

关注艾滋 遏制艾滋

本报记者 安华文 丁友明图

今年12月1日是第22个世界艾滋病日，主题是“遏制艾滋，履行承诺”。这一主题被解读为，希望让更多的人，有更多的渠道能够了解防治艾滋病的相关知识，并对相关人群进行更有效的保护。

明明(化名)是个5岁的男孩，去年夏天，他舌头上长了一个突起的小疙瘩，需要做手术。手术前，医生按照程序给明明做传染病检测，在艾滋病病毒检测一项中，结果显示阳性。不但明明，还有明明10岁的哥哥、父母全是艾滋病病毒携带者。原来，明明爸爸在婚前发生过高危性行为。市疾控中心性病艾滋病防治科科长刘征说，艾滋病患者正从高危人群向一般人群扩散。

性传播成主要传播途径

我市的艾滋病感染者和患者的传播途径逐渐在转变。据刘征介绍，过去主要以血液传播为主，主要表现在吸毒共用针具、非法输血等方面，最近几年通过性传播的感染者和患者逐渐增多。艾滋病传播途径的改变，应引起人们的高度重视。



医护人员在为民普及艾滋病预防知识

们的高度重视。“性传播已经成为我市艾滋病传播的主要途径。”刘征说，“有过高危行为人员(如有过不安全性行为人员等)应尽早进行艾滋病检测。”

为有效遏制艾滋病经性途径传播，政府正在加大干预力度。我市已建有艾滋病高危人群监测点，并成立了市、县两级高危人群干预工作队，率先在同性恋人群

聚集的酒吧免费提供咨询检测服务，并多次利用同性恋人群聚会讲解艾滋病防治知识，开展安全性行为教育，对预防和控制艾滋病起到了积极作用。

潜伏期症状不明显

艾滋病和其他传染病不一样，感染艾滋病以后没有症状。感染艾滋病病毒，一般要经过8~10年的时间，甚至更长时间的潜伏期才发病。刘征说，已经感染艾滋病病毒但未知的人群传播艾滋病的机会最大，已知并进行干预的感染者传播机会最低。因为潜伏期没有临床症状，所以很难做到早期发现和早期预防。

生活中如何“防艾”

艾滋病的传播途径有三个，性传播、血液传播和母婴传播。针对在生活中如何“防艾”的问题，刘征说，应该避免不安全性行为。发生性行为时，一定要使用安全套。还要避免共用注射器等高危行为。

刘征说，在皮肤有破损的情况下，接触到艾滋病毒很可怕。她给记者举了个例子，看牙病时，由于牙钻很贵，一般大医院可以做到批量购买，批量消毒。如果有吸附加作用的钻头不能做好消毒，还留存患者的新鲜血液，就会造成疾病的传播。她提醒市民，看牙、扎耳洞、穿刺等对皮肤进行有破损性的手术时，必须选择正规的医院和场所。

健康快讯

郑州—欧亚科学院心脏中心将挂牌

本报讯 郑州人民医院与清华大学第一附属医院联合成立“郑州—欧亚科学院心脏中心”挂牌仪式将于12月4日在郑州人民医院举行。这标志着我省心脏外科水平与国际医疗技术的一次并轨，省内心脏病患者不需东奔西走也能享受到国际顶尖医疗水平。

该心脏中心将以郑州人民医院心脏外科为基础，聘请清华大学第一附属医院院长、国际欧亚科学院院士、叶利钦心脏手术救治组成员吴清玉作为该中心的长期技术顾问，把心脏外科疑难手术作为主要诊治目的，亲自为河南患者主刀手术，并将在郑州人民医院坐专家门诊，接诊我省心脏病患者，为心脏疑难病症患者答疑解惑。

郑州人民医院心脏外科是卫生部批准的河南省唯一一家心脏移植定点单位，郑州市特色专科，是医院重点建设科室。2006年9月，成功完成我省首例心脏移植手术，2007年，成功开展马凡氏综合征合并A型夹层动脉瘤的主动脉成型+全弓置换+腔内支架植入手术，2008年，开展体外循环下直视取栓+尿激酶肺动脉内注射治疗急性肺动脉栓塞取得成功，开创急性肺动脉栓塞治疗新领域。(杨粤)

乳腺癌教育俱乐部成立

本报讯 作为威胁女性健康的“头号杀手”，乳腺癌正威胁着许多女性。为了给广大乳腺癌患者提供更全面专业的呵护，“我还是我”乳腺癌教育俱乐部日前在省肿瘤医院成立。

该俱乐部由中国抗癌协会乳腺癌分会和上海抗癌防癌事业发展基金会共同发起，计划在北京、上海、广州、郑州等8所全国主要的肿瘤医院成立。根据规划，这一俱乐部还将在我国多个中心城市开展，帮助更多的患者树立战胜疾病的信心。

省肿瘤医院乳腺诊治中心主任崔树德介绍，作为威胁女性健康的“头号杀手”，乳腺癌在我国的发病率和死亡率呈上升趋势，发病年龄也日趋年轻化。他提醒患者，发现乳腺癌要避免因影响漂亮而不化疗等误区。崔树德主任表示，乳腺癌并不可怕，关键是患者要及时进行及时规范的内分泌治疗，把握术后1~5年的关键期，力争不出现复发，千万不能因对这个疾病心存误区而错过最佳治疗时期。(唐皓)

沪豫两地共战“肝魔”

本报讯 今日，郑州人民医院、上海长征医院肝脏疾病诊治中心签约仪式在郑州人民医院举行。肝脏疾病是我国的一大病种，包括肝癌、肝脓肿、脂肪肝的良性及恶性肿瘤和门静脉高压症等，在恶性肿瘤中，肝癌是我国发病率第二位的恶性肿瘤。

我省是人口大省，肝脏疾病发病率较高。由于目前我省尚没有一家肝脏外科实力较强的综合医院，因此大批的肝脏疾病患者，包括终末期肝病患者，有条件的都前往北京和上海等地治疗，这不仅造成医疗资源的浪费，也为广大患者带来了很大的不便，而且也不利于我省整体医疗水平的提高。该肝脏疾病诊治中心的成立，沪豫两地专家联手必将造福更多广大肝病患者。(于莉)

免费婚检定点医院确定

本报讯 郑大三附院和市妇幼保健院等多家医院日前被确定为本市免费婚检定点医院。凡是男女双方或一方户籍在郑州市，并在本市婚姻登记机构申请结婚登记的男女双方，均可在婚姻登记前3个月及登记后1个月内，携带身份证、户口簿和3张一寸彩色免冠照片到以上医院进行免费婚检。

据悉，免费婚检费用男方每人165元，女方每人201元，共计366元，需先行垫付。在结婚登记时，可凭婚检机构出具的婚检费用收据在婚姻登记处报销；结婚登记一个月内参加婚检的，可凭结婚证和婚检收据报销。按照有关规定，免费婚检的项目共11项，包括一般体格检查及尿常规、胸部透视等辅助检查项目。(华小亚)

首届妇儿博览会飞鹤大打“爱心”牌

本报讯 来自我市3岁多的馨馨，在日前举行的首届“中国(北京)国际妇女儿童产业博览会”大出风头。作为妇女儿童发展基金会爱心合作伙伴，飞鹤乳业举办的“邮票义卖”、“绿叶行动”、“纸鹤传情”公益活动表现亮眼，馨馨因出色表现，其照片不仅上了明信片，还上了个性化邮票。

飞鹤义卖活动的所得款项将全部捐给妇女儿童发展基金会。同时，为响应旨在保障儿童食品安全的“绿叶宣言”，家长孩子们纷纷在飞鹤的“爱心手印墙”上留下绿色手印。飞鹤负责人表示，作为专业婴幼儿奶粉制造商，呵护下一代是飞鹤企业社会责任重心。(董海燕)

哺乳妈咪催奶妙招

很多产妇想母乳喂养，可生完宝贝后就是不见奶水。爱婴乳中心的专家刘老师推荐了3个催奶妙招。

- 方法1:让宝宝多吸吮乳头
 - 方法2:进食催乳食物
 - 鲫鱼汤:鲜鲫鱼加上通草6克煮汤，吃鱼喝汤，每天2次，连喝3~5天。
 - 花生粥:花生米(带粉衣)100克，大米200克，将花生捣烂后放入淘净的大米里煮粥。
 - 方法3:对乳房进行专业按摩
- 据刘老师介绍，产后，最初由于静脉充盈使乳房发生膨胀，此时仅有少量的初乳分泌。经验表明，乳房按摩是非常有效的下奶方法。方法为每次哺乳前，先将湿毛巾覆盖在左右乳房上，两手掌握住乳头及乳晕，按顺时针或逆时针方向轻轻按摩10~15分钟。经过按摩既能减轻产妇的乳胀感，又能促使奶水分泌。按摩乳晕的作用相当于对婴儿乳头的吮吸刺激。这种刺激，可以通过神经纤维传入下丘脑，促使垂体分泌催乳素释放反射性引起垂体释放催乳素，刺激乳腺和乳腺管收缩，将乳汁射入通向乳头的输乳管里，进而促进奶水分泌。 栗海峰

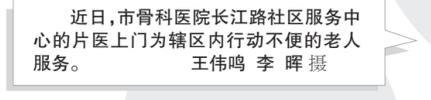
健康视点

郑州市疾病预防控制中心

图片新闻



近日，市二院的专家服务队赴荥阳为当地群众开展义诊咨询服务，现场义诊400余人次。 秦亮摄



近日，市骨科医院长江路社区服务中心的片医上门为辖区内行动不便的老人服务。 王伟鸣 李晖摄



11月26日，天津工业大学齐庆祝博士到市儿童医院开展讲座，有效提升医院管理水平。 樊星摄

骨科医院 健康课堂

冬季如何预防颈腰腿痛

进入秋冬季，颈腰腿痛的病人明显增多，尤其是“坐班一族”和中老年人发病率明显上升。这是因为季节交替，天气逐渐寒冷，会不同程度造成腰背肌肉痉挛、充血、水肿，这个时候如果不加注意，很容易发生颈腰腿痛问题。“坐班一族”及中老年朋友应该如何保健、预防颈腰腿痛和防止

颈腰椎疾病发作，市骨科医院专家建议：1.采取正确的姿势。2.加强锻炼。3.防止风寒、潮湿的侵袭。郑州市骨科医院骨科专家提醒：冬季气候转冷，市民朋友应加强锻炼，注意保暖，如有不适，及时到正规骨科专科医院就诊。 通讯员 王伟鸣 李晖

感冒多喝大米粥

感冒时多喝热粥，有助于发汗、散热、祛风寒，促进感冒的治愈。同时，感冒后胃口较差，肠胃消化不好，喝粥可以促进吸收。另外，有些药对肠胃的刺激也很大，喝粥可以起到保护胃黏膜的作用。郑州市中医院有关专家提醒患者：

- 风热感冒:发热、咽部肿胀、鼻塞、口渴、大便干燥。
 - 风寒感冒:发热、怕冷，甚至打寒战，无汗、周身酸痛、鼻塞。
 - 流行性感冒:发病急，持续高热，全身症状较重，而鼻塞、流涕、咽痛症状并不明显。
- 推荐白萝卜茶叶粥:白萝卜100克、茶叶5克、食盐适量。将白萝卜洗净切片煮烂，加少许食盐熬粥，将茶叶用开水泡5分钟后倒入粥内。白萝卜能够清热化痰，茶叶可以清肺热，有止咳化痰之功效。 通讯员 王红专

郑州市第七人民医院 郑州市心血管病医院 学科带头人推介

王宏山



副主任医师，心外科六楼病区主任。河南省心胸外科委员，1992年毕业于佳木斯医学院，2001年、2008年先后在西安第四军医大学附属医院心外科和阜外医院进修心外科，从事心外科10年，熟练掌握冠心病、复杂先心病及冠心病、大血管疾病的诊断及外科手术治疗，在省内率先开展了胸腔镜下房缺、室缺修补术。发表学术论文10余篇，编写专著1部，获市级科技进步奖1项。研究方向:微创心脏外科手术、复杂先心病搭桥、大血管外科治疗和重症瓣膜病的手术治疗。 门诊时间:每周一、周四全天

王立成



副主任医师，心外科五楼病区主任。中华医学会郑州市心胸外科分会副主任委员，从事心胸外科临床工作二十余年。曾先后在北京安贞医院、上海儿童医学中心、上海长海医院进修深造。对复杂先心病、低体重要幼先心病、重症瓣膜病、冠心病及大血管疾病有深入研究，在国家级核心期刊发表论文16篇，编写专著1部。获省级科技进步三等奖1项，市科技进步二等奖1项。 门诊时间:每周二全天、周六上午

市妇幼保健院 健康指南

刘敏，郑州市妇幼保健院产科副主任，主任医师，擅长妇科微创手术、腹腔镜、宫腔镜手术。

自然分娩好？还是剖宫产好？

王女士:医生，我马上就要到预产期了，检查都正常，大夫建议我自然分娩。可我的朋友前段时间住院自然分娩了一半又被医生推进了手术室，做了剖腹产，这是为什么？我该怎么选择？

刘敏:综合来说，自然分娩还是优于剖宫产。每个孕妇入院准备分娩的时

候，医生都会对孕妇及其胎儿的情况进行一次综合评估，正常情况下我自然分娩。可我的朋友前段时间住院自然分娩了一半又被医生推进了手术室，做了剖腹产，这是为什么？我该怎么选择？

刘敏:综合来说，自然分娩还是优于剖宫产。每个孕妇入院准备分娩的时

杜亚军 卜春梅

中原名医

满勇



满勇，神经外科主任、主任医师，郑州市专业技术拔尖人才，《中国组织工程研究与临床康复》(国家级核心期刊)杂志编委，《中国神经再生研究(英文版)》(NRR)杂志理事会理事、编委。

市三院 健康课堂

等离子电切 使危重症前列腺增生病人也能安全手术

93岁的王老先生患前列腺增生20多年。这病可把他害惨了，正常排尿竟成了一桩令人恐惧的事，排尿不仅费力，而且尿线细小、尿流滴沥，近来又出现尿失禁，经常尿裤子、尿床，搞得老人好不痛苦。王老先生下决心切除这个顽疾，但是，由于年龄太大，加上他患有高血压、心脏病，许多医院都不敢为他做手术。最近，市第三人民医院泌尿外科使用“等离子电切术”为老人实施了手术，手术历时40分钟，术后5天，老人就能顺利排尿。

等离子电切术在可视下进行，该院泌尿外科主任葛永超说，罹患前列腺增生的病人很多，它的增生速度与年龄成正比，80岁以上为80%~100%。这些年来，治疗前列腺增生的手术方式也在不断改进，如前列腺电切术、水汽化治疗等，都被誉为治疗前列腺的“金标准”。但

是，这些治疗方法对年龄大的老人，患有高血压、心脏病、糖尿病、肾功能不全、呼吸系统疾病等高危病人有些不太适宜，由于这些人手术耐受性差，易出现并发症和后遗症。近两年来，等离子电切设备进入临床，较好地解决了高危重症病人手术难题。手术时，医生将双极等离子电切镜由患者的尿道口缓缓导入，手术在电视屏幕下操作，手术过程视野清晰，整个手术在可视下进行，便于观察前列腺膀胱的情况，操作极为方便。老年人及慢性病人可接受手术

葛永超说，实施等离子电切手术比较安全，由于对病人组织内环境的影响极小，手术的安全性相对较高，比如老年人，有心、肝、肺、肾功能不全的病人经过治疗纠正一般可以安全手术；等离子电切设备止血效果好，术中出血很少；由于是低温操作，对

市二院神经外科二病区 满勇

河南省免疫学会常务理事、干细胞科学专业委员会副主任委员，河南省神经肿瘤专业委员会委员，郑州市神经外科专业技术委员会委员，河南省、郑州市医疗技术事故鉴定专家库成员。近年来，他致力于修复性神经外科和细胞再生神经外科的治疗领域，如神经再生、神经康复和干细胞治疗。治疗范围包括:脑梗、脑外伤、脑中风(出血和梗塞)导致的长期昏迷、偏瘫、失语、精神焦虑、抑郁等后遗症，脊髓损伤性截瘫，老年性

痴呆，顽固性失眠，帕金森，周围神经损害性疼痛，血管性末梢神经炎等难治性疾病。他采用的脐血干细胞移植治疗脑和脊髓病变技术通过专家组鉴定，疗效确切、方法简便可靠，经中华医学会郑州分会批准作为新技术在市二院神经外科应用。临床运用以来已经成功治愈包括脑梗塞、肝硬化等在内的众多患者。 坐诊时间:每周一、周三上午 咨询电话:0371-68993158 13607697978

等离子电切

使危重症前列腺增生病人也能安全手术

周围组织损伤少，减少了尿频、尿急、尿痛等膀胱刺激症。手术术后恢复也很快，由于用全新的等离子切割器，切割准确且不粘刀，去除组织的速度更快；明显减少术中和术后的膀胱冲洗，术后恢复排尿快。与传统的单极电切技术相比，手术中使用生理盐水冲洗，成本降低了，术中和术后的护理时间明显缩短，节省了费用。由于是双极回路设计，电流不通过人体，对放置心脏起搏器的患者手术也比较安全，手术时，患者不必关闭起搏器。 陈锦屏

郑州市菜市街1号 葛永超电话:13592667887 泌尿科电话:0371-66905318