

全民防暑进行时

本报记者 周娟 通讯员 徐淑玲 王红专 路瑞娜

连日来,我国多地出现35℃以上持续高温天气,拉响高温红色或橙色警报,酷暑让大家直呼“吃不消”。在郑州,高温记录也不断被刷新。在这种天气下,医院里时常接诊一些中暑患者。“热射病”这一医学术语日前也不断出现在新闻报道中。专家提醒,“热射病”通常发生在夏季温度高、同时环境湿度也很大的天气。如果高温下有人昏迷,应立即将昏迷人员抬放至通风阴凉处,浇凉水以降低昏迷者的体温,随后要持续监测体温变化,高烧40℃左右持续不下的,要马上送至有经验的医院进行液体复苏治疗,千万不可以以为是普通中暑而小视,耽误治疗时间。

中暑不可小觑

“头晕、乏力、恶心……”上周,23岁的郑州某广告公司小王,在公交站牌等车时,差点晕倒,朋友及时将她送到附近医院,诊断为中暑。据悉,连续多日的高温,很多人如小王一样“中招”。

记者从郑州市紧急医疗救援中心了解到,最近,该中心不断接诊中暑患者。市中医院急诊科主任李鸣明介绍,重症中暑分为“热痉挛”、“热衰竭”、“热射病”三类,“热射病”是其中最严重的一类。在高温天气下,持续闷热导致皮肤散热功能下降,汗液难以排出,体内热量不能及时散发,热量聚集在脏器及肌肉组织,患者体内水分缺失引发多脏器衰竭。

“患者主要表现为高热、昏迷、意识障碍等症状,体温最高时可达41摄氏度以上。”李鸣明告诉记者,高温天气引发中暑后,如出现头晕、肌肉痉挛等症状,应及时就医,警惕进一步发展为“热射病”。

专家指出,热射病的死亡率高达50%以上,早期救治非常关键。人们发现“热射病”患者,可先行为其补充水分,并抬至阴凉处平躺,解开衣服,使其体内温度及时散发出去。同时拨打120等待救治。

年轻人频中招

郑州市紧急医疗救援中心相关负责人介

绍,根据数据分析,中暑的人群以年轻人居多。对于这一现象,该负责人介绍,过去中暑人群主要集中在老年人,但现在则以中青年人为主。究其原因,这主要跟现在老人和儿童在天气变化大时注意防范有关,反而是长时间在户外工作的中青年疏于防范,屡屡中暑。

另外,年轻人过度依赖空调,疏于锻炼,导致体质偏弱,在高温天气更容易“中招”。

专家提醒,如果长时间在高温的户外暴晒,或是睡眠不足、过度疲劳的人就很容易中暑。中暑时,通常表现为头晕、头痛、乏力、口干、心悸、眼花、恶心、呕吐等症状,大多数病人体温升高,甚至高达40多摄氏度。严重者还会出现肌肉颤动,甚至发生意识障碍、昏迷等。特别提醒有慢性心血管、肝肾疾病和身体虚弱的人,最好避开高温作业。出现严重中暑的状况后应保持镇定,先做好一定的急救措施或尽快将患者送往医院进一步治疗。

室内也须注意

人们都知道,夏天在阳光下暴晒有可能发生中暑。其实,即使在室内没出门暴晒,也没有过于劳累,仍然可能发生重度中暑,特别是年老体弱的人,长期处于闷热环境中,还有可能得“热射病”。

郑州市紧急医疗救援中心专家提醒,千万不要走进一个误区,不是只有长期在太阳下暴晒的体力劳动者才会患“热射病”,年老体弱的

城市居民,长期处于闷热的环境中,也有患此病的可能。理论上年龄超过50周岁,患“热射病”后死亡率可达到70%以上,而且“热射病”引发昏迷后,8小时内无法苏醒的病人,情况就不容乐观。

一般来说,在高温或者高温环境下待得比较久,人的体温调节易出现障碍。一旦热量难以散出人体,就会出现四肢痉挛,血压下降,恶心呕吐等中暑症状。专家建议,在最热的时段适当使用空调还是必要的,温度不要太低,风速调到最低档即可。

热射病主要由高温环境引起,长时间暴晒在高温环境下很容易引起热射病,但要注意的,温度不是很高,但是湿度大也会引起中暑。因为人体主要通过出汗来散热,外在环境的湿度过大会影响人体排汗,容易导致中暑。

值得一提的是,在家里和办公室要注意通风降温。空调房如果窗户紧闭,通风条件差,而且室内的人比较多,也可能发生中暑情况。同时,室内的温度也不要调得太低,室内外温差大,人的耐热性会降低。温差超过5摄氏度,人从空调房出去更容易中暑。一般认为,空调设定到26~28摄氏度比较合适。

此外,喝水应该“量出而入”,根据自己出汗量来决定补充多少水分,同时,喝水不忘补充盐分。人通过排汗来散热,而汗水会带走体内大量的盐分。可以在一升的水里加半匙盐,补充体内流失的盐分。



世界尖端宝石 CT 落户市一院

本报讯(记者 赵佳 通讯员 陈建平 楚哲)8月3日,全球领先的宝石500CT在郑州市第一人民医院正式开机运行。

据了解,宝石CT除了分辨率高、功能全、辐射小、检查费用低等优点外,还可检出早期肿瘤,将危险消除在萌芽中。目前,全国只有少数医院拥有,而我省仅有5台。

专家介绍,宝石CT是多维成像,不仅能够早期发现与诊断常规CT不能发现或难以诊断的小病灶,还能对病灶进行定性和定量分析,使医生能够早期对肿瘤作出定量、定性诊断,使更多的肿瘤患者能够在最佳治疗时机获得救治。

同时,和普通CT相比,宝石CT被称为“绿色CT”,它可显著降低照射剂量,最大程度保护患者的健康,是目前照射剂量最低的CT之一。其常规扫描就可以把照射剂量降低50%左右,冠状动脉检查剂量甚至可以降低90%以上,从根本上保证了全程低辐射、低剂量成像,极大提高了CT检查以及患者的安全性,老人和儿童均可放心使用。

百余名疑难眼底病患者重见光明

本报讯(记者 周娟 通讯员 陈燕 尹歌)昨日,记者从市二院获悉,国内著名眼底病专家刘文教授加盟该院后,仅70天时间,就完成了复杂疑难眼底疾病百余台手术。

据该院眼科专家陈鹏介绍,眼底病是可致盲的眼部高发疾病,在我国与白内障、青光眼并称致盲三大杀手,且眼底病对视力的损害是无法恢复的,如不及时治疗,最终将致盲甚至摘除眼球。以往得了复杂疑难眼底病的患者只能选择远赴京沪等地进行治疗。

今年5月,中山大学中山眼科中心教授刘文正式加盟市二院,任该院副院长。刘文主要从事玻璃体视网膜疾病的诊治研究,擅长各种复杂眼底病的手术治疗。在国内眼科学界有着较高的知名度,个人专著《视网膜脱离显微手术学》是进修学习眼底的外科医生教科书。“刘文教授加盟市二院,不仅解决了大量原本在省内无法治疗的疑难眼病,也为我省复杂疑难眼底病患者省去了车马劳顿。”陈鹏表示,刘文扎根郑州,还弥补了河南眼科学界眼底病的研究与治疗的“短板”,极大提升我省眼科水平和在全国眼科学界的地位。

刘文表示,为让更多患者受益,全面提升市二院眼科医务人员技术水平,除门诊、手术外,他将让每个眼底病专业医生,轮流跟他进修1-2个月。

省人民医院糖尿病教育学院开课

本报讯(记者 汪辉 通讯员 邢永田)8月3日,省人民医院开辟的新的糖尿病教育模式——糖尿病教育学院开课,近60名糖尿病患者前来参加由专家讲坛、自助餐饮食指导、并发症体验三个单元组成的教育课堂。

在当天的专家讲坛单元上,专家们从糖尿病教育、饮食、运动、药物治疗、血糖监测五个方面与糖友们全面沟通和交流。在自助餐饮食指导单元,让学员自主挑选膳食,然后由多位专业营养师逐个指导、点评,让糖友们享受美味的同时收获理想血糖。糖尿病并发症是严重影响糖友们寿命及生活质量的关键。在并发症体验单元,医生通过图片、模具、游戏等,增强对糖尿病防治的认识。此外,糖尿病教育专家们还和糖友们一起做操、跑步、跳舞,分享糖尿病防治方面的多种小常识,开展丰富多彩的高教于乐活动。

我省首家脊柱畸形研究所成立

本报讯(记者 汪辉 通讯员 曹咏)日前,郑州大学依托郑州大学第一附属医院成立了河南省首家脊柱畸形研究所,该院骨科副主任夏磊教授任所长。

据悉,该所是国内为数不多的以研究脊柱畸形为主的机构,宗旨是普及脊柱畸形防治的基本知识,研究脊柱畸形的发生原因和发展规律,逐步建立由省、市、县、乡、医疗卫生组织共同参与的职责明确、分工合理、运转规范、覆盖全省的脊柱畸形防控网络。同时,不断吸取国内外先进经验,探索贯穿预防、诊断、治疗、随访各环节的可持续发展的三级转诊模式,在早期发现的基础上,正确、规范治疗,把畸形控制在可控范围内,并坚持长期随访。适时组织召开各种形式的学术活动,促进省内外、国内外脊柱畸形防治的学术交流,提升和扩大我省脊柱畸形防控水平及影响。

葡萄皮降血压还防癌

本报讯(记者 汪辉 通讯员 郭晓阳)夏季来临,葡萄大量上市,深受市民欢迎。但对于有涩味的葡萄皮,大多数人习惯性地把它吐掉。专家表示,葡萄皮能降血压、降血脂,还具有防癌功效。

郑州人民医院和医院肿瘤内科主任郭彦伟介绍,葡萄皮中含有大量花青素,具有很强的抗氧化、抗突变功能,能够有效抑制自发性基因突变和脂质过氧化,调节机体免疫功能,进而抑制肿瘤的发生。葡萄皮中含有的化学物质白藜芦醇,比葡萄肉和籽中的含量更为丰富,能够防止正常细胞癌变,并可以降低血脂、预防动脉硬化等。郭彦伟建议,在吃葡萄的时候,最好是带皮食用。近年来的研究也表明,多吃蔬菜水果对预防癌症具有明显功效,市民在均衡饮食的同时,要多食瓜果蔬菜。



郑州中心医院 切除巨型肿瘤

本报讯(记者 汪辉 通讯员 王建国 宋飞)郑州大学附属郑州中心医院成功为一名患者切除其甲状腺内长达17厘米肿块。在临床上,如此巨大的甲状腺肿瘤实属罕见。

3个月前,76岁的王大爷感觉饭后上腹部胀痛,时而绞痛,每天只能吃下一小碗稀饭,体重竟递减了30公斤。在当地医院检查,发现他的甲状腺有一个巨大肿瘤,几乎占据了整个胸腔。经介绍来到郑州中心医院,诊断为左侧胸骨后巨大甲状腺肿合并甲状腺功能亢进。

该院多个科室进行会诊后,制定了科学的手术方案。在麻醉科及手术室密切协作、大外科首席专家高峰和乳腺外科主任医师吕晶、主治医师黄清丰密切配合,历时近5个小时,成功实施了左侧胸骨后巨大甲状腺肿切除手术。术后,患者顺利恢复。

郑州七院 成功救治腰椎爆裂患者

本报讯(记者 汪辉 通讯员 荣文翰 杨慧 连纪云)近日,郑州市第七人民医院骨科运用伤椎置钉技术成功实施了腰椎骨折切开复位椎管减压内固定术。

在手术中,23岁的小张不慎从高空坠落,致使腰1椎体爆裂性骨折,伴随后缘骨折块突入椎管,压迫硬脊膜。该院骨科三病区主任高明堂检查后认为,患者有下肢神经症状,致瘫风险较高,立即为其急诊手术。历时两小时,手术顺利结束。目前,患者恢复良好。

高明堂介绍,胸腰椎爆裂骨折常多采用间接复位法进行固定,但椎体高度恢复及后凸畸形矫正满意度较低,术后椎体高度丢失致恢复不理想。而伤椎置钉技术的优势在于直接的推顶作用并压缩后柱的方法不仅复位直接,也符合延长前柱、缩短后柱的复位机制,更符合生物力学,利于复位椎体高度的维持,术后稳定性更强,恢复更好。

郑大五附院 救治罕见上臂静脉畸形患儿

本报讯(记者 汪辉 通讯员 田荣 安乾)近日,郑大五附院成功救治一名罕见复杂性上臂静脉畸形患儿。

患儿为10岁女孩,出生时右上臂即发现突起血管团,两个月前,血管团增长速度加快,并开始出现上臂疼痛,无法正常生活。母亲带着她辗转于省内多家医院,经病友介绍,日前来到郑大五附院血管外科。

该院主任医师、河南省血管外科学组主委王兵教授判断患儿为上臂血管畸形。经磁共振等检查发现血管畸形范围巨大,整个右上臂都已被侵犯,不仅皮下累及广泛,且已侵犯小臂肌群前侧肌群,如不尽快治疗,患儿将会出现前臂的功能障碍直至致残。入院第二天,王兵教授成功为患儿实施了手术治疗,不仅完全切除了畸形的静脉团块,而且保留了重要的神经,患儿术后上肢感觉及运动均正常。王兵教授介绍,肢体静脉畸形是一种罕见的疾病。该疾病虽属良性,但呈恶性增长趋势,致残率高。早期诊断、早期合理治疗是提高患者预后和生活质量的关键。

八一慰问 鱼水情深



- ① 近日,郑医颐和医院前往空军某师慰问。 常慧摄
- ② 市疾控中心日前到武警河南总队郑州支队开展军民共建活动。 安迪摄
- ③ 近日,市口腔医院召开“八一”座谈会。 李庆芳摄



专家组联合评估二七区消除麻疹工作



本报讯 近日,国家和世界卫生组织联合评估中国消除麻疹进展工作专家组,对二七区的消除麻疹工作进行了联合评估。

联合国儿童基金会官员 Robert Kazaala、世界卫生组织西太区官员 WANG Xiaojun、中国疾控中心免疫中心副主任罗会明等一行5人走访了辖区郑州大学第三附属医院、五里堡社区卫生服务中心、小天鹅幼儿园和二七区疾控中心,了解了各单位麻疹防控工作开展情况,就医院麻疹防控、预防接种工作、入托查验接种证及麻疹病例流行病学调查、麻疹疫苗查漏补种等进行了充分交流。Robert Kazaala表示,作为有可能被人类消除的第三种传染病——麻疹,世界各地都在积极采取措施。其中,西太平洋地区消除麻疹的工作走在前列,而中国是西太平洋地区消除麻疹的关键。通过走访这些基层单位,他对我市甚至全省的工作充满信心。(吕红英 文/图)



近日,市儿童医院举办职工瑜伽培训班,为职工释放压力,缓解疲惫。 刘妍摄