

健康资讯

我省干细胞研究取得重大突破

本报讯(记者汪辉 通讯员曹咏廷)日前,郑大一附院的“多囊卵巢综合征源性人胚胎干细胞和间充质干细胞的基础及应用研究”课题获河南省科技成果一等奖,实现了我省临床医学研究方面省级科技成果一等奖零的突破,标志着郑大一附院的科研能力和科研水平迈上了一个新台阶。

“多囊卵巢综合征源性人胚胎干细胞和间充质干细胞的基础及应用研究”属于人类干细胞领域的研究。人类干细胞研究是继人类基因组计划后生命科学中最活跃的研究领域。目前,许多重大疾病如癌症、细胞退行性疾病、遗传性疾病等发病机制不明,缺乏有效的治疗方法。人类干细胞研究与组织工程、疾病和药物开发等结合,可望对这些疾病的治疗带来新突破。

“多囊卵巢综合征源性人胚胎干细胞和间充质干细胞的基础及应用研究”课题组由我国著名临床药学专家、郑大一附院院长、博士生导师陶全教授为项目负责人,课题组汇集了包括生殖医学专家孙莹璞、小儿外科专家王家祥、神经外科专家杨波等在内的数十名干细胞研究方面专家。该课题着重从胚胎干细胞、肿瘤干细胞和成体干细胞三个方面开展深入研究,取得了多项创新,填补了国内外在这一领域研究的空白。

就医有了联合门诊

本报讯(记者王晋晋 通讯员宋达王文龙)经过一周的试运行,省肿瘤医院联合门诊赢得了广大肿瘤患者的好评。该门诊由4名不同专业的专家联合坐诊,共同为患者商定最佳治疗方案。这是我省医疗卫生单位首家推出的联合门诊。

当今,医院分科越来越精细,有按照医学专业分科的,有按照病种分科的,也有按照身体部位分科的,越来越多样化的分科形式促进了专科的发展,但这为医学常识匮乏的患者带来了不便,且有些患者疾病复杂,也不是一个专科能够解决的,因此不少患者来到医院面临着选择科室的困扰。

为满足广大肿瘤患者日益增多的需求,省肿瘤医院不断创新服务模式,将医院门诊分为外科、内科两部分,并配有专业人员负责分诊挂号,根据患者描述的病情,为其选择合适的坐诊专家。近日,为了使疑难肿瘤患者得到及时、全面的诊疗,该院又决定设立联合门诊,在每周二、每周四下午开放,主要针对肺部疾病和胃肠疾病。其中,胸外科、内科、放疗科、影像科4个专业的专家联合坐诊,和患者一起对肺部疾病、普外科、内科、放疗科、影像科专家联合坐诊,和患者一起对抗胃肠疾病。

院方提醒,前来联合门诊就诊的患者,应携带好X线片、CT片、核磁共振、化验单等检查结果,根据自身病情选择联合门诊就诊。

艾滋病临床影像学术会议落幕

本报讯(记者汪辉 通讯员黄增)昨日,第四届全国艾滋病临床影像学术会议暨第二届全国感染及影像学最新进展学术会议在我市落幕。

本次会议的主题是“科技关‘艾’,改变未来”。目前,艾滋病已成为全球最突出的公共卫生问题之一。艾滋病不仅给患者带来复杂的、难以治疗的疾病,同时也给患者造成心理上、精神上的疾病,给家庭带来经济负担,更重要的是增加了社会的不稳定因素。与会专家呼吁,防治艾滋病是全社会的责任,不仅要加大科研力度来提高防治能力,更需要广泛动员社会力量,促进全社会参与,共同防范,使艾滋病防控措施得到全面落实,以此推动我国艾滋病防治工作事业取得更大成效。

此次会议是由中国性病艾滋病防治协会、中华医学会热带病分会感染与传染病影像学组主办,河南省传染病医院承办的。几天来,中国性病艾滋病防治协会原会长戴志澄教授,中国性病艾滋病防治协会、艾滋病影像学组组长、首都医科大学附属北京佑安医院放射科主任李宏军等知名感染性疾病专家、放射性疾病专家围绕《影像诊断与病理基础研究》、《艾滋病主要机会性感染的诊断与治疗》等内容进行了广泛的交流和探讨。

市职防所通过甲级资质年检

本报讯 市职业病防治所日前顺利通过了市职业卫生技术服务机构甲级资质年检续展及换证审核。

根据中央编办关于职业卫生监督部门职责分工的调整和国家安全监管总局《关于开展职业卫生技术服务机构年检续展及换证工作的通知》精神,市职业病防治所领导高度重视,召开专题会议,进行部署,要求各科室全力以赴,积极做好迎检准备工作。

现场评审会上,市职业病防治所所长李磊介绍了市职业卫生技术服务工作开展情况。在观看了职业卫生技术服务纪录片,参观了全省唯一一家通过国家级实验室认可的实验室以及仪器室、天平室等场所后,省安监局领导和专家们对我市职业卫生防治工作给予了高度评价。

随后,专家们从15个方面对该所开展职业卫生技术服务工作进行现场评审,经过专家组查验资料、实验室检查等现场审核,最终专家组一致通过审核。(孙磊)

联合国糖尿病日

今年11月14日是第5个“联合国糖尿病日”,主题是“糖尿病教育与预防”,口号是“应对糖尿病,立即行动”。

应对糖尿病 立即行动

预防糖尿病从生活细节做起

本报讯(记者汪辉 通讯员邵继恩 卢伟舟 潘黎黎)昨日,市中心医院、郑州人民医院等医院专家深入社区举办大型义诊活动。专家表示,长期坚持健康的生活方式,80%的糖尿病是可避免的。

昨日,市中心医院组织内分泌科、心血管内科、神经内科、眼科等多位专家及志愿者来到鑫苑国际城市花园社区,现场为市民进行糖尿病的筛查、糖尿病并发症的筛查,为患者答疑解惑。在活动现场,专家对每一张化验单都详尽地进行分析,并为所有参加活动的人员建立新的个人病历,提出更加合理的治疗方法和方案。

市疾控中心慢病防治科科长肖秀芳介绍,糖尿病是由于胰岛素分泌缺陷或胰岛素作用缺陷而引发的糖、蛋白质、脂肪、水和电解质等一系列代谢紊乱综合征。糖尿病是终身性疾病,如控制不好,将引起心脏、血管、眼睛、肾脏等器官的病变,造成残疾或死亡,给家庭和社会带来沉重的经济负担。据肖秀芳介绍,目前糖尿病发病率快速增加的原因主要是人口老龄化与膳食不合理、体力活动不足导致的超重或肥胖引起。

“以前糖尿病门诊很少看到年轻人,现在二三十岁的糖尿病人已不少



市中心医院医务人员免费为市民测血糖

见。”郑州人民医院内分泌科主任王慧君介绍,随着人们生活水平的不断提高,当代年轻人生活方式有很大变化,超重肥胖人数增加,饮食结构不合理,三高食物摄入量太大;运动量、体力劳动量大大减少;晚睡晚起,吸烟、饮酒过多,生活无规律;生活压力大,精神过度紧张,出现不良情绪却无法及时排解,这些都是糖尿病患者年轻化的主因。

为了公众健康,专家提醒广大市民,在日常生活中要忙里偷闲,逐步树立起“吃动两平衡,健康一辈子”的理念,如能长期坚持健康的生活方式,80%的糖尿病都是可以避免的。专家建议,市民要从少吃一口饭,从爬楼开始运动,做家务,站起来打电话,离开办公室,少穿不行动的裙子与鞋,少吃盐,放松心情,愉快生活等一些生活小细节着手积极预防糖尿病。

市中心医院 举办糖友健康促进会



专家为市民义诊

本报讯(记者丁友明 通讯员邵继恩)为了帮助患者正确认识糖尿病,帮助市民树立糖尿病“防胜于治”的健康生活理念,倡导科学的生活方式,11月10日,市中心医院特意举办了一场别开生面的“应对糖尿病,立即行动”——糖友健康促进会,通过模拟体验糖尿病并发症,从而使大家重视糖尿病并发症,定时筛查,定时体检,树立健康生活理念。

当日,该院急诊多功能厅,笑声浓浓,助威阵阵,这里正在进行“盲人运水”等游戏,参赛者被蒙着双眼在跌跌撞撞中运水,有的跑到了别组的赛道上,有的摸了半天也找不到水杯,周围的助威者是医院的医务人员、糖友俱乐部的成员和周围社区的市民们。糖尿病并发症是一种常见的

慢性并发症,是由糖尿病病变转变而来,后果相当严重。足部坏疽、肾功能衰竭、眼病(模糊不清、失明)等是糖尿病最常见的并发症,是导致糖尿病患者死亡的主要因素。随着主持人对游戏意义的诠释,大家明白这不是简单的游戏,而是通过体验让大家明白糖尿病并发症是非常可怕的。目前,我国糖尿病的发病率已出现“中青年化”,所以糖尿病并发症重点在于——“防胜于治”,只要在专业医生的指导下及时进行干预,是完全可以预防并延迟并发症的。

随后,专家们给广大糖友进行了健康知识讲座,“糖尿病知识有奖问答”,并邀请中心医院银杏凤凰炫舞团,把热情与欢乐传递给现场的每一个人。

冬季糖友保健常识

养足 防感染勿忘保暖

糖尿病足是最常见的一种糖尿病并发症,进入冬天,天气渐冷,专家指出这是糖尿病足的高发季节,糖友尤其要注意足部护理。

建议糖友首先要特别注意每天对足部进行检查,查看足底皮肤有无红肿、皲裂、水泡、挤压伤、脚癣、抓伤及足趾变形。其次要注意保暖,袜子要吸水性好,透气性好,柔软宽松,最好是纯棉制品;洗脚时注意水温不要过高,避免烫伤。

暖阳 晒晒有益钙吸收

糖尿病患者容易出现骨质疏松等状况,多晒太阳除了能够保暖以外,还能有效促进钙的吸收。

多晒太阳有助于增强糖尿病患者机体免疫力,对疾病的康复很有益,但注意不要暴晒,建议冬天晒太阳在上午10-12时,下午2-4时为宜,每天两次。

进补 远离高蛋白

专家指出,糖尿病患者在这个季节适当科学的进补,不但可以打好营养基础,还能增强机体抵抗能力。

对于一般的补品,糖友其实可以适当进补,而对于海参、蛋白粉等高蛋白、高糖分的补品,建议少吃或者不吃。糖尿病患者进补宜清补,多以蔬菜作为“补品”,可多吃鱼、去皮鸡的鸡、萝卜、黑白木耳、藕、莴苣、花菜、梨、枸杞等。

控糖 饮食清淡 控制饭量

进入冬季,早晚温差大,气温的降低会刺激交感神经,体内儿茶酚胺类物质分泌增加,这会引起糖尿病患者血糖的波动。对于糖友来说,这个季节要特别注意控制饭量和适当增加运动量,在饮食方面,除了少吃饭以外,还要少吃肥肉、内脏等高脂肪、高蛋白的食物。

流脑进入高发季节 专家提醒市民注意预防

本报讯(记者汪辉 通讯员卢伟舟)随着天气逐渐转冷,流脑高发季节即将到来。昨日,市疾控中心发出健康预警,提醒市民注意预防。

市疾控中心专家李锋介绍,流行性脑脊髓膜炎简称流脑,是脑膜炎球菌通过呼吸道传播引起的化脓性脑脊髓膜炎,发病潜伏期为2-10天,平均4天左右。病原菌从鼻咽部侵入血循环,形成败血症,最后局限于脑膜和脊髓膜,形成化脓性脑脊髓膜炎。人感染后大多数表现为鼻咽部带菌状态,只有少数成为流脑患者,主要临床表现为突发性高热、头痛、呕吐、皮肤和黏膜出血点或瘀斑及颈项强直等脑膜刺激征,脑脊液呈化脓性改变。该病是一种常见病、多发病,在《传染病法》中定为乙类传染病。目前,流脑疫苗接种纳入国家免疫规划当中,6岁以下的儿童均可以在我市免费接种流脑疫苗。

为有效预防流脑,除接种疫苗以外,专家提醒市民要养成良好的个人卫生习惯,合理膳食,增加营养,平时多喝水,多吃新鲜蔬菜和水果;根据天气变化,注意防寒保暖,经常通风换气。

加湿器使用不当 可诱发肺部疾病

本报讯(记者王晋晋 通讯员马霖)随着气温的降低,天气越来越干燥,很多市民开始使用“加湿器”保持空气的舒适度。专家提醒,加湿器使用不当可诱发肺部疾病。

“要消灭病原体需要杀菌剂达到一定浓度才能起效,加湿器的水分子不均匀,只是局部浓度过高,起不到房间的杀菌功效。”郑州市医院呼吸内科主任于洪涛表示,加湿器中的杀菌剂、香料、精油等添加剂,对身体非但无益反而有害,这些化学成分中的添加剂经过雾化处理后喷到空气中,会对人体气道产生刺激,对本身有慢性肺病的患者来说,会加重病情,还能诱发哮喘等疾病,特别是对小孩、孕妇等抵抗力差的群体,更是加大疾病发生几率。

该院呼吸内科于洪涛建议,在空气干燥之际,特别容易诱发呼吸道疾病,尤其在气温突降时期,呼吸道黏膜的抵抗力下降,细菌、病毒可乘虚而入,其中,加湿器中附加的化学添加剂挥发出的空气异物也会加重呼吸道的负担,因此,在使用加湿器时应添加清水或温水。同时,要注意房间内通风,加快空气流通,保持空气清新,戒烟限酒,适量运动,科学预防呼吸疾病。

谨防骨关节提前“变老” 护膝从青年做起

人在25岁以后,脑垂体分泌生长激素减少,身体也停止生长,人体的所有器官都会进入一个维持期,并开始走向老化。也就是这个时候,体内的软骨细胞从活跃期进入维持期,进而慢慢老化。而骨关节的退化是一种必然趋势。如果在年轻时不注意保护膝关节,那么骨关节就会提前“变老”,成为骨关节炎的“超级后备军”。

很多人总觉得膝关节疼痛,其实是膝关节周围的肌肉无力,膝关节承重的能力下降。因为随着年龄的增长,骨骼发生变化,膝关节内侧面变窄,膝关节的“咬合”向一侧倾斜,内侧肌肉群需承受更大的压力才能维持膝关节的稳定,时间长了就造成肌肉劳损。

随着年龄的增长,多数中年人的体重也增加了,膝关节对人体的行走等负重的压力有点不堪承受,体重越高,对关节的压力就越大,肥胖是损害关节的一大杀手。因为体重增加了关节的负荷,容易造成膝关节软骨过早磨损退化,加速了膝关节退行性病变的过程。

因此,市颈肩腰腿痛医院关节科专家提醒:保护膝关节要从青年做起,从细节做起:

- 1.要避免长期对膝关节冲击力大的健身运动,如跳绳、篮球、排球等。
- 2.要避免长时间的站立,以减少膝关节的“压力”。
- 3.居住的房间应该向阳、通风,温度和湿度适宜,避免关节受凉。
- 4.座椅的高低应以站起坐下不负重为宜。
- 5.注意饮食营养要全面,防止骨质疏松过早出现。
- 6.肥胖者要将减肥进行到底。

付娟

“膝关节病”千万不能忍

有顾虑的患者可以按特惠体验价先买5盒,每盒节省21元。

在郑州,越来越多的中老年朋友知道远在云南的侯廷翰主任医师以及他专门针对老年退行性骨关节炎研制而成的“仙草骨痛贴”,但凡发现身边有膝关节疼痛,上下楼不敢使劲,下蹲困难,积水肿胀,久坐站起时关节僵硬迈不动步的患者,就推荐其使用这个产品,结果不管病情有多重,只要拿“仙草骨痛贴”往患处贴敷一下,当天病情就能减轻,几天就能大踏步行走……

“仙草骨痛贴”专门针对深层病因研制而成,配方独特,药力强大,强效活性成分能直透皮下骨质,对关节软骨、滑膜、半月板具有极强的营养修复作用,可快速软化骨刺,恢复滑膜的润滑功能,迅速解除关节疼痛。

康复热线:0371-53788105、65157750 免费邮寄,药到付款。 专销地址:郑州市黄河路五院对面神甫大药房

健康关注

登封烧伤男孩康复出院

本报讯(记者丁友明 通讯员潘黎黎)11月10日,一直备受社会关注的登封烧伤男孩郭保保,在郑州人民医院成功接受三次整形治疗后,恢复良好,康复出院。

“要出院了,高兴不高兴啊?”保保开心地把手伸出来让大家看,说:“你们看我的小指头可以伸直了。”接着又调皮地伸出大拇指说:“我好啦!我最棒啦!”一旁保保的奶奶安群秀激动地说:“保保现在可以下床走路了,他的心情也特别好,真是太感谢郑州人民医院的领导 and 医护人员了,医院为我们保保免去所有医疗费用,一日三餐还都由该科护士免费亲自送来,我都不知道该怎样用语言表达我的感激之情,我们家永远都不会忘记你们。”得知保保要出院了,一大早,医护

人员已经把病房装扮一新,为他送上祝福礼物。医院院长助理宋连英还给小保保送去了鲜花和玩具,希望他早日康复和小朋友一起玩耍学习。“小保保是个懂事又招人喜欢的孩子,他在这里住了这么久了,我们都非常喜欢他,要出院了,我们还真有点舍不得!”整形科护士长李洁说。

据了解,郭保保先后在郑州人民医院整形科免费接受三次整形手术。据郑州人民医院整形科副主任王剑介绍,前两次手术主要是腿部和手部的整形。第三次对保保做了左手小指瘢痕挛缩松解植皮术及足趾背瘢痕挛缩松解植皮术,术后保保的左手小指头与无名指分开了,动起来更方便。脚底可以完全着地了,跑的时候脚尖可以扒地,跑得也更快一些。



医务人员为孩子检查手指灵活度