

谨防孩子患“开学恐惧症”

本报记者 梁晓 通讯员 王迎秋 卢伟丹

每年开学前,一些孩子都要感冒发烧,可开学后不久,身体就会好了。心理专家称,这些孩子患的其实是“开学恐惧症”,主要源于家长在假期对孩子记性的种种“训练”。

“整个暑假,他一直好好的。可这两天,他突然开始发烧!”孙先生告诉记者:“自从儿子上学后,每次开学前,他都会发烧,我和妻子都习惯了。”

“他发烧也确实奇怪,不管是吃药还是打针,热度都降不下来。可开学后没过多久,他的身体就好了。”孙先生和妻子也认为,可能是儿子害怕重返学校,先在心理上适应不了学校生活。因此,每次即将开学,就有“生病”反应。

儿子的这种情况,一直未引起孙先生

的重视。“前几天,我一个同事说他的女儿也有怪毛病。每次开学前,都会觉得头疼、难受,上医院检查什么病也没有。后来问了心理学家,才知道这叫‘开学恐惧症’。”此时,孙先生才怀疑,儿子是否也得了“开学恐惧症”。孙先生说,从症状上来看,他们觉得很像。难道这发烧真的是心理问题吗?

于是,孙先生从自身开始仔细寻找问题的根源。原来临开学前,他每天特别为儿子设计的入学前模拟强化训练,让儿子身心疲惫。记者发现,为了能让儿子早日进入名牌中学,孙先生和妻子特别设计家庭训练课程,在每次重返校园前,从休息时间调整,到模拟上课情景,甚至还加设了特别强化课程训练等,使儿子过早地结束了

暑期生活。

市疾控中心专家表示:“这个孩子患的‘开学恐惧症’,完全是由家长过分强化训练造成的,主要是人为因素。其实,只要让孩子轻轻松松,顺其自然地开学,一切问题就迎刃而解。”

专家认为,放假时,孩子的生活秩序被打乱,经常看电视或上网到很晚,而早上又贪睡不能按时起床。这种状况如果不改变,孩子的心理还在“放假”,开学后很难适应正常学习生活。家长只要及时纠正孩子的生活习惯,从作息上让孩子逐步适应即可。

有些家长提前训练孩子的学习能力和独立生活能力,但孩子的心理承受能力较弱,情绪极易引起连锁生理疾病。因此,家

长在进行这种“训练”时,应适时适度。

此外,不少刚入学的学生,由于环境发生很大的变化,要面临一段艰难的心理适应期,在这个心理转型与重塑的重要过程中,学校对新生的入学教育不容忽视。专家建议学校对新入学的学生给予更多的关爱,鼓励他们及时调整心态,主动适应、接受新环境,不要总想着逃避;另外还要鼓励他们多跟其他学生交往、多跟老师接触,积极参加喜爱的文体活动,帮助他们渐渐融进新生活。

健康视点

郑州市疾病预防控制中心
☎0371-95120

健康提醒

肠癌发病呈现低龄化 专家提醒:排便习惯改变应警惕肠癌

近年来,随着经济的发展和饮食结构的变化,大肠癌发生率也迅速增长。在过去这一专属于中老年人的肿瘤症,现在已悄悄“盯”上了30多岁的年轻人。

肠癌是消化道常见的恶性肿瘤

有人称肠癌为“生活方式病”。随着经济的发展,人们的饮食结构发生翻天覆地的变化,以往的青菜、粗粮都被大鱼大肉、高蛋白高脂肪的食物所替代。据了解,目前大肠癌的发病速度约为每年的4.2%,也就是平均每5分钟就有1人死于大肠癌。

“大肠癌是指发生在结肠、直肠的恶性肿瘤,是消化道常见的恶性肿瘤之一,其中直肠癌占消化道的第二位,严重威胁人类的生命和健康。”郑州人民医院肛肠科主任医师邓业巍说,大肠癌的发生是多因素、多步骤、内外因交互作用的结果。就外因而言高热量、高饱和脂肪酸、高动物蛋白和低纤维膳食的饮食习惯是导致大肠癌的发病重要原因。内因而言,遗传因素是关键。

排便习惯改变应警惕肠癌

王女士在半年前发现大便有出血,以为是上火引起的就没在意,可随着时间的推移,出血的现象一直没有好转,后来在某医院被诊断为痔

疮进行治疗,可出血现象总是反反复复出现,最终在郑州人民医院确诊为直肠癌。

“直肠癌也容易与痔疮混淆。许多人发现便血了,往往误认为是痔疮,一般很少想到是直肠癌。”邓业巍说,其实痔疮和直肠癌的便血有所不同:痔疮的血一般是鲜红色,直肠癌的血一般比痔疮的血偏暗;痔疮的血往往一滴一滴,直肠癌的血量有时偏多;痔疮的血一般没有黏液,但直肠癌的便血常带有黏液。不管如何,一旦发现便血症状,应该找医生确诊。

除便血外,发现大便习惯改变,排便不通畅不规律,一会儿干一会儿稀,同时伴有便秘腹泻等,也应留意是否患直肠癌。检查直肠癌的手段有直肠指检和直肠镜检。

预防肠癌从吃开始

邓业巍说,预防大肠癌最简单最直接的办法就是从饮食开始。少吃动物脂肪类食品,不吃或少吃油炸、煎、烟熏等加工食品,适量食用含不饱和脂肪酸的食品如橄榄油,金枪鱼,避免过量饮酒,特别是烈性酒。

同时,在日常饮食增加饮食中的膳食纤维,适当补充维生素和微量元素,多吃新鲜蔬菜、水果、藻类等含丰富碳水化合物及粗纤维食物,适当增加粗粮、杂粮等食物。(安华)

烧伤泰斗助推郑州一院创新发展

本报讯(记者 汪辉 通讯员 秦川)昨日,在2010年郑州市院士专家企业行活动启动仪式上,我国烧伤界泰斗、中国工程院院士盛志勇与郑州市第一人民医院“牵手”,“安家”该院新设立的院士工作站,推动该院烧伤专科向医疗卫生科研更高层次、更高领域迈进。

年近九旬的盛志勇,是中国工程院院士,主要从事创伤、烧伤外科临床和实验研究数十年,为我国创、烧伤专业开创者之一,解放军总医院第三〇四临床部专家组组长、全军烧伤研究所名誉所长,南开大学医

学院教授、博士生导师。历任中华医学会理事、中华烧伤外科学会主委、中华创伤外科学会常委、中华烧伤杂志名誉主编、国际烧伤学会资深委员及Burns杂志编委,美国科学促进会和国际外科学会会员、美国创伤学会、加拿大创伤学会和以色列烧伤学会荣誉会员,国际烧伤学会资深会员。获国家科技进步奖、军队科技进步奖多项。主编和撰写专著27部,发表学术论文880余篇,享受政府特殊津贴,1996年获全军首届专业技术重大贡献奖,总后勤部授予“一代名师”,

1999年获何梁何利进步奖。立一等功、二等功各1次,三等功2次。1996年当选为中国工程院院士。

郑州市第一人民医院副院长余宏伟表示,院士工作站入驻医院,将弥补我市医疗卫生科研资源的不足,大大提升医院烧伤特色专科水平,为医院的科技创新发展打下了良好的平台。同时,医院将以此为契机,进一步加大引进力度,在神经内、消化内科等方面引进院士,全面提升医院科研创新能力,为广大患者提供优质、高效、低廉的医疗服务。



市二院日前向国际微笑列车项目资助的唇腭裂患者赠送爱心伞,为他们送去关爱。
秦亮 摄

图片新闻



①



②

- ① 郑大三附院举行新员工军事化训练汇报和礼仪演示。
- ② 市中心医院第五次组织管理团队集中学习。
- ③ 市十院为一线交警免费体检。
- ④ 市妇幼保健院党委书记赵玉兰带领医护人员慰问抗战老干部。
- ⑤ 市颈肩腰腿痛医院医生为建华社区老人讲解保健常识。

本报记者 汪静文 摄
王建国 摄
周梅 摄
卜春梅 摄
付娟 摄

市三院高端论坛

300名管理专家齐聚市三院 探讨医疗质量管理

本报讯(记者 汪静文 通讯员 陈锦屏)8月20日,来自全省18个地市的300名医院管理专家齐聚郑州市第三人民医院,举办“郑州市医疗质量管理高端论坛会议”。河南省医院协会会长刘庭芳教授与复旦大学医院管理处处长、附属中山医院肝病研究所教授夏景林作了专题报告。

医疗行业是一个特殊的服务行业,具有专业性、复杂性、不确定性和高风险性。近年来,一些发生在医院的医疗质量

安全和医院管理事件,造成了很大的社会影响。导致医疗质量安全事件的原因是多方面的,既有医疗水平问题,也有医疗服务问题,更多的是医疗安全管理和责任心问题。这些事件的发生,集中暴露出部分医疗机构、部分医务人员对医疗质量安全缺乏足够的重视,存在严重的侥幸心理和麻痹思想,医院管理工作中还有较多的安全隐患和薄弱环节亟待解决。如何应对和防范呢?

刘庭芳教授说,为提高医疗质量,各

省行政主管部门连续多年开展医院管理年活动,但因为缺乏专业的、独立的评鉴机构和标准,活动难以达到预期的理想效果。制约卫生事业发展的体制性、机制性和结构性矛盾还没有从根本上解决;政事不分、政管不分,导致对医疗行业的监管形成缺位、越位和不到位的被动态势,传统行政管理模式暴露出越来越多的弊端,不改革不行。

第三方医院评鉴制度无疑是最具国际视野的一项改革。它由第三方独立专

业机构客观、公正地对全省各级各类医疗机构实施评鉴,评价与医疗质量监管,实现了政事分开、以专业化取代行政化的医改新突破。刘庭芳认为,一组评鉴数据很能说明问题:2008年,评鉴中心共评鉴了6家三级医院,21家二级医院和7家专科医院,其中有7家医院未达标。

参加会议的代表对这次学术会议给以很高的评价,他们不仅学习到最新的医疗质量管理知识,而且对于市三院成功举办这次学术会议表示感谢。

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



健康资讯

首例微创甲状腺次全切手术成功

本报讯“真是太感谢张教授和郑大一附院微创外科的医生了!”我省首例微创无疤痕甲状腺次全切除术在郑大一附院成功实施。

该院微创外科成功地为一例甲亢症状尚未控制的甲亢患者实施微创“腔镜下双侧甲状腺次全切除术”。术后6天,患者康复出院,颈部未留任何疤痕。据该院微创外科张豫峰教授介绍,该患者在甲亢尚未控制的情况下获得手术成功,这在我省尚属首例。(曹咏符 臻)

研究生创新实践基地揭牌

本报讯 郑大二附院日前举行研究生创新实践基地授牌仪式,北京航天总医院及焦煤集团中央医院成为该院研究生创新实践基地。

北京航天总医院是一所集医、教、研、防为一体的三级综合医院,是中国航天科技集团公司的工业职业病防治中心、口腔医学治疗中心和医学影像中心。郑大二附院与北京航天总医院合作,必将进一步提高该院研究生培养方面质量与水平。(陈建设)

股骨头坏死有新疗法

本报讯 市二院日前采用脐血干细胞移植,成功为二七区77岁高龄的王凤仙老太太解除了股骨头坏死的困扰。

股骨头坏死被称为“不死的癌症”,目前,国内传统治疗方法创口大、疼痛感强。王老太患有股骨头坏死多年,年龄大并患有高血压等疾病,无法采用传统的手术治疗。市二院神经外科二病区满勇主任把脐血干细胞像输液一样输入到老人体内三次后,她的病痛就有了明显好转。据满勇介绍,经5年临床观察发现,实施脐血间质干细胞治疗股骨头缺血性坏死的有效率可达90%以上。(张立勋)

市儿童医院成立读书俱乐部

本报讯 市儿童医院近日成立“党员干部读书俱乐部”,120名党员干部成为俱乐部会员。

俱乐部将通过开设网上读书园地,组织读书沙龙,撰写读书博客等形式来提升医务人员的文化道德修养,营造“创先争优”的工作氛围。医院还将结合俱乐部活动的开展情况,定期评选优秀读书个人,年度进行奖励。(刘妍)

膝关节病康复自如 特大惊喜

膝关节病上下楼疼痛,久坐起立困难,晨起关节僵硬不灵活,关节积水变形,痛苦中听专家讲国药全鸡追风活血膏是从本治疗药品而非保健品,就买了两疗程,才一周就症状减轻,不到两个月就骑车跑步行走自如。经多家权威医院数万例患者临床验证治疗膝关节退行性骨质增生、滑膜炎、半月板损伤、风湿性关节炎等效果奇特。部分患者当天见效,根据病情轻重治疗巩固3-5疗程康复,本品对颈、腰椎病效果亦佳!

惊喜:24-30日百万回馈买6送6,买2疗程送3疗程!
咨询:0371-66626090
保真地址:郑大一附院门诊对面茂源堂药房 送货邮寄。

肾虚 失眠 更年期 持久幸福有惊喜

国药参鹿茶是全面调理脏腑气血阴阳平衡,从本治疗肾虚、前列腺炎等引起阳痿早泄,尿频尿急,便秘色斑,失眠脱发,头晕耳鸣,胸闷气短,腰酸腿软等疗效独特。一杯参鹿茶喝出3大惊喜: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,夫妻生活温馨甜美!老人喝延年益寿,腰不酸腿不痛,血糖、血压、血脂高的老毛病都没了,就像年轻了20岁!也是馈赠亲朋好友的时尚品!

喜讯 8月24-30日感恩回馈!买5送3 10送8
咨询 0371-61399199
郑大一附院门诊对面茂源堂药房 送货邮寄

“膝关节病”久拖不治后果严重

人过四十岁以后,早早晚晚都会出现关节不灵活,最初很多人不把它当回事,直到上下楼关节疼痛,不敢使劲,久坐站起时关节僵硬迈不动步,蹲不下,站不起,关节积水肿胀甚至变形的时候才想起治疗,却发现很多方法都不管用,医生建议换关节。

【仙草骨痛贴】其方始于1271年,元代《十药神书》记载:黑如精碳,似手抓筋骨,局部贴敷,透肤而入,活筋骨,化痰血,通经络,消骨刺。原方经北京协和侯延翰主任医师研制改进,已成为蜚声中外的膝关节专用良方。凡膝关节滑膜炎、骨质增生、半月板损伤、软骨软化、风湿类风湿、腿疼脚麻,关节强直,拄拐杖,坐轮椅,觉得自己已陷入绝境想换关节者,只要贴上仙草骨痛贴,很多人当天就能见效,几天就能下床大步行走,三四个疗程之后拍片检查可看到病灶改变,软骨修复,滑膜组织恢复正常,爬楼梯,逛公园,打球,跑步,像正常人一样生活,被誉为“不流血的中药手术刀”!

骨科热线:0371-61859928
郑州骨科医院东80米瑞康大药房专销!外地邮寄,货到付款!

“椎间盘突出”湘西陈氏有妙方

颈、腰椎间盘突出是现代高发疾病,正日益严重地危害着中老年人和上班族的健康,很多患者,方法用遍,不见好转,面对日渐加重的病情不知所措。

国务院特补专家湖南籍教授陈锦云1982年开始专注椎间盘突出课题研究,偶然从脑血栓治疗中受到启发,把椎间盘突出物当做血栓来对待,别人用活血化瘀,他独创破血透骨清淤,中医反治,几乎百发百中,很多患者用后一夜腿不麻、不胀、不痛,能翻身下床,贴到十盒,基本恢复行走能力,很多重症患者早上背着来治疗,晚上不用搀扶自己就能走回去。更有一患者2008年患腰4-5椎间盘突出、椎管狭窄、椎体滑脱、腰痛、坐骨神经痛、腿麻胀无力,肌肉萎缩,走不成路,术后截瘫,对他来说,做梦也没想到会有奇迹发生,用陈氏透骨祛痛贴第一天敷上,第二天恢复知觉,三个礼拜后能走三四里路。

陈氏透骨祛痛贴特别适用于颈、腰椎间盘突出、膨出,椎体滑脱,椎管狭窄,骨质增生,很多患者反映花数万元用其它方法治疗不如陈氏透骨千元之效。

良心产品,绝不虚做宣传,使用三次感觉不满意,全额退款!

骨科热线:0371-65030818
郑州纬五路省人民医院斜对面九州通大药房专售!外地邮寄,货到付款!