

# 春季谨防“病从口入”

本报记者 梁晓 通讯员 王迎秋 杨粤

近日,郑州各大医院消化科的病人猛然增多,有些病人是老胃病复发,有些是吃了不洁食物导致的急性胃肠炎,也有的是消化性溃疡伴出血。医生提醒,春季饮食要注意温和、新鲜、洁净,防止“病从口入”。

## 多吃春笋胃也会难受

昨日,记者在郑州人民医院急诊科看到市民李先生时,他因突发性胃出血正在输液。他告诉记者,他的胃病已经是老毛病了。“前几天,老伴给我炒了盘油闷春笋,吃着味道挺好,就多吃了点。谁知道当天晚上,我的胃就开始痛,并伴有呕吐,吐着

吐着竟吐血来。”就医后医生诊断为消化性溃疡伴出血。

郑州人民医院急诊科主任巫庆荣说,消化性溃疡多发于气候变化大的春、秋两季,且常合并出血,给患者带来很大痛苦。胃不好的人春天应该吃些温和的食物,少吃春笋、芹菜之类粗糙食物,以免刺激胃黏膜,引起溃疡复发。

据了解,以前患消化性溃疡的病人很容易复发,复发率达70%,近几年有了明显的下降。巫庆荣表示,病人不会复发,关键是看体内的幽门螺杆菌有没有清除干净,按照现在的药物治疗,如果能彻底杀菌,病人的复发率只有10%。她建议病人停药一周后做个复查。

## 路边摊吃出急性胃炎

这些天气温升高很快,食物容易变质,患急性胃肠炎的病人也多了起来。小伙子吴军就因为和朋友在路边吃了点烤肉串,出现了恶心、呕吐和腹泻的症状,不得不到医院就医。

巫庆荣指出,得急性胃肠炎的病人往往有两种:一种是喜欢吃外卖、路边摊的年轻人;另一种是怕浪费、习惯吃隔夜菜的老年人。春天温度上升很快,食物放在外面容易变质、滋生细菌,吃得不小就容易犯病。

虽然急性肠胃炎比较容易治疗,但严重的也可能危及生命。巫庆荣提醒大家要

养成良好的卫生习惯,食物放置时间不要过长,剩菜剩饭及时放到冰箱里,最好用保鲜膜包好,或者用专门的保鲜盒存放。

## 吃野菜谨防食物中毒

春天也是采摘野菜的好时节,如果吃出了食物中毒,那就得不偿失了。巫庆荣特别提醒喜欢吃野菜的市民,首先要认识野菜,比如马兰头、水芹菜等,不认识不熟悉的野菜最好不吃,以免有毒。

## 健康视点

郑州市疾病预防控制中心 0371-95120

郑州市紧急医疗救援中心 急危重病人 长途转诊热线 13598899120 或 69159120

## 健康快讯

### 市疾控中心未雨绸缪练内功

本报讯 为加强预防医学门诊部工作人员的专业技术水平,正确处理预防接种和性病治疗过程中可能出现的过敏性休克等严重副反应的情况发生,市疾病预防控制中心特别邀请了市三院重症医学科主任王宝玉对预防接种人员和临床医生开展了一次以《过敏性休克的抢救及处理》为主题的专题培训。王宝玉结合自己多年在临床重症抢救工作中积累的丰富经验,通过案例详细阐述了过敏性休克的发病机理、临床表现及处理原则,并对如何合理运用抢救药物进行了重点阐述。培训结束后,预防医学门诊部结合工作实际制定了过敏性休克处理方案,完善了处理过敏性休克所需要的药品和器械,组织医务人员集中学习了过敏性休克处理的程序,并进行了实际操作演练。(王迎秋)

### 市一院举办通讯员培训班

本报讯 为加强通讯员队伍建设,提高科室通讯员写作业务水平,近日,市一院举办了新闻宣传通讯员培训班,该院特别邀请了医药卫生报等主流媒体的资深从业人员为通讯员进行授课培训。此次授课的重点是怎样捕捉新闻线索,如何加强自身的理论修养和政策水平,提高观察分析问题、解决问题的能力,提高写作水平。培训内容丰富多彩,深深吸引了在座的郑州市第一人民医院70余名通讯员。(秦川 李留军)

### 市二院开展医疗安全隐患调查

本报讯 为强化医疗服务质量,维护患者的合法权益,市二院于日前开展“医疗安全隐患查找月”活动,通过为期一个月的医疗安全隐患查找,消除医疗安全隐患,形成医疗安全监督的长效机制。活动期间由数十名专家组成的8个检查组将重点对医疗服务、医疗文书、制度落实、就医流程和临床路径等方面进行每周不低于3次的网罗式督导检查,并结合患者投诉,发现的医疗隐患进行集中重点讲评分析,引以为戒。同时要求各科室从医疗、护理、医技、用药、设备、服务等方面进行自查自纠,及时整改。(秦亮)

### 妇女盆底障碍防治项目落户河南

本报讯 (记者 梁晓)4月13日~15日,中华预防医学会中国妇女盆底功能障碍防治项目在河南启动,市妇幼保健院等41家医疗机构被确定为该项目省定点筛查机构,并参加了定点筛查机构标准、防治筛查诊治流程的培训。妇女盆底功能性障碍疾病是一种包括盆腔脏器脱垂、尿、粪失禁、性功能障碍等严重影响中老年妇女生活质量的慢性疾病。据了解30%的女性受此病的长期困扰。但由于以往知识普及不够、女性的羞怯等多方原因,女性盆底功能障碍的患者就诊率很低,目前这种障碍已逐渐成为影响女性生活质量的5种最常见慢性疾病之一,严重影响女性身心健康并成为一种社会问题。筛查机构的成立,将为广大女性普及盆底功能障碍防治相关知识,确保产后妇女防治率达到60%,从而提高广大女性的生殖健康保健水平。

### 市中医院再获孺子牛奖

本报讯 4月18日,在中国医药企业社会责任论坛上,市中医院再次荣获社会责任孺子牛奖。长期以来,市中医院坚持履行社会责任,关心公益事业,服务人民健康。积极提供公益健康教育,坚持经常性进农村、进社区开展健康大讲堂活动,教育民众提高健康意识,掌握健康常识,正确引导民众科学安全用药;积极开展具有简、便、廉、验的中医特色诊疗,真正解决老百姓看病贵、看病难的问题;坚持组织专家进社区、进乡村、进厂矿、进学校、进工地、进敬老院义诊服务活动,架起与广大患者沟通的桥梁;积极开展三下乡服务活动,坚持为农村卫生院培训医护人员并援建新农村卫生所达标;坚持开展扶贫一对一帮扶工作,对扶贫对象进行慰问和资助,使其感到党的关怀和温暖。(王红专)

### 60岁以上老人享保健服务

本报讯 为使60岁以上老人得到方便、快捷的健康医疗服务,我市各社区卫生服务机构日前推广《郑州市家庭医疗保健服务协议》,并由社区片医深入社区、居民家中优先为60岁以上老年人签订《郑州市家庭医疗保健服务协议》,并逐步在全市社区居民中推开。协议要求社区卫生服务机构每年免费为60岁以上老人进行一次全面的健康管理,并为高血压患者,每年免费提供服务至少4次随访等。60岁以上老年人到社区卫生服务机构就诊不收挂号费,治疗费及检查费优惠10%等优惠措施。(阎清涛)

### 连锁药店巨头登陆中原

本报讯 昨日,素以“平价、品齐”著称的中国连锁药店巨头——广州大参林连锁药店有限公司借壳“河南健康人连锁药房”登陆中原,在郑州的10间门店同时开业。据了解,大参林将打破原有郑州药店的经营模式,在郑州掀起药品价格的全面降价,降价幅度高达10%~20%,并承诺如果顾客在该连锁店购买的药品价格高于其他药店同种类型的药品,可凭购物双倍补差价。据透露,郑州是大参林进驻河南的第一个城市。未来3年内,大参林计划投资5亿元,在郑州建立一个能够覆盖华中、华北市场的现代物流中心,并以郑州为中心迅速在周边市场布点,实现100间门店的网络规模。相关负责人表示,大参林的进驻,将加大河南药品行业的竞争,竞争的最终结果是让消费者有利,且在竞争过程中会带来一些新的经营理念,刺激当地业态加快成熟。(鲍健健)

## 医院动态

### 省中医药学会络病专业委员会成立

本报讯 河南省中医药学会络病专业委员会成立大会暨河南省首届中医络病学大会日前在我市举行。络病学是中医脏腑经络、气血理论的重要内容之一,是中医学术体系的独特组成部分,是研究络病发病特点、病机变化、临床表现、辨证论治、治疗原则及治法方药的应用理论。络病学说是中医学理论体系的组成部分。络病学不但可以在理论层面上推进中医学自身理论的完善,还能在临床层面上极大地提高心脑血管疾病、糖尿病血管并发症、神经肌肉疾病等的临床治疗效果。

河南省中医药学会络病专业委员会的成立将大大提升河南络病学术的研究水平,为普及络病学知识积极开展多学科交叉与融合搭建了平台。

会议上,河北省中西医结合研究院吴以岭院士、武汉大学人民医院黄从新教授、北京阜外医院浦介麟教授等专家还做了精彩的学术报告。(李淑丽)

### 郑大二附院聘樊代明为兼职教授

本报讯 郑大二附院日前聘请中国工程院院士、第四军医大学校长樊代明少将为该院兼职教授。中国工程院院士、第四军医大学校长、博士生导师樊代明教授,是我国著名的消化病学专家,专业技术少将衔。他目前担任世界胃肠病学学会主席,全军消化病研究所所长,肿瘤生物学国家重点实验室主任,国家临床药理基地主任,中华消化学会主任委员,中华内科学会副主任委员,中国抗癌协会副理事长,亚太胃肠病学学会常务理事兼奖励委员会主席等学术职务。

樊代明院士十分关心郑大二附院的建设与发展。当天,报告会前,他还欣然了解了医院的概况,对医院近年来所取得的成绩予以肯定,并提出了医院发展的意见和建议,并表示今后将在医院建设、教学科研、学科发展等方面为医院献计献策。(陈建设)

### 膝关节病康复自如 国药揭秘

膝关节病主要是关节软骨磨损失去保护作用,疼痛肿胀积水变形,像针刺一样痛,蹭着地面走,迈不动步,拄着拐,坐轮椅,下不了床,甚至致残。

骨病权威专家认为:骨关节病,痛在关节,病在软骨。因软骨是无血管组织,常规药物很难达到病变部位,推拿理疗保健只能缓解,花钱无数延误病情。全鸡追风活血膏是目前市场上唯一一种国药准字黑膏药,膏精效奇,直达病灶,营养修复软骨,溶解钝化骨刺,消除水肿炎症,治疗退行性骨质增生、滑膜炎、半月板损伤、风湿性关节炎、颈腰椎病疗效显著,按疗程治疗效果更佳! 治骨病用国药,不花冤枉钱!

12盒一疗程,迎五一特大优惠已开始 详情咨询:0371-66626090 黄河路服装市场东侧仁心堂药房 送货包邮

### 肾虚 失眠 更年期 持久幸福有秘密

参鹿茶是著名中医学家卢教授研制,被载入中国药典,国药准字B20020425,全面调理脏腑气血阴阳平衡,益气生精,固本培元,从本治疗肾虚、前列腺炎、更年期综合征、气血虚亏等引起的阳痿早泄,尿频尿急,失眠脱发,女性手脚冰凉,便秘色斑,性欲低下等疗效神奇。服用一周左右欲望强烈,不到一月面色红润有光泽,活力持久动力十足。

男人喝精力充沛,自信洒脱,收放自如,前列腺阳痿早泄的毛病全好了! 女人喝美容养颜,气血充盈,面色红润,手脚冰凉,便秘色斑不见了,夫妻生活温馨甜美! 老人喝延年益寿,睡眠好,腰酸腿痛,尿频尿急,血糖血压血脂高的老毛病都没了,就像年轻了20岁!

5盒一疗程,迎五一特大优惠已开始 健康专线 0371-61399199 大学路郑大一附院门诊对面茂源堂大药房 免费送邮寄

### “膝关节病”遇妙方一生无忧

膝关节病,主要原因是关节软骨退变引发骨质增生、滑膜炎、软骨软化、半月板损伤等,很多人变得步履蹒跚,上下楼关节疼痛不敢使劲,久坐站起时关节僵硬迈不动步,严重者关节积水、肿胀、变形。过去西医学界多认为这种病不好治,除非换关节,但是随着“仙草骨痛贴”的问世,数十万例病人亲身体会,证明这种认识是错误的。

“仙草骨痛贴”根据元代《十药神书》记载的骨痛奇方专门针对此类疾病研制而成,由于采用了现代生物低温浓缩技术提取,药力强,药性猛,强效活性成分能直透皮下骨质,通过营养修复关节软骨、滑膜、半月板,溶解钝化骨刺,消除粘连水肿和无菌性炎症,迅速解除疼痛,急性发作期24小时见效,2个礼拜恢复正常生活……拄拐杖坐轮椅的重症患者用后往往出人意料!

“仙草骨痛贴”一方不二用,不能除百病,包装盒上明确标注:专门针对滑膜炎、骨质增生、软骨软化、半月板损伤。

迎五一,买一个疗程送一疗程特大优惠风暴已开始! 骨科专线:0371-61859928 郑州骨科医院东80米的瑞康大药房,外地邮寄,货到付款!

## 图片新闻

### 郑州市卫生系统《廉政准则》知识竞赛



1.为进一步提高卫生从业人员素质,市卫生局日前举办了卫生系统《廉政准则》知识竞赛。 梁晓摄

2.省人民医院和河南血友之家日前举办了一场全省血友病联谊会。 汪静文摄

3.市三院为玉树灾区捐款33000元。 陈锦屏摄

4.市六院通过市红十字会向玉树灾区捐款11680元。 丁友明摄



## 中原名医

### 市二院心内科主任 范萍

范萍,市二院心内科主任,主任医师,省心血管病学术委员会委员,中华中医药学会河南省分会委员,中华医学会郑州市心血管病学会副主任委员,郑州市高血压病学会委员,郑州市医疗保险专家委员会委员,市医疗保险协会理事,郑州医疗事故鉴定委员会委员。被郑州市选为跨世纪人才,先后两次到北京医科大学进修学习,擅长冠心病、高血压病、顽固性心律失常、各种心律失常、高血脂、糖尿病的诊断治疗。有扎实的理论基础和丰富的临床经验,多次开展省级科研项目研究,并获省科研成果二等

奖,在省级、国家级刊物发表论文20余篇,撰写专著一部,多次带领团队参加全国科研项目研究,取得可喜成绩。30多年来无数个冠心病、高血压病和糖尿病患者,在范萍主任的精心治疗下获得了重生。张大爷80岁,确诊为急性心肌梗塞、心律失常、心衰,住进了监护室,由于平时还患有糖尿病、高血压病,生命垂危,家人甚至为其准备了后事,但是这次张大爷突然室颤,范萍主任立即给予心脏电除颤,胸前区叩击,组织医护人员奋力抢救,把张大爷从死亡线上拉了回来,为此张大爷的六个儿女特地送上锦旗“治病救人、德艺双馨”。

近日,正与朋友喝酒的刘先生,突然胸闷难忍,到医院急诊科时,已经面色青紫,出现心梗症状,转至心血管内科后,范萍主任以最快的速度为其实施了冠状造影及支架术,仅用两小时就将刘先生从死亡线上拉回。

坐诊时间:周一、周三全天 周二、周六上午 电话:0371-68993273 13700885408

### 市颈肩腰腿痛医院 业务院长 宋健

宋健,男,副主任医师,毕业于河南医科大学临床医学专业,本科学历,现任市颈肩腰腿痛医院业务院长、市中西医结合学会颈肩腰腿痛专业委员会副主任委员、市医学会颈肩腰腿痛专业首席专家,师承我国著名颈肩腰腿痛专家邵福元主任医师,长期致力于颈肩



腰腿痛病的临床治疗和科研,具有丰富的临床经验,擅长颈椎病、骨科学、腰腿痛病的诊断治疗。先后在国家核心期刊上发表论文数十篇,担任颈肩腰腿痛系列丛书《颈肩腰腿痛应用解剖学》、《颈肩腰腿痛应用检查学》和《颈肩腰腿痛应用治疗学》副主编。先后多次被评为郑州市卫生工作先进工作者和郑州市中医工作先进个人。 坐诊时间:周三、五下午 咨询电话:68713624

### 综合病区主任 王静

王静,女,副主任医师,市颈肩腰腿痛医院综合病区主任。毕业于河南医科大学临床医学专业,本科学历。在继承传统中医手法的基础上,进一步总结了本院对颈肩腰腿痛病独特的诊断与治疗方方法,尤其擅长采用邵氏无痛诊疗手法治疗

各型颈椎病,经临床实践获得满意疗效,工作20余年为数万名患者解除了病痛。先后在国家级、省级刊物上发表论10余篇,其参与编写的大型颈肩腰腿痛诊疗系列丛书,填补了国内本专科用书的空白。 坐诊时间:周四下午 电话:13938235196

## 市三院健康预告

郑州市第三人民医院为庆祝建院105周年,特于4月25日~5月10日开展院庆惠民优惠活动。 1.向我市居民免门诊挂号费15天; 2.凡4月25日出生的居民,当日凭身份证可享受一套常规体检; 3.院庆活动期间为患有白内障、唇腭裂、股骨头坏死的百名残疾人免费就医;同时向活动期间内在本院出生的婴儿免费发放成长日记本。 医院还将在相关社区开展大型爱心义诊活动。 咨询电话:0371-66967681,66967681

## 健康提醒

### 春季锻炼谨防骨关节运动伤

春季气温回升,也是运动伤高发季节。市颈肩腰腿痛医院骨科主任常修河介绍,随着人们运动量增多,建议对关节保养,“平时防护,胜过病后求医”。常修河说,首先,适当地运动锻炼。特别是在暖和的阳光下锻炼可增加钙的吸收和关节运动的适应性,有规律的运动能够加强肌肉、肌腱和韧带的支持作用而有助于保护关节,预防骨关节病的发生。其次,要避免不适当和过度运动。如深蹲、长时间站立及长距离

行走,这些运动都是增加关节承受力及加速关节蜕变的重要原因。要及时和妥善处理关节外伤、感染、代谢异常,同时要注意饮食均衡,防止骨内钙流失。保温也是预防关节疾病、减轻疼痛方法之一,特别是夏天到来时,要避免直接在空调或电风扇下吹风。常修河说:“只要有节存在,就有关节病变的可能,所以对关节疾病,谁也不大意,一旦发生关节病变,应及时就医、对症治疗。” 徐虹