

让“健康体检”真健康

本报记者 周娟 任琳 通讯员 王建明

“母亲节最想送给母亲一份健康体检。”母亲节将至,不少年轻人都表示,健康是最想送给妈妈的礼物,因为只有妈妈健康了,自己才会感到幸福。而每年四五月也是各单位集中组织员工体检的高峰期。

由于工作环境、年龄、饮食习惯等不尽相同,每个人对于健康体检的需求也有所不同,专家提醒,健康体检是一种健康筛查,能使受检者及时发现导致健康问题的风险。一份真正的健康体检需要针对自身情况,选择适合自己的套餐项目。

定期体检很重要

26岁的李女士,在郑州某企业上班已3年多了,作为公司福利的一部分,每年四五月份单位都会组织员工进行体检,可是每次体检,李女士从来没有做完全部检查,她认为,“年轻人最多就是生活不规律,一般没有什么大病病,再说,即使参加完全部体检,那些普通的例行检查也查不出什么问题。”

相对于李女士,单位一些年长的同事同样不重视单位体检,但是却会去掏腰包去选择一些“豪华套餐”。在他们看来,体检就是

要“不差钱儿”,医院级别高,使用设备先进,检查项目多而全,才有用。

由于熬夜,饮食不规律,缺乏锻炼等不良生活习惯,越来越多的年轻人患上脂肪肝、胃癌、高血压等疾病。郑州大学附属郑州中心医院体检科科长常静告诉记者,健康体检是早期发现疾病的好办法,一定要定期进行身体检查,但是过度体检尤其是放射检查也会对人体造成或多或少的危害,在体检中,要避免出现过频、过重、过大等情况。

常静介绍,一般来说,单位组织的例行体检对于多数健康人群已足够,个人只需根据年龄、性别及自身状况的不同,增加个别项目的检查。而那种“豪华套餐”在公立医院是不存在的,公立医院的体检,目的在于提高市民的健康意识,引导市民正确管理自身健康。

个体需求有差异

不同的年龄段身体机能都会发生相应的变化,常静说,体检中心医生会根据每个人的不同情况,进行专项套餐或者单项体检项目的推荐。“不是说越贵的体检就越好,关

键还是要选择适合自己的。”

目前,北京市正在拟定的《健康体检基本项目专家共识》,其中最大的亮点是专家给出了建议选择项目,即针对基本体检中发现的“可疑”问题有针对性地进一步检查,或者对体检前已经存在某些高危隐患的人群提出建议。

“大多数团体体检目前确实缺少针对性,医院专门成立了健康管理中心,推出了个性化体检项目。”常静介绍,针对单位体检,医院推出了体检“三步走”:体检前,举办讲座,为体检者建议检查项目;体检时,在既定费用里,根据情况灵活调整体检项目;体检后,专家筛选分析资料,主动提醒答疑。据悉,医院健康管理中心还经常性地组织“糖友会”、“肝友会”等活动,以俱乐部的形式,针对性地对患者进行知识培训、家庭随访,以保证患者病情能够得到更好的管理。

老人尤须个性化

上了年纪,身体经常会出问题,稍微一疏忽,难免会错过最佳治疗时机。因此,老人更要提高疾病的预防意识,养成定期体检

的习惯,防患于未然。

“正常人体检要保证一年一次,老人的身体机能开始衰退,对于60岁以上且本身就有多项基础疾病的人群来说,最好一年进行两次体检。”常静指出,一次是全面的常规体检,一次是针对性的复查,如果有家族病史的,则最好再进行特定项目的体检。

据统计,超过65岁的老年人当中有80%的患有慢性疾病,如心脏病、糖尿病、关节炎或者抑郁症。而且有半数老人有两种以上慢性疾病。老人及其子女一定要将老人的身体情况详细地和医生说明,选择针对性的检查项目,及早及时地控制可能存在的隐患。

值得注意的是,有癌症家族史等危险因素者,体检时一定要有所侧重,重点检查,方能及早发现癌症。如有结、直肠癌家族史,家族性多发性结肠腺瘤,多发性结、直肠息肉等病史的高危人群,结、直肠镜等检查最好每1~2年做一次。

体检过程中有问题及时与体检医生联系,应积极配合医生的各项检查,不要自动放弃某些体检项目;体检过程中不要擅自更改体检项目,也不要遗漏任何一项检查。

多个学术会议在郑州举行

近日,多个不同主题的医疗学术会议或论坛在我市召开,为我市医药卫生界带来不少国际前沿的新技术和新动态。

国际小儿尿控学术会议

本报讯(记者 赵佳 通讯员 曹咏 吴静)由郑大一附院主办的小儿尿控国际盛会——2013国际小儿尿控协会(ICCS)继续教育学习班及学术会议日前在我市召开。来自美国、加拿大、丹麦等十多个国家和地区的小儿尿控专业顶级专家汇聚绿城,论剑小儿尿控疑难杂症。

据了解,国际小儿尿控协会(ICCS)是一个非官方由小儿泌尿、肛肠、神经、护理、理疗和康复等世界知名专家和学者组成的国际学术组织。会议由ICCS现任主席、美国哈佛大学医学院波士顿儿童医院神经泌尿外科主任斯图尔特·鲍尔教授和郑大一附院院长阙程教授共同担任大会名誉主席,郑大一附院副院长文建国教授担任大会主席,郑州市儿童医院协助。

学术会议上,美国爱思·弗朗哥教授等11位国际权威专家进行主题演讲。文建国教授重点介绍了中国大陆儿童膀胱功能发育特点及诊断评估儿童膀胱功能异常的新技术和新进展。

神经肿瘤国际高峰论坛

本报讯(记者 赵佳 通讯员 王文龙)近日,2013河南神经肿瘤国际高峰论坛暨河南省第五届神经肿瘤学会在省肿瘤医院举行。

本次论坛由省抗瘤协会神经肿瘤专业委员会、省肿瘤医院神经外科、省肿瘤医院头部伽马刀中心主办,论坛邀请了国内外100余名专家学者参加。

我省作为人口大省,也是肿瘤高发省份,根据去年全国肿瘤登记年报显示,我省恶性肿瘤发病率为每年25万人发病,死亡15万,神经系统恶性肿瘤发病率为十万分之四到十万分之六,严重威胁着我省人民的健康。该高峰论坛的举办,对于推动我省肿瘤防治工作的开展,提升我省神经肿瘤诊治水平有着积极意义。

无痛医院建设论坛

本报讯(记者 汪辉 通讯员 郜继恩 侯琛)5月4日,市医师协会第二届麻醉专业委员会换届大会及无痛医院建设论坛在郑州大学附属郑州中心医院举行。华中科技大学同济医学院附属协和医院副院长姚尚龙、中华医学会麻醉学分会常务委员徐建国、广东省医学会麻醉学分会副主任委员杨承祥等专家聚郑把脉无痛医疗。

疼痛是继呼吸、脉搏、血压、体温之后的第五大生命体征。诊疗中疼痛目前越来越受到重视和关注。近几年来,“无痛医院”项目在一些医院逐渐探索建立。新当选的主任委员郑州中心医院副院长李保林表示,疼痛医学不仅局限在麻醉科、疼痛科,需要多科室协作,是多学科共同发展的成果。

郑州中心医院麻醉科是集临床麻醉、急救复苏、重症监护为一体的综合性的一级临床科室,不但承担了全院所有手术的麻醉工作,而且积极参与全院危重患者的抢救工作。

小儿眼科新发展高端论坛

本报讯(记者 周娟 通讯员 陈燕)近日,由郑州市第二人民医院和《中国斜视与小儿眼科杂志》联合举办的小儿眼科新发展趋势高端论坛在我市举行。来自美国哈佛大学医学院、北京协和医院、解放军总医院、上海复旦大学附属医院等国内外顶尖眼科专家汇聚郑州,就小儿眼科的最新发展趋势等内容进行了深入交流。

论坛上,与会专家围绕弱视发病机理新进展、儿童眼部整形新技术、小儿神经眼疾病治疗等学术前沿课题做了专题演讲。论坛还通过手术视频解析、论文交流等不同形式,使与会代表对小儿眼科的最新动态和发展趋势,儿童眼病的最新技术操作等有了更进一步的了解。

胸腰椎治疗新进展研讨会

本报讯(记者 周娟 通讯员 李晖)近日,由市医师协会骨科分会主办,河南大学附属郑州市骨科医院承办的郑州市医师协会第二次学术会议暨胸腰椎骨折治疗新进展研讨会召开。

研讨会邀请到了美国脊柱外科理事会理事Steven Kirshner教授、河南省人民医院骨科高延征教授、郑州大学第一附属医院骨科王卫东教授、河南大学附属郑州市骨科医院副院长梅伟等国内外著名专家授课,来自全省各地市200多名骨科专家参加会议。

会议就胸腰椎骨折的临床分型、手术治疗、并发症等新理论、新技术展开深入的交流、讨论。此外,Steven Kirshner教授就脊柱融合、非融合技术进行了影像下怎样确认钛金属椎间融合器的骨性融合、dynesys的应用新趋势的精彩演讲。

国家妇产科高级培训班

本报讯(记者 周娟 通讯员 卜春梅)由市妇幼保健院承办的国家妇产科新理论、新技术暨生殖保健适宜技术高级培训班日前在我市召开,来自省内外200多名学员参加了培训。

培训班邀请北大人民医院妇产科主任、中华医学会妇产科学会副主任委员魏丽慧和北医三院产科主任、教授王妍等妇产科、儿科权威专家前来授课。培训班围绕宫颈预防进展与挑战、产科质量改善与危重症处理新技术、促进自然分娩新理念等方面进行了交流学习。

健康资讯

国家H7N9疫情督导组来我市检查

本报讯(记者 汪辉 通讯员 秦川 黄增)近日,由中国动物疫病预防控制中心主任才学鹏、中国疾病预防控制中心副主任刘剑君等6人组成的国家人感染H7N9禽流感疫情联防联控督导组,到河南省传染病医院(郑州市第六人民医院)检查指导人感染H7N9禽流感疫情防控工作。

督导组一行先后查看了该院预检分诊工作开展、发热门诊设置和运行情况,询问了发热病人接诊流程、人员的配备、疫情报告、应急物资供应储备、定点收治病区隔离病房准备、流感监测采样及运送等工作开展情况。

督导组对该院防控人感染H7N9禽流感疫情应对措施给予了充分肯定,特别是重症医学科建设符合院内感染控制规范要求。督导组指出,要继续加强预检分诊工作,规范接诊流程,及时发现不明原因肺炎病人,及时采样送检。发挥好发热门诊的作用,做到早发现、早报告、早诊断、早隔离、早治疗。继续加强院内感染控制,做好医务人员个人防护,防止院内交叉感染发生。持续做好医务人员培训和群众的健康宣教工作,倡导健康行为,提高防控意识。

省人民医院成功救治复杂泌尿畸形患儿

本报讯(记者 赵佳 通讯员 高歌)近日,省人民医院成功救治一例罕见复杂消化泌尿系畸形患儿,为其解除了排尿困扰。

患儿是个一岁多的男孩,出生后不久,其家人发现孩子尿液浑浊不堪,后意识到混浊有粪便。家人带着孩子慕名找到省人民医院小儿外科主任张书峰教授。“孩子的情况已非常严重,尽管肛门外观正常,但尿液中混杂有粪便,粪便中的细菌沿泌尿道上行,引起泌尿系感染。”张书峰说,经剖腹探查,发现孩子的消化道、泌尿道畸形,远端回肠、全结肠(包括阑尾)和膀胱均重复,形成了双膀胱、双直肠,导致孩子尿液中带有粪便。日前,张书峰带领团队成功为孩子实施了肠重复畸形术。

张书峰提醒家长,肠重复畸形术前诊断不易,一旦发现孩子泌尿系统有问题,一定要做到早期诊断和干预治疗,以便改善预后。

郑大四附院完成经桡动脉途径心脑血管介入术

本报讯(记者 赵佳 通讯员 袁方)郑大四附院介入科日前完成了一例经桡动脉途径心脑血管介入术。

67岁的患者黄女士,患高血压、冠心病十余年。近日来,患者出现不能言语伴四肢无力,每次持续时间1小时左右。行颅脑CT检查提示为“脑梗塞”,输液、打针一个疗程后仍犯病,且出现冠心病的症状。日前,家属带患者到郑大四附院求诊。

考虑患者脑血管、心脏血管均有问题,该院介入科主任史沛决定走桡动脉途径,为患者实施经桡动脉途径行冠状动脉支架植入术+推动脉支架植入术治疗。术后,患者症状立即缓解,顺利出院。

市七院为两月大重症先心儿“修心”

本报讯(记者 任琳 通讯员 荣文翰 张磊磊)近日,郑州市第七人民医院心外科成功为一例两月大婴儿实施了法洛四联症矫治术。

患儿毛毛,出生后发现口唇严重紫绀,听诊发现心脏杂音,通过心脏彩超显示患有“先天性心脏病、法洛氏四联症”,由于年龄小、体重轻,未能治疗,后到市七院心外科一病区治疗。该病区主任陈红卫检查后发现,患儿不仅患有先天性心脏病,法洛氏四联症,且合并严重肺炎,心功能差,肺动脉发育差,手术风险大大增加,稍有不慎即有生命危险。经术前精心准备,陈红卫日前为该婴儿成功实施了法洛四联症根治术。术后,患儿恢复良好。

陈红卫介绍,法洛氏四联症是小儿常见先天性心脏病,超低年龄及超低体重患儿的手术矫治对术者的综合素质有更高的要求,一旦发现要尽早到正规医院接受治疗。

“五四”青年节 医务人员用行动传承“五四”精神



为纪念“五四”青年节,进一步展示卫生系统青年职工激情担当的精神面貌,我市部分医院日前举行志愿者义诊、演讲比赛、“送水暖心”等活动,专家、志愿者走上街头,以各种各样的方式服务社会、奉献爱心,以自己的行动彰显着“五四”精神。

①郑州人民医院青年志愿者日前到郑医颐和医院建筑工地开展“送水暖心”活动。张浩 摄

②4月30日,市七院举行了志愿者义诊活动,并宣传了H7N9禽流感预防知识。丁友明 摄

③近日,省中医院组织专家深入社区为群众提供健康咨询和义诊,宣传普及中医药防病治病知识。廉万营 摄

④市九院日前举办“青春梦九院情”学习十八大精神暨庆祝“五四”青年节演讲比赛。董翠华 摄



《职业病防治法》普法宣传周启动

本报讯(记者 汪辉 通讯员 王伟鸣 贾艳艳)近日,由省卫生厅主办,郑州市卫生局承办的“2013年《职业病防治法》宣传周活动”在绿城广场启动。

4月25日~5月1日是全国《职业病防治法》宣传周,今年的宣传主题是“防治职业病,幸福千万家”。宣传对象主要针对用人单位和劳动者,特别是对中小微企业负责人和农民工开展《职业病防治法》等法律法规和职业病防治知识的宣传教育。通过宣传活动的开展,深入贯彻《职业病防治法》,普及职业病防治知识,提高用人单位和劳动者职业病防治法律意识,维护劳动者职业健康权益。

当日,市卫生局、市职业病防治所以及用人单位纷纷设立了宣传咨询台,向过往市民宣传介绍有关职业病防治方面的基本常识。据悉,活动期间市职业病防治所共派出宣传人员50余人次,出动宣传车辆10余台次,悬挂横幅三条,制作展板六块,发放各类宣传材料1200余份,现场体检700余人次;现场参与群众1300余人次,接受咨询1200余人次。



市职业病防治所专家为市民提供职业病防治知识咨询服务。本报记者 丁友明 摄