

科学补碘 健康相伴

本报记者 王治 汪辉 通讯员 刘璐 阎清涛

据相关资料显示,近年来部分沿海地区及大城市出现合格碘盐食用率下降、孕妇等重点人群碘营养偏低的情况。为了普及民众对“碘缺乏病”的认识,特设“防治碘缺乏病日”,以此大力宣传,提高民众保健意识。今年的5月15日是“防治碘缺乏病日”,此次主题为“科学补碘,重在生命最初1000天”。

碘缺乏危害严重

市疾病预防控制中心副主任魏建军介绍,碘缺乏病是由于自然环境碘缺乏造成机体碘营养不良所表现的一组有关疾病的总称。它包括地方性甲状腺肿(俗称“粗脖子病”)、克汀病和亚克汀病、单纯性聋哑、智力落后、胎儿流产、早产、死产和先天畸形等。

其中最重要的是影响胎儿发育,导致儿童智力落后和体格发育迟滞或永久性障碍。碘缺乏最主要的受害者是妇女和儿童。它是影响优生优育、提高人口素质的最广泛、最实质性的问题。

如果长期摄入碘不足,可引起甲状腺合成减少。甲状腺素对婴儿期及小儿早期的影响最明显,此时期内小儿的体格发育、骨骼生长、骨骼的成熟、牙齿的萌出发育均需要甲状腺素参与。出生以后60%~70%的脑组织发育在两岁内完成,如果这时甲状腺素合成减少,就会影响脑的发育,引起智力低下。

在缺碘的地区(如我国的青海、新疆、云南等地),孕期母亲缺碘,供给胎儿的碘不足,结

果在胎儿期甲状腺素合成不足,严重影响胎儿中枢神经系统发育,尤其是大脑的发育,生下的小儿患有先天性甲状腺功能减退症,生后不久即表现智能显著低下、听力障碍、运动障碍、皮肤水肿等。

科学补碘是关键

碘对人体生命活动有十分重要的意义。郑州人民医院内分泌科主任董其娟表示,碘是人体必需的微量元素之一,成人每天需碘量为100~150微克。碘少了不好,碘多了也不好,所以说碘是把“双刃剑”,一定要科学补碘。

市疾控中心专家介绍,人体在碘的摄入量低于每日40微克时,将产生一系列的碘缺乏危害。人体在不同发育时期对碘的生理需要量是不同的,其中3岁以上及成人150微克/天,孕妇及哺乳期妇女200微克/天,3岁以下儿童95微克/天最为合理。

“并不是说缺碘不好,碘多了就没问题。”董其娟说,甲状腺疾病发病率全世界都在增高,在我国尤为明显,现在大家都在有意识地补充碘盐,缺碘的已经不多,但目前那么多甲状腺疾病,跟碘超标也不无关系。董其娟解释说,我们地区的临床状况显示,现在的主要矛盾是碘超标,碘超标甲状腺同样会得病,因为碘是甲状腺激素合成的原料,再给原料就等于火上浇油。这也就是甲亢、甲状腺结节等类似患者不能吃含碘食物的原因。

董其娟特别告诫市民,如果缺碘可以适当吃点海产品,注意补碘,但当下情况切忌盲目补碘,尤其是有甲亢家族史的人,一定要遵医嘱补碘。补碘不当往往会导致甲状腺疾病发病率增加,这是临床最深切的体会。

碘盐辨别有窍门

那么到底该如何补碘呢?专家表示,食用加碘盐是预防碘缺乏病最经济有效的方法,同时,加碘盐的辨别和选择尤为关键。

首先,必须了解碘盐标志的含义,把碘的化学符号英文小写字母“i”形象为健康人,体内有碘字,外面的正方形为盐的晶体结构,对角上印着“食”“盐”字样。激光防伪标志上的人体图形周边闪烁着霓虹,正方形底部有一弧形彩色闪光点。

记者在采访中发现,大多数市民对如何识别真假碘盐并不清楚。相关专家指出,家庭检查真假碘盐可以先从食盐的外包装着手。我国实行食盐专营,经盐业管理部门认可的合格碘盐,对外包装材料有严格的要求,包装上的说明和标识十分明显,字迹完整清楚。实在难以辨认,可以去找疾病控制部门解决。

此外,专家特别强调,对甲状腺功能亢进患者、甲状腺炎患者等少数人不宜食用碘盐,生活在高碘地区的居民,因治疗疾病,不宜食用碘盐的,可到当地盐业公司购买非碘食盐。

医讯速递

中国胃食管反流病友会成立

本报讯(记者 汪辉 王治 实习生 马静)近日,“中国胃食管反流病友会”在郑州陇海医院成立。

胃食管反流病友会由郑大一附院、郑大四附院、郑州陇海医院、鹤壁爱民医院联合发起,旨在聚集国内外胃食管反流病领域知名专家,共同为患者答疑解惑,帮助患者了解胃食管反流

病领域的科学诊疗技术。大会选举国际血管外科专家、国内胃食管反流病微创治疗创始人、中科院汪忠镐院士为病友会常务理事。

胃食管反流病友会的成立,将为全国胃食管反流病患者提供沟通交流平台,并将进一步推动胃食管反流多学科综合协作诊疗体系的构建。

省内实施首例3D打印复杂脊柱术

本报讯(记者 汪辉 王治)在3D打印辅助下,市骨科医院近日成功实施了一例复杂脊柱手术,这在省内尚属首例。

据了解,28岁的患者闫某,因患严重的先天畸形,双腿不能站立、行走,左手不能持物。经检查发现,其颈椎与第三颈椎先天融合,导致寰枢椎脱位压迫后方颈髓神经。若不果断处理或术中稍有不慎,患者将四肢瘫痪,或因呼吸麻痹而失去生命。面对如此棘手的疾病,市骨

科医院成立了以副院长梅伟为首,脊柱二科主任潘玉林、副主任郭小伟及科室相关工作人员的治疗小组,经反复会诊讨论制定了手术计划,并利用3D打印技术解决了复杂的手术需要。

据梅伟介绍,3D打印技术提前将患者的骨科数据传入电脑,经数据转换后,经先进的3D打印机完成骨骼的1:1打印模型。这样进行手术时,手术医生可在术前进行预演。术后,患者症状已有显著改善。

郑大五附院 我省唯一受邀参与欧盟颅脑创伤研究

本报讯(记者 汪辉 王治 通讯员 周少龙 王凯)近日,第七届中国颅脑创伤论坛暨欧盟颅脑创伤研究中国项目在昆明启动,此次共邀请全国40家医院参加,郑大五附院是我省唯一一家受邀参与该研究的医院。该院神经外科博士生导师王新军教授出席启动仪式,并接受了欧盟颅脑创伤研究项目首席科学家Andrew Maas亲自授牌。

颅脑创伤研究项目是迄今为止国际范围内最大的颅脑创伤研究计划。该计划包括20余个工作包,通过6年左右的颅脑创伤研究,提高颅脑创伤患者的救治水平,将整合最新的技术和智力资源,联合世界范围内优秀颅脑创伤专家,在患者及人群层面提高疗效。

该院目前颅脑创伤救治是多学科共同参与,实行急诊科、神经外科、重症医学科等科室的综合治疗。通过规范化治疗,救治的颅脑创伤患者死亡率及致残率呈现逐步下降趋势。



近日,郑州市第九人民医院成功为一位78岁老人开展了内镜下经皮胃造瘘手术,手术历时仅30分钟。图为该院医生为病人做护理。 丁友明 摄



“妈妈,我其实可以变成小天鹅”

本报记者 汪辉 王治 通讯员 卢亚敏

近期一则“兔唇宝宝被弃荒野10天10夜奇迹生还”的新闻引起大家的关注。其实,在郑州人民医院也有一群这样的孩子。

佳佳,是一名来自许昌福利院的唇腭裂弃婴。半年内,她在郑州医院接受了两次有难度的唇腭裂修复手术,现在,她的外形已与正常孩子无太大差别。同期,和佳佳情况相似的还有男孩阳阳、女孩琪琪等,他们都是先天唇腭裂被遗弃儿童,均来自许昌福利院。

为了庆祝这些小朋友康复出院,昨日,郑州人民医院联合许昌福利院举行“欢送小朋友康复出院”活动。记者在郑州人民医院PICU(儿童重症监护病房)的爱心病房见到了他们。



郑州人民医院救治的唇腭裂患儿昨日出院。 丁友明 摄

治疗:唇腭裂手术完全可治愈

在郑州人民医院的爱心病房,有很多个因为唇腭裂被遗弃的孩子,他们来自河南省各地市的福利院。

据郑州人民医院PICU护士长单丹丹介绍,这里每年从福利院收治的被遗弃唇腭裂儿童在40名左右。而口腔科副主任苏智勇介绍,他每年要为近200个唇腭裂孩子进行手术,也就是说有大概五分之一的唇腭裂儿童被父母遗弃,他们多数来自

农村。据苏智勇介绍,先天性唇腭裂是我国最常见的先天畸形。唇裂通过手术可以进行修补治疗,通过精细的整复手术不但可以纠正畸形,使孩子的面部以正常的方式生长发育,并且可以保证孩子正常的心理发育。

苏智勇说,唇腭裂孩子的最佳手术时间是新生儿出生48小时内,此时孩子免疫及痛觉系统不完善,术后瘢痕小,不容易留下疤痕,手术也不需要全麻,安全系数高,

尽早手术,封闭裂隙,可恢复面容美观,减轻家长的心理负担。如错过此时机,就要等孩子3个月以后唇裂修复手术治疗。腭裂手术一般在孩子1岁左右进行,即孩子体重和各项检查符合标准并且没有其他异常的情况下就可以住院手术。

爱心:慈善项目共同关注

郑州人民医院关于唇腭裂的慈善救助项目有两个,一个是“微笑列车”,一个是“明天计划”。

据了解,“微笑列车”是美籍华人王嘉廉于1999年在美国发起并正式注册的非盈利性慈善组织。该项目的救助范围是:3个月至40周岁的贫困唇腭裂患者,减免第一次手术以及需要二次修复的手术费用。2003年,郑州人民医院被列为“微笑列车”定点医院,至今该院已成功为近千例唇腭裂患者申请此项目,并实施手术。

“明天计划”是“孤残儿童手术康复明天计划”,由民政部于2004年5月启动,是针对因为身体有残疾和各种疾病被父母遗弃、被福利院收养的儿童,用福利彩票募集的资金为具有手术适应症的残疾孤儿实施手术矫治和康复。

据悉,郑州人民医院“明天计划”项目每年救治近200名福利院被遗弃儿童,截至目前共计救治约800名福利院被遗弃儿童。

健康提醒

杨柳絮漫天飞 过敏体质要防护

本报记者 汪辉 王治

没有地下停车场,车在外面停了一夜,早上车成了“翻毛皮”。满车的柳絮,人穿行于漫天飞舞的“云絮”间却和浪漫无关。专家提醒,杨柳絮危害并不大,但过敏体质的市民却要格外注意。记者近日走访了市第三人民医院的多个科主任,咨询了应对之法。

呼吸科主任王慧琳:杨柳絮本身无毒,但白絮和花粉容易使过敏体质者引发鼻塞、咳嗽等类似感冒的症状,严重时甚至会引发哮喘、过敏性鼻炎等疾病。过敏体质者外出时尽可能穿得严实些,注意戴口罩、帽子等,尽量避免与柳絮接触。

耳鼻喉头颈外科副主任王江允:要选对时间外出,近日门诊鼻咽部过敏,出现咳嗽、咽喉部不适、鼻涕等症状的患者明显增多。外出要远离柳絮和花粉,最好减少外出。做户外活动及各种运动项目时,尽

可能选在柳絮指数最低的时候,如清晨、傍晚,或是一场阵雨之后。

皮肤科主任冯霞:易过敏的人应少到柳絮较多的地方去。回家前,要把身上的柳絮残留物消除干净,最好用温水洗脸,以免柳絮那看不见的细丝残留。

眼科主任张海军:戴眼镜可以减少眼睛受到影响的机会,不妨用有镜片的眼镜代替隐形眼镜,或是外出时戴上太阳镜。当有柳絮飘入眼睛时,不要用手去揉,若柳絮进入眼睛深层,建议及时去医院就诊。骑自行车和电动车的朋友,出门时最好围上纱巾或戴上墨镜,以防柳絮飞入眼睛,造成交通安全隐患。

专家指出,对柳絮过敏的人,若必须要接触有柳絮环境,除口服些抗过敏的药物和补充维生素C、B、E外,也可到大医院做脱敏治疗,使机体产生适应能力。