。如孩子10-12岁时,唇系带仍粗大,则可造成上中切牙之间间隙,应外科修整上唇系带。当然有些孩子还需做正畸治疗来关闭间隙。 另外,不良口腔卫生习惯如吮指、咬下唇、舌舔牙等也可造成上门牙中缝,严重者患儿可通过戴矫治器改掉口腔不良习惯,即可纠正。

中原名医 市第二人民医院 内三科主任吴景硕



吴景硕,郑州市第二人民医院内三科主任,中华医学会郑州市呼吸学会会员,郑州市心血管学会会员,1998年在北京医科大学进修呼吸专业,2001年在北京医科大学进修心脏病介入治疗,对慢支、哮喘、慢阻肺、肺纤维化、肺心病、呼吸的诊治及肺功能的监测具有丰富的经验;撰写医学论文数十篇,专著一部,获省级科研成果二等奖一项。 82岁的张老太,患有脑梗塞、冠心病、心房颤动和慢性阻塞性肺疾病等多种疾病,在我院内一科住院期间突发呼吸困难,经吴景硕主任

会诊后诊断为“II型呼吸衰竭”,立即转入内三科进行抢救,吴景硕主任成功对其实施“盲探下经鼻气管插管术”,及时进行呼吸机辅助通气,积极治疗,并成功对其进行脱机,使其转危为安,化险为夷,患者最终好转出院。该患者病情复杂,治疗过程中突然出现呼吸衰竭,若不紧急抢救,则随时有生命危险。患者存在自主呼吸,对其实施经鼻气管插管术,增加了患者的耐受性,提高了其生活质量。 盲探经鼻气管插管难度大,技术要求高,尤其适合有自主呼吸、张口度小、无法置入喉镜的病人。该插管术的优点是:病人易耐受,留置时间长;易于固定,不易脱出;便于口腔护理;发生咽喉损伤的可能性较小。这一技术应用于临床,可以提高抢救率,并免于增加病人额外的痛苦。 坐诊时间:每周一、周三全天 热线电话:0371-68993268

市颈肩腰腿痛医院 关节病专家常修河



常修河,男,副主任医师,关节科副主任,河南省针刀学会委员,中国针刀学会会员。1994年毕业于河南中医学院中医系,毕业后一直在郑州市颈肩腰腿痛医院从事临床工作。主要擅长采用邵氏无痛诊疗手法、针刀、牵引、中药等治疗肩周炎、肘关节、腕关节、膝关节、髋关节、股骨头坏死、强直性脊柱炎、创伤性关节炎、风湿及类风湿性关节炎、各类软组织损伤所致关节肿胀、疼痛、关节功能障碍等疾病。 临床一线工作近20年来,视病人如亲人,治愈病人数万人,在患者中留下了极好的口碑。先后在省级、国家级刊物上发表《针刀结合推拿治疗肩周炎68例》、《综合治疗膝关节炎197例》、《综合治疗跖趾膜炎100例报告》、《蜂毒治疗强直性脊柱炎致心动过速1例报告》等论文10余篇。并参加大型工具书《颈肩腰腿痛应用检查学》、《颈肩腰腿痛应用解剖学》、《颈肩腰腿痛应用诊疗学》及《中国针刀医学临床系列丛书》的编写。其中《蜂毒治疗强直性脊柱炎致心动过速1例报告》获“中华优秀论文成果”一等奖。2006年和2007年先后组织科室连续用小针刀免费为数百名下岗职工、优秀教

师、省市劳模进行治疗,疗效满意,大河报及郑州电视台曾多次对其先进事迹进行报道。2008年被评为“郑州市卫生系统行风建设工作先进个人”。 坐诊时间:周三上午 咨询电话:68746142 13837197709

三伏天吃什么好

不知不觉中,我们已经进入了三伏天。按照以前的说法,“头伏饺子二伏面,三伏烙饼卷鸡蛋”,那么这些老话说的对不对,三伏天究竟吃什么对健康有益呢?对此,郑州市中医院健康专家提醒大家,伏天饮食不可太凑合,要多吃点蛋白质和B族维生素丰富的食品。 在饺子、面条、烙饼这三种面食当中,以烙饼的烹调方式最好。 头伏饺子:记得在和面的时候稍微放一点黄豆腐(十分之一即可),既能让面团弹性更好,又能避免粘连,还能提高饺子的营养价值。饺子馅千万不要做成大肉丸子,肥肉要少,可以考虑加入各种海鲜、菌类、鸡蛋和蔬菜,减少猪肉的比例。这样做出来的饺子,口味

清淡鲜美,营养价值也更高。 二伏面:记得不要做成调味汁拌凉面,而要丰富面码和卤汁的内容。卤汁里面一定要放鸡蛋或肉,素食者可以放豆腐干丝替代,以增加蛋白质的供应。吃凉面的时候,要多放点芝麻酱。面粉不要永远是黄瓜丝,记得加入B族维生素更为丰富的焯青菜、嫩豆角和嫩豌豆、嫩毛豆等。 三伏烙饼卷鸡蛋:饼和鸡蛋固然不错,但缺乏膳食纤维、钾元素和维生素C也不足,要有凉拌蔬菜搭配,营养才均衡。烙饼很实在,卷了鸡蛋吃,容易吃过量,不利于控制体重,一定要注意,炒鸡蛋时少放点油,饼也要做薄一点。 如果最近不知道该吃什么

中医中药 养生苑

薛玉珠,郑州市中医院营养食疗科科长。 擅长:根据个人的生理、年龄、健康状况制定个体化营养食疗指导方案。尤其对孕妇、糖尿病、亚健康状态的人群进行营养指导。 坐诊时间:周一至周五 好,不妨就按老话儿吃,自己再搞点细节上的创新,不失为一种生活的情趣。 本报记者 李笑展 通讯员 王红专 整理