

吸烟 女人比男人更“受伤”

本报记者 梁晓 通讯员 卢祎舟 王建功

最近,烟龄已超过10年的李女士饱受月经不调和痛经的困扰,医生的诊治结果让她大吃一惊:戒烟。“以前只觉得吸烟对肺和呼吸道不好,真没想到影响原来那么大。”因为长时间吸烟,她每天不得不花更多的时间在脸上抹粉,掩盖自己越来越粗糙而脆弱的皮肤。
今年的5月31日是世界卫生组织发起的第23个“世界无烟日”,今年的主题是“性别与烟草——抵制针对女性的市场营销”。市疾控中心慢病科专家提醒大家:女性抽烟对身体的伤害比男性更大!

吸烟减肥不可取

王琳是“80后”女生,身材稍胖的她吸烟目的很简单:听说可以减肥。每到吃饭前,她都会点上一支烟,“只要在饭前和空腹时抽一支烟,我就很难有胃口吃东西,自然就瘦下来了。”几个月下来,王琳看起来是瘦了不少,但胃病和肠道疾病也接踵而至,胃痉挛的情况更是有时发生。
“烟草所含的尼古丁会令消化功能衰退,人体因此不能有效地吸收食物营养。此外,吸烟会使味觉减退,在一定程度上会抑制饥饿时肠胃的收缩,因此自然会瘦下来,但付出的代价也是巨大的。”市疾控中心慢病科科长阎秀芳表示,空腹或是饭前吸烟除了会对心肺功能造成很大影响外,更会令胃部血管痉挛继而引发胃炎和各种肠道疾病,这样的减肥方式与节食减肥一样,显然是不可取的。
“对于女性来说,要想拥有健康的身体和迷人的身材,一定要杜绝吸烟。”阎秀芳说。

尼古丁是雌激素杀手

“尼古丁、焦油、一氧化碳……这些香烟内的有害物质被吸入肺后,会通过血液流到全身,继而影响内分泌,对于女性来说,赖以生存的雌激素一旦遭到破坏,后果将会是一连串的。”阎秀芳介绍,雌激素是由卵巢和胎盘产生的一种女性激素,在促进阴道、子宫、输卵管和卵巢本身发育的同时,还能促使皮下脂肪富集和骨头中钙的沉积等。
“尼古丁这种物质就是雌激素的杀手!”阎秀芳告诉记者,在临床上经常可以看见这样的病例,吸烟的女性皮肤松弛、脸色晦暗,没有光泽,总是长痘痘,由于缺氧,嘴唇也没有血色,“问起吸烟数量,大多都在每天20支左右。”她告诉记者,烟草中的尼古丁能降低女性雌激素的分泌量,刺激微血管收缩痉挛,导致皮肤供血不足,加速女性衰老;会影响女性子宫、输卵管等第二性征发育,甚至会引发

一些妇科肿瘤病症。

戒烟利于下一代健康

“母亲身体内的一切会直接作用于下一代,所以吸烟绝对是想要孩子或是已经怀孕女性的一大禁忌。”郑州市中心医院妇产科主任王雅莉介绍,女性产前最重要的一环就是戒烟,医生通常会建议吸烟女性戒烟半年后再考虑要孩子。
据了解,烟草中含有大量的有毒物质,除大家所熟悉的尼古丁外,还有氡酸、氨、一氧化碳、芳香族化合物和焦油等。这些有毒物质可以随着烟雾被吸收到母体血液中,使母体内的血氧含量降低,胎盘中的血氧含量也随之减少。胎儿由于缺氧,可导致生长发育迟缓,故吸烟孕妇所生的低体重儿是不吸烟孕妇的两倍,而吸烟孕妇比不吸烟孕妇较易发生流产、早产和死胎。

图片新闻



昨日上午,郑州市志愿者服务站揭牌仪式在市中心医院举行,来自省内的数百名志愿者参加了活动。本报记者 丁友明 实习生 徐宗福 摄



市二院眼科专家日前深入社区、学校开展儿童眼病专项普查。图为眼科专家正在为中方国际双语学校学生检查眼睛。秦亮 摄



市口腔医院专家日前到市车辆监理所为交巡警进行免费口腔检查。韩芳 摄

健康资讯

农民工生殖健康促进项目启动

本报讯 日前,我市正式启动“新生代农民工生殖健康促进项目”,将有万名农民工受益。
据了解,该项目计划在5-12月,针对全市流动人口特别是新生代农民工,开展免费生殖健康教育培训、生殖健康咨询、生殖健康体检等活动,在全市开展50场生殖健康讲座,覆盖以新生代农民工为主的打工人群10000名,培养一支新生代农民工志愿者队伍,在同类企业中开展生殖健康教育。通过活动,提高新生代农民工的生殖健康知识和自我保健、自我防护能力,促进生命健康、家庭幸福。
(李国珍 梁旭峰)

市传染病管理专业委员会成立

本报讯 日前,我市成立医院管理协会传染病管理专业委员会,这将为我市传染病的规范化管理提供保障。
据了解,本委员会成员由从事传染病管理方面的专家担任,从事院内感染控制和传染病基础研究的专家担任。成立大会后,来自西安交通大学的张树林教授及西南医院感染病专科医院院长王宇明教授,分别为大家做了《慢乙肝抗病毒治疗的重要性和必要性》、《抗生素的合理应用》的学术讲座。
(周博)

两家医院开展创先争优活动

本报讯 昨日,记者从郑大一附院了解到,该院日前隆重召开了创先争优活动动员大会。
据悉,郑大一附院开展创先争优活动,就是不断增强基层党组织的创造力、凝聚力和战斗力,充分发挥共产党员的先锋模范作用,为加快医院发展步伐、早日实现创建全国一流现代化医院的奋斗目标提供强大动力和有力保证。
(曹咏周厚亮)

又讯 24日,市中医院召开创先争优活动动员大会。据了解,该院将通过深入开展创先争优活动,努力达到服务形象文明规范,服务态度热情周到,服务流程便捷明快,服务措施便民利民,服务环境舒适温馨,服务质量安全可靠,服务信息公开透明,服务投诉简便畅通,人民群众放心满意,医患关系友善和谐的目标。
(王红专)

郑大三附院“六一”义诊

本报讯 昨日,记者从郑大三附院获悉,该院将举办迎“六一”关爱儿童健康大型义诊活动。
据了解,6月1日,郑大三附院组织小儿内科、小儿外科等多个科室的专家为儿童义诊。家长朋友可以带上孩子直接到门诊大楼前的健康广场参加活动。届时,院方还将为前10名就诊的患儿免费拍骨龄片。
此外,早教专家还将现场培训新手爸妈如何为孩子冲奶粉、换纸尿裤、与孩子开展亲子游戏等。
(管一春)

市肿瘤医院推行药师查房制

本报讯 昨日,记者从市肿瘤医院获悉,为推进基本药物的临床应用,该院正在积极推行药师查房制度。
据了解,市肿瘤医院在坚持药师查房制度的基础上,加派3名中级以上职称药师每月定期参与药房查房和会诊,指导临床安全用药,接受临床医师的用药咨询并对不合理用药进行实时干预。专业药师参与临床治疗,不仅规范了医生的用药行为,同时也遏制了“小病大治”的现象。
(王伟鸣)

情系西峡 市一院向乡医赠设备



本报讯 23日,市一院向西峡县黄狮村标准化卫生所捐赠了10台数字式单道和多道心电图机。
据悉,此次捐赠是医药卫生报社和市一院“牵手乡医·温暖乡医”暨《乡村医生特刊》创刊一周年庆祝活动的部分。在捐赠现场,市一院有关负责人告诉记者,今后,市一院还将为南阳地区的所有乡村医生提供免费的进修机会,并组织各种形式的专家义诊活动。
(秦川文/图)

门诊见闻

柘城连体婴回家养护

本报讯 昨日,备受市民关注的柘城连体婴儿出院回家养护。
据了解,5月19日,这对连体婴儿在商丘柘城出生后,就被家人迅速送到市儿童医院。经过64排CT检查和心脏彩超检查,得出结论:她们心脏相连,共用一个肝脏,胸腹大面积连体。该院大外科首席专家主任医师黄敏告诉记者,这对连体婴儿患先天性心脏病,两人各有一个心脏,心脏严重畸形。其中一个孩子心室和心房四室相通,血液从心室到心房畅通无阻。
黄敏说,连体婴儿病情非常复杂,目前国内无法为这对连体婴儿进行分离,家长们经过商议决定先出院回家养护。医院免去了两个孩子3380元的检查治疗费,派经验丰富的护士120名救护车将孩子护送回乡。(刘妍)

重点专科

市颈肩腰腿痛医院 颈椎病科

市颈肩腰腿痛医院颈椎病科主要诊疗范围有:颈肩部扭伤、落枕、颈肩综合征、各型颈椎病(颈型、脊髓型、神经根型、椎动脉型、交感神经型、食管压迫型、混合型)及颈肩部各种软组织胸肌综合征、斜角肌综合征等。
医院主要采用著名颈肩腰腿痛病专家邵福元主任医师独创的“邵氏诊断法”与“邵氏无痛治疗法”指导临床实践。
医生根据不同病人主诉症状,同时配合传统中医系列理疗如

妙手接骨赢赞声

本报讯 “太感谢你们了!”一个多月前,市民陈先生因车祸多处骨折,在中心医院心胸外科接受治疗,现已康复。昨日上午,他特意向院向医护人员道谢。
“患者锁骨和多根肋骨骨折,刚入院时出现了昏迷现象。”心胸外科主任谢旭旭告诉记者,为了减轻患者的痛苦,该院业务副院长王彦军组织心胸外科、骨科和有关科室的专家进行集体会诊,并制定出一套科学的治疗方案。经过精心地治疗和护理,目前陈先生已经完全康复。
“这里的医护人员对我太好了。这样的医疗队伍,我们老百姓放心。”陈先生激动地说,住院期间,心胸外科的医护人员每天都要到病房查看病情,给予其无微不至的照顾,使他和家人备受感动。
(王建功 陈武管)

健康视点

郑州市疾病预防控制中心
☎ 0371-95120

“膝关节病”用国药显奇效

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,病在关节,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治疗性国药准字黑膏药,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,按疗程用效果奇佳! 治骨病用国药,不花冤枉钱!
12盒一疗程,特大优惠(25-31日)!
康复咨询:0371-66626090 黄河路服装市场东侧怀仁堂药房 送货邮售

警惕!别让肾虚、失眠影响幸福

现代生活中,压力应酬多,随之而来的难言之隐越来越多,男人阳痿早泄、尿频尿急,女性面色萎黄、便秘色斑、性欲低下等这些看似不起眼的症状却严重影响了人们的生活、工作,甚至家庭……
中医认为,肾为先天之本,虚为万病之源,肾主骨生髓,纳气开窍于耳,主二便。著名中医学家卢芳教授治病皆存于五脏六腑之内,症表现于四肢五官及躯干,如果某一个器官出现了疾病,就会引起其它器官疾病的产生,最终形成多病缠身、久治不愈的局面。比如说一旦肾虚,则气不足血不旺,将出现失眠脱发、腰酸腿软、头昏耳鸣,性功能障碍,血糖、血压、血脂高等,人们往往从病因入手,甚至滥用激素保健品来透支健康导致越来越虚,国药参鹿茶是全面调理五脏六腑气血阴阳平衡,益气生精固本培元,从本治疗肾虚、阳痿早泄,气虚血亏等疗效独特,特大优惠25-31日!

健康咨询:0371-61399199 大学路郑大一附院门诊对面茂源堂药房有售。

免费治疗糖尿病十天

我院采用纯中药治各型糖尿病及糖尿病引起的一系列并发症! 疗效确切! 患者凭身份证来我院免费测空腹血糖,再免费领取一服药,试服6~10天。在这里每月只需20~60元就能让您体验到实实在在的疗效。
活动时间:4月16日~7月30日。
地址:郑州市城东路110号河南省中医离退休专家门诊
电话:0371-66318729

“椎间盘突出”喜遇良方

我患腰4-5椎间盘突出、椎管狭窄、第4腰椎滑脱,并有唇骨质增生,刚开始是腰疼,没多久臀部和腿也感到疼痛麻木,牵引按摩、吃药打针,治了三年,最后竟发展到走不成路,不得已作了手术,结果更糟,没人帮忙连床也下不去了……
对我这样一个长期瘫倒在床的病人来说,做梦也没想到会有奇迹发生,今年春节期间偶然听说一种叫“仙草活骨膏”的特效产品研制成功了,该药内含特异生物活性酶,能够进入组织深部发挥作用,使突出物萎缩溶解,粘连钙化增生炎症水肿,从而解除对神经的压迫,很多患者24小时就能见效,术后不愈者效果尤为神奇,没多想就叫人买了20盒,没想到用药次日下肢就有痛感,一周就能下床活动,20盒药用完已能走三四里路……“仙草活骨膏”让我重新找回了生活的欢乐。
骨科热线:0371-61859928
郑州骨科医院东80米路北康康大药房专销! 外地邮寄,货到付款!

“骨关节病”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,严重有关节积水、肿胀、变形。
过去西医学多认为这种病不好治,除非换关节,但是随着“仙草活骨膏”问世,情况已经完全不同了。
“仙草活骨膏”根据《十药神书》记载的疗骨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,急性发作用期24小时见效,2个礼拜恢复正常生活……用其它产品无效者、手术不成功者以及拄拐杖、坐轮椅的重症患者用后往往出人意料!
骨科热线:0371-65157750
郑州市大学路医学院门诊楼对面九州通大药房! 外地邮寄,货到付款!

“骨关节病”遇妙方一生无忧

市第三人民医院急诊科主任马婉娟说,天热利于细菌繁殖,人体抵抗力降低,呼吸道感染、鼻炎、肠道疾病、心脏病发病率出现上升趋势,提醒市民注意防护。
呼吸道疾病大多由鼻炎引起
高温天气,患鼻炎的人比平时增加。在病毒性感冒、上呼吸道感染、肺炎等呼吸系统感染疾病中,80%是由鼻腔缺乏应有保健引起的,因此高温季节尤其应该防止“病从鼻入”。
耳鼻喉科主任周世华说,在日常生活中,鼻子清洁往往被人们所忽视。临床实践证明,鼻腔一天24小时不停地做深呼吸运动和呼出15000升空气,从而极容易在鼻腔黏膜和鼻纤毛上沉积大量污垢和细菌,并引发鼻炎、鼻窦炎等炎症和过敏性疾病,并且使感冒、哮喘、肺炎等流行性疾病病菌得以顺利侵入人体。高温气候鼻腔最常见的症状就是脏

天热 护好心肺和肠道

增多。据临床证实,当气温超过33℃时,人体的新陈代谢会显著加快,对血液循环系统有很大影响。人在高温状态下,交感神经兴奋性增高,心率加快,冠状动脉收缩,从而增加心脏的工作量。
王主任说,心血管功能对气温变化最为敏感,气温的骤然升高或降低,都会诱发心绞痛,甚至心肌梗死。他提醒患者有高血压、冠心病等慢性疾病的,在炎热的夏季应注意保护心脏,及时给心脏消暑。
心血管病人活动要适量,时间不宜太长,以减少心脏负荷,防止心肌缺血发作;注意防暑降温;起居有序,早晨不宜过早起床,中午要适当休息,以补充睡眠不足。要稳定情绪,忌烟限酒,大便通畅,控制体重。
陈伟屏
地址:管城区南顺城街136号
电话:13298117233
0371-66865768

肠道疾病多发

炎热的天气,人们因为出汗失去很多盐和水,进而引起机体水电解质失衡,免疫功能紊乱,胃酸合成减少,胃酸杀菌的作用也就被削弱了,这给微生物提供了可乘之机。
消化内科主任黄书亮说,夏天饮食宜清淡,避免过食生冷和油腻辛辣的食物。剩饭菜容易被细菌污染,所以不宜吃隔夜菜。生吃瓜果,应当先洗净再削皮。做凉拌菜时,菜一定要洗净。用来切熟食的刀、板,要和生肉、生菜的分开。不吃无证小摊上的食品,以免发生食物中毒。
心绞痛、心梗病人明显增多
心血管内科主任王建华介绍,随着气温升高,心绞痛、心梗患者会

市三院健康课堂

和干,因此应当保持鼻子的清洁和湿润,以预防和减缓各种呼吸道感染和鼻腔炎症的发生。