

雨季

慎防疾病侵袭

本报记者 梁晓 通讯员 李雪 秦川

随着一场大雨，绿城走进了多雨的时节。雨水带来湿润空气的同时，也夹杂着一些可能损害我们身体健康的病菌。那么，在潮湿的雨季，我们该注意哪些健康问题呢？

儿童 提防痢疾等疾病

夏季持续下雨的话，空气湿度大，食物容易变质，细菌生长、繁殖迅速。郑州市儿童医院儿科主任医师刘金权提醒说，儿童抵抗力较低，如果不注意卫生，很容易患上痢疾等感染性腹泻。同时，空气潮湿，室内通风不及时的话，孩子们也很容易因病毒、细菌感染，患上呼吸道疾病。

因此，暑天雨季，家长尤其要让孩子保持良好的卫生习惯，勤洗手，饮食以清淡为主，让孩子多喝水，多吃新鲜水果蔬菜。雨季空气湿度大，很多孩子会出现胃口不好的

情况，家长不妨用薏米、扁豆、赤小豆、绿豆等给孩子熬粥喝，以调节肠胃，增强孩子抵抗力。

雨季气温变化大，家长还要根据气温及时给孩子增加衣物，以防孩子感冒。下雨时气温低最好不要再使用空调，尽量少带孩子去人多、空气流通性差的公共场所。

成人 胃肠功能要保护好

反复的气温变化和湿热天气，会让一些人的胃肠道出现紊乱。郑州市人民医院消化内科主任医师马应杰指出，藿香正气水具有散寒化湿、和中祛暑的功效，人们出现腹胀、食欲缺乏、暖气、呕吐等胃肠功能紊乱症状及胃肠型感冒时，可以在医生指导下口服该药。

天气潮湿，蚊虫叮咬肆虐，患感染性皮

炎、脓包等皮肤病的机会也随之增加，人们日常应当注意皮肤清洁，尽量穿棉质衣物，以减少对皮肤的刺激。多喝水以利于稀释皮肤汗液里的有害成分，一旦发现皮肤有过敏症状应及时到医院就诊。

老人 防心脑血管疾病袭击

暑天的雨季，气压下降，会对人们的血管、神经等系统产生影响。同时，夏季天气热出汗多，血液容易浓缩，心血管类疾病就容易发作，心肌梗死、心绞痛、心衰等疾病的发病率大幅增加，高血压病人也容易出现头痛头晕的症状。

市一院心内科主任医师余宏伟提醒说，老年人尤其是有心脑血管疾病的人群，在这个季节要注意保持生活规律，保证充足睡眠。多喝水，以免血液黏稠度增加。出汗多

时还应当适当补充淡盐水。但高血压病人应避免一次过量饮水和急速喝水，以免血压进一步升高，增加心脏和血管负担。同时，老年人还应避免暴饮暴食，以免吃得过饱增加心脏病的发作几率。

患有高血压、糖尿病、高胆固醇病这3类疾病的老年人是心肌梗死及中风急性发作的高危人群，应提高警惕，将自己的血压、血糖、胆固醇尽量控制在正常范围内。

健康视点

郑州市疾病预防控制中心
☎ 0371-95120

门诊见闻

女“毛孩”考上本科

本报讯 19岁的婷婷(化名)一出生就浑身多毛被称为“毛”妮，她曾经想过要放弃生命。去年高考因为自卑，她放弃了填报志愿。幸运的是，郑州市人民医院对她实施了救治，对她免费进行“脱毛”治疗。今年高考，重新找回自信的婷婷考了460多分。

17日，在父亲的陪同下，婷婷赶到了郑州市人民医院皮肤科，接受第15次治疗。如今的她，穿着一件白色T恤，露出两只白皙的胳膊，和去年记者第一次见到时迥然不同。

“孩子现在状况好多了，不仅喜欢外出了，成绩也提高了，今年高考考了460多分，超过三本线10多分呢。”一提起女儿的变化，婷婷的父亲王先生乐不可支。一旁的婷婷听到这里，默不作声，但笑容慢慢爬到脸颊上。

“毛孩，在医学上称先天性全身多毛症或先天性胎毛增多症，又被称为狼人综合征。”郑州市人民医院皮肤科主任李雪莉介绍，患这种疾病的人全身长满浓密的毛，最严重的，除了手心和脚心，全身都会会长。

“目前治疗效果比较好，再治疗6至7次，婷婷就可以完全像正常女孩一样了。”李雪莉说。(李雪)

健康资讯

省爱卫办聘请义务监督员

本报讯(记者 梁晓)昨日，记者从省爱卫办获悉，为加强爱国卫生监督与管理，省爱卫办决定面向全省在全省卫生城镇中聘请“爱国卫生义务监督员”。

据了解，义务监督员主要承担对破坏、损害卫生城镇的行为进行监督、劝阻和举报，宣传爱国卫生有关法规、法规和卫生防病知识等职责。

聘任条件为：政治素质高，身体健康，年龄在25~65周岁；热爱公益事业，关注爱国卫生工作，有较强的社会责任感和工作责任心；具有良好的口头、文字表达能力，善于发现和提出问题。有意应聘者，可在省卫生厅网站下载义务监督员登记表，填写报名。

市药监局取缔无证药品仓库

本报讯 近日，市药监局稽查一中队联合管城区公安分局，在航海路航母城取缔了一大型无证药品仓库。

据了解，接到群众举报后，市药监局稽查一中队联合管城区公安分局迅速赶往现场，查处了这一无证药品仓库。仓库内堆放着“艾司唑仑”、“地西洋”、“盐酸克伦特罗生”等10余种国家严控的特殊药品。据初步统计，涉案金额20多万元。

(袁初进)

柳林镇检查饭店卫生设施

本报讯 进入夏季，柳林镇对辖区饭店的防蝇防鼠设施进行重点检查。

检查中发现许多饭店为了凉爽将操作间的门窗打开，直接对外；有防蝇帘不挂或者使用不规范；灭蝇灯不开启等现象突出。针对存在的问题，工作人员要求饭店经营者严格管理，立即整改、纠正，彻底消除食品安全隐患。

柳林镇政府还向辖区的154家五小单位发放意见征集卡，虚心听取广大商户的心声，为下一阶段五小单位整治工作的更好开展打下良好基础。

(刘燕)

社区管理者培训班开班

本报讯 我市片区例会暨社区卫生管理者培训班正式开班。

17日，来自台湾的王国兴教授就如何《打造愿景领导的优质基层医疗服务团队》为大家进行了精彩的讲演。学习班上，社区卫生管理者还就如何打造让社区居民满意的团队，社区卫生管理者应具备的心态以及个人领导特质等进行了分组讨论、发言。

(阎涛涛)

警惕！肾虚 失眠“偷走”您的幸福

肾虚、失眠主要是肾精气不足、肝胆失调、阴阳失衡而引起的五脏六腑功能性紊乱。临床表现为：烦躁易怒、失眠脱发、头晕耳鸣、眼睛胀困、浑身疲惫、尿频尿急、男性阳痿早泄、女性便秘色斑、欲望减退等严重影响生活工作及夫妻感情……

参鹿茶是全面调理脏腑气血阴阳平衡，益气生精，固本培元的治疗性药品而非保健品，国药准字B20020425。男人喝精力充沛，收放自如，阳痿早泄的毛病全好了！女人喝气血充盈，面色红润，夫妻生活温馨甜蜜！老人喝延年益寿，睡眠好，腰不酸腿不痛。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！

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药房
送货邮寄

治“膝关节病”国药有妙招

膝关节病主要是关节软骨磨损，经络不通，间隙变窄，多表现为：关节疼痛、屈伸不利、肿胀积液、僵硬变形、迈不动步，晚期持续性疼痛，严重者产生关节功能障碍甚至残疾。

追风活骨膏是国药准字药品而非保健品，药力强劲，直达病灶，持续72小时不间断释放有效活性成分穿透骨关节屏障和深层组织，营养修复关节软骨，钝化骨刺，消除水肿炎症，治疗膝关节骨质增生、滑膜炎、半月板损伤、风湿性关节炎等疗效独特。特别对治疗失去信心的患者给予新的奇迹，解除多年的病痛。

特大优惠已开始！

康复专线：0371-66626090

大学路郑大一附院门诊对面茂源堂药房
送货邮寄

爱心行动扶正弯脊柱

本报讯 17日，市骨科医院暑期举办的第二届“关注脊柱关爱生活”公益活动正式开始。

17~18日，市骨科医院对来自宁夏、河北、山西及省内各地区的100余名患者进行免费义诊检查，这些患者中最大的74岁，最小的仅有1岁。对筛查出的13名特、重脊柱侧弯患者，医院组织专家逐一进行会诊、制订治疗方案。义诊中，医院为患者免费发放了千余份脊柱侧弯专病健康教育资料。

据了解，免费会诊只是此次公益活动的一部分，市骨科医院还将组织部分患者免费参加上海世博会脊柱侧弯患者康复夏令营。

图为医生正在为小患者检查身体。

(王伟鸣文/图)



图片新闻



图①19日，市中心医院为市民开展“冬病夏治”膏药贴敷服务。 王建国 摄

图②16日，市红十字会和爱心人士代表来到市一院，为在这里治疗的宝宝和贝贝送来1万元救助款。本报记者丁友明 摄

图③市中医院开展“全员全岗全程优质医疗服务”活动。图为护士为病人进行基础护理。 王红专 摄

图④市中心医院组织肾移植康复者参加第四届全国器官移植运动会。 本报记者 汪静文 摄

医院动态

市一院举办诗歌朗诵赛

本报讯 市一院日前成功举办“党在我心中”诗歌朗诵比赛。

据了解，市一院9个党支部精心选取了歌颂祖国、歌颂党、歌颂医院发展的19首诗歌，突出了改革开放以来国家欣欣向荣的发展气象，讴歌了医院的发展历程和美好未来。经医院领导评委和支部代表评委评定，本次比赛共评出一等奖1名、二等奖2名、三等奖3名。(秦川)

市二院开展文明交通行动

本报讯 为规范急救车和公务用车交通行为，近日，市二院开展了文明交通行动。

行动前，医院召开了专题会议，就“文明交通行动计划”实施方案的具体内容、急救服装的管理、急救车驾驶员的安全和健康等问题进行了讨论。

医院将分批对驾驶员进行交通安全教育，并与驾驶员签署《郑州市120急救车交通治理目标责任书》。广大急救车司机郑重承诺，严格遵守《道路交通安全法》，严格遵守特种车辆行驶规定，为维护我市道路交通秩序作出贡献。(秦亮)

郑大一附院举办研讨会

本报讯 中原五省恶性淋巴瘤诊疗学术研讨会在郑大一附院成功举行。

研讨会上，郑大一附院李鑫博士和外省专家一起对疑难病例进行了讨论。与会人员结合病例，研讨和交流了浆细胞瘤的诊治体会和经验。

河南省淋巴瘤诊疗中心成立以来，每两周进行一次学术活动、病例讨论和疑难病例会诊，既为患者解决了诊疗上的困难，也为省内各医院交流学习淋巴瘤疾病的相关知识提供了平台。

(曹咏)

郑大三附院启动“一对一”志愿服务

本报讯 “您好，我将全程为您服务。”郑大三附院的“一对一”青年志愿服务活动正在开展，病人看病住院可寻求一个专人进行帮助。

“首批志愿者团队共有524名医护人员和实习生组成。”据院长张展介绍，活动的目的是为了志愿者们成为患者在医院的“熟人”和“亲人”，使患者享受到亲人般的关心。

入院时，志愿者主动接待患者；住院期间，志愿者义务为患者联系医生，解决遇到的问题；出院后，送去美好祝福。这便是由医护人员和实习生组成的青年志愿者为患者所推出的“一对一”志愿服务。

据张展介绍，今后这样的志愿者队伍还将逐步扩大。(华小亚)

会议速览



市疾控中心对中心职工进行文明礼仪知识培训。 卢祎舟 摄



市口腔医院对实习护士进行岗前培训。李庆芳 摄

市三院健康课堂

包皮环切 也可不用刀

包皮看起来似乎算不上大病，但对男性的健康却造成多重危害。但许多人一提起做包皮环切手术，心里感到害怕。其实，随着微创手术地开展，包皮手术已经简单化了，如今，做一个包皮手术，10分钟内就能完成。

手术简单 效果很好

日前，16岁的魏强接受了微创包皮环切手术。手术时，医生在他的阴茎根部打上麻药，将一个一次性包皮环切吻合器套在包皮上，不用开刀和缝合，手术后7~10天取下环，三周左右就可痊愈。

郑州市第三人民医院泌尿外科医师常保东说，这是利用包皮环切吻合器的内环和外环密闭后，阻断多余包皮的血液循环，使其缺血坏死，自然脱落，并在一周左右促使包皮内板与外板愈合。

手术这么简单 效果到底如何

该院泌尿科对手术后的病人跟踪调查发现，他们对这种手术方式很满意。手术后不用抗生素，可以洗澡，能够正常工作和学习。另外，手术后，病人的龟头能够完全裸露，使包皮垢容易排出，还能预防龟头炎、包皮龟头炎等疾病；对勃起功能障碍、早泄等有明显的疗效；术后瘢痕不明显，外观平滑。这种手术几乎不受年龄限制，儿童、成人均可以进行。

包皮环切能起到预防疾病的作用

常保东说，包皮对男性健康会带来不少危害：一是阻碍阴茎发育，导致阴茎短小；二是易患泌尿感染性疾病，可引发包皮龟头炎、尿道炎、尖锐湿疣、淋病、前列腺炎等泌尿系疾病；三是增加阴茎癌的发生率；四是增加各种性病及艾滋病的感染机会；另外，还会引起勃起功能障碍，已婚男性还易引发女方患妇科炎症等。

世界卫生组织和联合国艾滋病规划署认为，男性包皮环切是一种艾滋病预防和生殖健康的“外科疫苗”，所以，许多国家对包皮环切手术非常重视。

一个小小的包皮环切手术，却能起到很好地预防疾病的作用，这些，是许多人始料不及的。

陈锦屏

地址：郑州市管城区南顺城街136号
常保东电话：15515684433