

本周关注

滇西地区首个血管外科在州医院成立

为培养我州血管外科专业人才搭建新平台



州医院血管外科医务人员在复旦大学附属中山医院血管外科主任符伟国教授指导下,为患者施行“腹主动脉瘤切除人工血管置换术”。

□ 本报记者 赵丽花 通讯员 何建国 文/图

5月13日,州人民医院在做了大量前期准备工作及报请州卫生局批准的基础上,正式成立血管外科,成为我省滇西地区首家成立血管外科的医院。

我国血管外科于上世纪60年代奠基,90年代以后迅速发展。我省血管外科于上世纪80年代起步,此后逐渐得到发展。随着医疗卫生事业的不断发展,人们对血管疾病的认识不断提高,我州血管疾病的病种检出率也有逐年增高的趋势。

能。近几年来,医院以普外二科为主,麻醉科、手术室、放射科、ICU重症监护病房等相关科室的技术骨干共同参与推进了医院血管外科技术的开展。血管外科技术应用初期,重点开展了外周静脉疾病的诊治。2002年后开展了对大动脉血管病变的诊断和治疗。2002年至今,普外二科共开展26例“腹主动脉瘤切除人工血管置换术”,其中包括对6例“破裂的腹主动脉瘤”病人实施的人工血管置换。2004年,普外二科又开展了“胸腹主动脉瘤腔内支架成形术”,此项手术也是随着微创技术发展而出现的一项高新技术。

挂靠普外二科,实行两块牌子,一套班子。据该科主任、主任医师周建华介绍,血管外科的成立标志着医院在血管外科的理论研究、专业人才、诊疗技术上具备了一定的实力。另一方面,有利于提高该院对血管外科疾病的诊疗水平,通过对血管外科疾病临床研究,不断引进国内外新的研究成果,并将研究成果尽快应用于临床,加快我州血管外科诊疗水平的提高,也为我州血管外科专业人才的培养搭建新平台。

当日,复旦大学附属中山医院血管外科主任符伟国、北京世纪坛医院淋巴瘤血管外科主任张福先、四川大学华西医院血管外科主任赵纪春、云南省血管外科中心主任杨镛、昆医附一院血管外科主任金辉等国内知名专家教授及我州12县市区级医院领导到会表示祝贺。符伟国教授还作了“腹主动脉瘤切除人工血管置换术”手术演示。

健康指南

吃动平衡 “走”向健康

□ 杨进欣

卫生部等单位5月11日在京举行的“2010年中国健康知识传播激励计划(吃动平衡·2010)”启动仪式上,向全国人民发出倡议书,呼吁将每月11日推广为大众民间“步行日”,号召大众吃动平衡,“走”向健康。

倡议书说,13亿中国人的身体健康正面临严峻挑战。心脑血管病、恶性肿瘤、呼吸系统疾病、糖尿病等慢性病都与不健康的饮食习惯、久坐少动的不良生活方式密切相关。倡议内容包括:1.希望广大市民在每月11日这天,能以双腿代替汽车,低碳健康出行。2.迈开腿,走向健康。建议大众在日常生活中,多乘地铁和公交工具出行,因为步行是保持健康最有效、最时尚的运动。3.建议公园、学校、社区等场所配合中国健康知识传播激励计划主办方,开设“健康大道”,设置距离标记和吃动平衡小常识,吸引并动员大众和青年学生积极参加“乐动行动”。

康的10条“小贴士”:1.每天都是步行日——步行也是生活中的乐趣。2.走路或者骑车——早一站下车或者放弃乘车,体验一下步行或骑车的健康出行方式。3.每天爬几次楼梯——每天坐几次电梯,走走楼梯也能达到吃动平衡效果。4.与家人一起运动——经常全家一起步行,或去户外享受美好的一天。5.跟着感觉“走”——甩开手臂,感觉用力,但不吃力,走得全身发热,微微出汗。6.保持微笑——保持20分钟的微笑可以使你拥有12个小时的热情。7.设计平衡的饮食——膳食的平衡有助于摄入各种人体所需营养物质。8.少吃两口——不要每顿都吃十分饱,能够停嘴的时候,及时离开饭桌。9.不要久坐不动——坐姿超过一个小时,要起身舒展活动一下。10.及时补充水分——运动时不要忘了补水,充足的水分对身体健康至关重要。

“2010年中国健康知识传播激励计划(吃动平衡·2010)”由卫生部疾病预防控制局、中国健康教育中心、卫生部新闻宣传中心、中国记协办公室和可口可乐中国公司联合举办。

剧烈运动后短时大量饮水小心“水中毒”

□ 黎昌政

踢完球大汗淋漓,一口气连灌数瓶矿泉水,结果出现胃痛、头痛等症状。专家警告,剧烈运动后不宜短时大量饮水,小心发生“水中毒”。

今年29岁的郝先生日前与朋友一起踢足球赛。比赛结束后,汗如雨下的郝先生拿起矿泉水一顿猛灌,接连喝下5瓶。不一会儿他开始出现胃痛、头晕、呕吐、心跳不平稳等症状,被队友急送到武汉协和医院。经诊断,郝先生为“水中毒”。

口渴时大量饮水后,水短时间内积聚于胃肠,除胃部感到沉重闷胀外,还影响膈肌活动进而影响正常呼吸。大量水分进入血液还使血容量迅速增加,心脏负担突然加重,导致心肺功能异常。此外,大量补水后血液被稀释,渗透压降低,水会通过细胞膜渗入细胞内,使细胞水肿,轻则使人头晕、呕吐或产生幻觉,重则使人昏迷、呼吸暂停乃至死亡。

她建议,口渴时不能一次性猛喝,正确的饮水方法是少量多次,每次以不超过300毫升为宜。运动时应分别在运动前、运动中、运动后分次补水,大量出汗时可适当喝些淡盐水。

妇幼保健

5月4日是第12个世界防治哮喘日

专家指出 很多家长对儿童哮喘存在认识误区:把哮喘当感冒治

部分孩子的症状和感冒很像。如果孩子出现反复性咳嗽,特别是夜间或清晨咳嗽或喘息,应及早确诊是否哮喘

怕激素擅自停药

激素治疗哮喘对孩子的伤害很小,哮喘需要长期规范治疗,尤其在儿童阶段的治疗效果优于成人

认为哮喘患儿不能运动,否则会加重病情

哮喘患儿应进行适当的体育锻炼以增强肺功能,如游泳、快走、慢跑等,其中游泳是最有效的运动方式

哮喘儿童防治有三个误区

崔莹 编制 新华社发



医务人员在向群众宣传真假碘盐鉴别方法。5月14日,州市疾控中心、州盐业公司、大理市中医院联合在大理古城街头开展碘缺乏病防治知识及食盐专营相关法律法规宣传,受到群众欢迎。

养生

夏食苦蔬正相宜

□ 李兰

蔬菜中的苦味对人体健康大有益处,这是因为成分中含有较多的肌苷碱,不但能刺激人的味觉神经,使人增进食欲,胃口顿开,还可促使肠胃加强运动,利于消化。苦味菜更具有良好的清除五脏之热、利水消暑、清热解暑的功效,是夏令食用佳品。

苦瓜 苦瓜性寒味苦,维生素C含量丰富,有增食欲、助消化、除邪、解疲、清心明目、益气壮阳等功效。苦瓜含有类似胰岛素的物质,有显著降低血糖的作用,被营养学家和医学界推荐为糖尿病患者的理想食品。鲜苦瓜可炒吃,可凉拌,清脆爽口,别具风味。

芹菜 芹菜性味甘苦,微寒,以柔嫩的叶柄和嫩叶作食用。它含有丰富的维生素B2、胡萝卜素和挥发性芳香油,具有清热利湿、清肝凉血的作用。经常食用对咳嗽多痰、牙痛、眼红肿有较好的辅助疗效。芹菜还具有降低胆固醇和血压的作用,用鲜芹菜煎或开水烫后绞汁服用,对高血压、动脉硬化、心脏病患者都有明显疗效。

苦菜 苦菜含有丰富的维生素、矿物质以及甘露醇、胆碱、酒石酸等,有清热、凉血、解毒等功效,对金黄色葡萄球菌、绿脓杆菌、大肠杆菌及白痢菌细胞有较强抑制作用。加工制成的腌

苦菜是夏日的美味佳肴,具有爽口开胃、消暑、清心除烦的作用。

蕹菜 食用部分为地下的根球茎,有一股爽口的苦苣味,具有润肺止咳的作用。食用时将外皮洗净后,放在清水中煮熟,剥去外皮,切成薄片,肉质香松,洁白如玉,分外可口。如加蜜糖蒸食,则可治肺热肺燥、咳嗽吐血。

苜蓿 南方栽培多为黄花苜蓿,北方栽培多为紫花苜蓿,取其鲜茎叶炒成菜,味道十分鲜美。苜蓿具有清热利湿、和胃利肠的作用,小便黄少、尿路结石及夜盲眼患者,饭后有较好的辅助疗效。此外,苦笋、蒲公英、芥蓝也是夏季良好的苦味佳蔬。

资讯

全省第六届血管外科新进展学习班在我州举办

5月14日至15日,由昆医附一院血管外科主办、州医院血管外科、普外二科协办的血管疾病腔内治疗并发症研讨会暨云南省第六届血管外科新进展学习班在我州举办。

在两天时间里,国内部分知名血管外科专家、我省各个地州从事血管外科研究及开展业务科室的医务人员齐聚大理,就血管疾病腔内治疗并发症及国内血管外科研究取得的新进展进行研讨及学习。国内知名专家所作的“胸主动脉腔内治疗后二次手术的常见问题及处理”、“破裂腹主动脉瘤的外科治疗”、“颈动脉体瘤手术并发症的预防及处理”等八场专题讲座及手术展示,为我省我州外科医务人员提供了难得的学习机会。

(赵丽花 何建国)

州卫生监督所依法取缔一非法宣传销售保健品组织

近日,州卫生监督所依法取缔一个非法宣传销售保健品的组织。

5月3日,接一市民举报,反映有一个以举办健康讲座、免费体检、赠送礼品等活动为名,实则销售保健品为目的的组织。接举报后,州卫生监督所立即派出3名监督员赶往现场。监督员到现场时,该组织负责人正在吹嘘他的“灵丹妙药”,并给老百姓进行所谓健康讲座,据调查了解,该组织在进行上述活动的同时也开展免费体检、赠送“礼品”等活动,杜撰或夸大被体检人的病情,产品宣传治什么,就给人诊断出什么病,最终达到宣传惑众、欺诈骗销其产品的目的。监督员当场对其进行了取缔,责令停止诊疗活动。

(刘国莲)

弥渡县医院搬迁工程开工

近日,为切实解决老百姓看病贵、看病难的民生问题,弥渡县医院整体搬迁工程正式开工建设。

弥渡县医院整体搬迁工程建设项目是该县今年十大重点建设工程之一。该项目按国家二级甲等综合医院标准建设,总投资7000万元,总占地面积55亩,建筑面积32491.4平方米,按规划建设住院综合大楼、门诊医技楼、传染病楼、食堂综合楼等设施。项目建成后,县人民医院将成为一所配备40多个科室、400—500张病床,集医疗、急救、教学、康复为一体的现代化综合医院。

(牟利民 吴洪斌)

我国首次引入抗肿瘤血管生成药物治疗结肠直肠癌

罗氏制药中国公司5月7日宣布,其生产的“安维汀”(贝伐珠单抗注射液)已获得国家食品药品监督管理局批准用于治疗转移性结肠直肠癌。这也是我国首次引入国外先进的抗肿瘤血管生成药物。

据中国科学院院士、中国医学科学院肿瘤医院孙燕教授介绍,抗肿瘤血管生成是一种全新的癌症治疗理念,它主要通过抑制血管内皮生长因子的生物活性来破坏肿瘤生长和转移的微环境,从而达到治疗癌症的作用。

(以上资讯除署名外据新华社电)

专栏 张桂宝

看懂食品药品化妆品保健品的标签和说明书

定型包装食品和食品添加剂,必须在包装标识或者产品说明书上标出产品名称、产地、厂名、生产日期、批号或者代号、规格、配方或者主要成分、保质期、食用或者使用方法等。不得有夸大或者虚假的宣传内容。在国内市场销售的食品,必须有中文标识。

(1)检查食品标签要注意以下6大要素 一是注意食品袋上的条形码。条形码是通常印在包装下端的一排粗细不等的黑色竖条,表示该食品已经通过国家有关部门批准或注册,也便于市场实现管理电脑化。 二是要注意食品的名称与其“配料”是否符合。 三是注意生产企业的名称。 四是注意净含量。指包装以外的可食部分的含量,饮料标签还要包括固形物的含量。

五要注意包装上注明的生产日期、保质期。 六是要注意该食品的热量和营养素,应是经过有关部门的检测,便于购买者根据个人需求而选择购买。

(2)出于保护公众健康和指导正确合理用药的目的,药品生产企业可以主动提出在药品说明书或者标签上加注警示语,国家食品药品监督管理局也可以要求药品生产企业在说明书或者标签上加注警示语。药品的标签应当以说明书为依据,其内容不得超出说明书的范围,不得印有暗示疗效、误导使用和不适当宣传产品的文字和标识。 药品标签或者说明书上必须注明药品的通用名称、成份、规格、生产企业、批准文号、产品批号、生产日期、有效期、适应症、或者功能主治、用法、用量、不良反应和注意事项。

保健食品,即适宜于特定人群食用,具有调节机体功能,不以治疗疾病为目的的食品。保健食品标签和说明书,内容不得有明示或者暗示治疗作用以及夸大功能作用的文字,不得宣传疗效作用。必须标明主要原(辅)料,功效成分/标志性成分及含量,保健作用和适宜人群、不适宜人群、食用方法和适宜的食用量,规格,保质期,贮藏方法和注意事项,保健食品批准文号,卫生许可证文号,保健食品标志等。

