

# 健康周刊

鹤壁爱民医院  
HEBI AIMIN HOSPITAL

以微创手术为特色的医院

采用新技术检查胃肠不插管、无痛苦  
凭此报纸做无痛胃肠检查只需50元

爱在鹤城 惠泽于民 健康热线 0392-3326120

鹤壁日报社医疗健康专刊部  
主任:王淑云 13939258016  
记者:范丽丽 18739239232  
李雪婷 15939299767  
服务热线:3322234  
邮箱:yjlkzkb@163.com



## 市人民医院完成我市首例“杂交修补”巨大腹壁切口疝手术

本报讯(记者 李雪婷 通讯员 秦黎阳)近日,市人民医院总院区普外科一病区成功为一名巨大切口疝患者实施了“杂交修补手术”——联合开放式手术与腹腔镜手术修补巨大腹壁切口疝手术。手术过程非常顺利,患者术后第2天就下床活动并开始进食,1周后顺利康复出院。

据庞春宏介绍,“杂交技术”是指有序和有计划地将腹腔镜技术与常规的手术技术相结合,发挥各自的优势以提高手术效率和治疗的安全性。传统的开腹手术切口大、创面大、补片不宜固定、复发率高。而采取腹腔镜、开腹相结合的杂交手术,不仅具有降低副损伤、利于补片放置、减轻术后疼痛的优点,还可以最大程度避免术后复发。

市人民医院开展的“杂交修补技术”结合了开放手术与腹腔镜手术的各自优点,同时可避免相应的缺点,达到二者良好的结合。

## 浚县人民医院成为河南中医学院一附院协作医院

本报讯 2015年4月11日上午,浚县人民医院内礼炮齐鸣、彩旗飘舞,浚县人民医院与河南中医学院第一附属医院隆重举行协作医院挂牌仪式。河南中医学院第一附属医院副院长张晓东、康复医学中心主任冯晓东、市场开发部主任刘学、浚县人民医院院长吴宏光及县医院领导班子成员出席挂牌仪式,县医院职工代表80余人参加挂牌仪式。

在挂牌仪式上,浚县人民医院院长吴宏光表示,县医院要抢抓机遇,虚心学习河南中医学院第一附属医院的先进管理经验,学习专家们精湛的医术、优质的服务理念和严谨的工作作风,以创造优美环境、一流服务、良好信誉为目标,把医院各项工作提升到更高的层次,为全县广大人民群众提供更好、更优的医疗服务。同时,希望河南中医学院第一附属医院的各位领导和专家,经常到我院检查指导工作,传经送宝,积极为我院培养更多人才,友好协作,共同发展。

## 春季儿童咳嗽高发 小儿止咳祛痰重于镇咳

“咳、咳、咳……”进入春季,周边咳嗽的孩子突然增多。春季是儿童呼吸道感染的高发季节,再加上时常出现雾霾天,怎样治疗咳嗽成了家长们头疼的问题。北京航总医院儿科主任医师王红介绍,小儿咳嗽看似平常,但非小事,儿童用药安全是第一位的。对于治疗小儿有痰咳嗽,家长应牢记“安全祛痰”优先的原则。

### 春季雾霾天 小儿咳嗽不可忽视

春季又进入儿童呼吸系统疾病的多发季节。据了解,北京市不少儿童专科医院每日门诊量都达到4000到5000人次,其中因为感冒、发烧和支气管炎、肺炎而前来就诊的儿童比较集中,至少占了儿科门诊量的一半以上。而这些疾病的最常见症状就是咳嗽。

王红介绍,小儿咳嗽看似平常,但不能忽视。一来因为春天早晚温差大,忽冷忽热、变化无常,小孩子机体抵抗力及免疫力本来就低下,稍有诱因就容易患上呼吸系统疾病,从而让咳嗽“缠”上孩子;二来春季雾霾天增多,空气中飘浮的粉尘、烟尘、尘螨等过敏原会加重刺激呼吸道,让本来就咳嗽的孩子病症加重,甚至引发胸闷、呼吸不畅等严重后果。

### 有痰咳嗽 祛痰重于镇咳

儿科门诊中常常有家长问,为什么孩子总是咳,喉咙听上去有痰声,却又咳不出来?吃了一大堆镇咳药还是没止咳?王红解释,大部分小儿咳嗽是由呼吸道的分泌物——“痰”增加导致的。呼吸道的痰液中有许多蛋白质成分,如果没有排出,进入呼吸道的细菌就会在痰液里快速繁殖导致继发感染,然而小儿咳嗽力量弱,不能有效清除气

道分泌物,导致痰液引流不畅,从而使病情加重。王红强调,儿童咳嗽咳嗽时,应以祛痰优先。祛痰药能将痰液溶解,变得稀薄一些,这样孩子比较容易将痰排出,不给细菌留下繁殖的机会。随着呼吸道恢复通畅,咳嗽也将随之得到有效缓解。所以,在有痰咳嗽的治疗上,“祛痰”重于“镇咳”。如果用中枢镇咳药的话,容易出现痰液阻塞呼吸道,导致儿童呼吸困难。中枢镇咳药还能抑制支气管腺体的分泌,使痰液黏稠,更加难以咳出。

很多家长在孩子咳嗽时,采用中、西药合并治疗;还有的家长,一见孩子咳嗽就要求打抗生素。王红提醒,作为家长,绝对不能盲目用药,忽略儿童用药的科学性与安全性。

儿童止咳祛痰用药应“对症下药”,注意安全。如果针对单纯咳嗽祛痰的情况,应尽量使用单一成分,以免增加用药风险。

儿童咳嗽选用的祛痰止咳药物,单一成分,安全性更高,可避免造成药物的重复使用而使药物过量。如盐酸氨溴索成分的止咳祛痰药,祛痰安全性好,如沐舒坦口服液。

有些家长喜欢给孩子使用含有多种成分的复方止咳药物,觉得它能缓解很多症状,用途广。有些复方制剂需谨慎对待,需要在医生的指导下使用。

王红强调,复方药物不能随意用在孩子身上,用药需谨慎。因为孩子可能只是流鼻涕、咳嗽,但是不发烧,或只咳嗽不需要平喘,又不流鼻涕又不发烧,这样复合药物里有些成分就多余了,对孩子的身体反而是一种伤害。

(据《乐清日报》)

阅读提示:近年来,我国甲状腺疾病人群数量逐年上升,每年发病5000万人到8000万人,现已成为内分泌领域第二大疾病。传统手术切除甲状腺肿瘤会在患者脖子上留下一个醒目的手术瘢痕。

## 市人民医院乳腺甲状腺外科采用微波消融治疗术——

# 微创治疗甲状腺肿瘤 只留下针眼大小痕迹

□本报记者 李雪婷

王小姐去年10月份发现甲状腺上长了4个肿瘤,这可把她吓坏了。手术切掉吧,脖子上几厘米长的疤痕让她接受不了;置之不理吧,又怕恶性肿瘤。为此,她苦恼了很长一段时间。

今年,她了解到市人民医院开展的甲状腺肿瘤微波消融治疗术,是一种微创手术,不会在颈部产生长长的疤痕。于是她赶到市人民医院乳腺甲状腺外科就诊,并于4月13日行甲状腺肿瘤穿刺确诊为良性肿瘤后

立即进行了微创手术,术后仅在颈部留下了4个针眼大小的小红点。4月16日,她高高兴兴出院了。

“近几年甲状腺患者比较多,尤其女性是高发人群,采用普通手术会留下一个醒目的手术瘢痕,这让很多病人难以接受。”市人民医院乳腺甲状腺外科副主任张宇峰说,对于甲状腺肿瘤,以往医生一般有两种意见,观察或者做手术,病人感到很纠结,做手术怕风险,不做手术又怕癌变,如今的微波消融治疗术则使病人多了一种选择。

张宇峰副主任介绍说,传统治疗方法是手术切除甲状腺肿瘤,需要全麻,风险大,会留下较大的伤疤,患者恢复慢,影响美观。而微波消融治疗术与传统外科手术相比,创伤小(仅针眼大小),时间短(只需几分钟),恢复快,精确度高,可控性强,无切口,不留瘢痕,患者术后三天即可出院。

据了解,微波消融治疗术适用于甲状腺良性肿瘤在0.5厘米到5厘米的患者,以及一些患有甲状腺癌但不适合进行传统手术的年老体弱的患者。

## 4月15日至21日是全国肿瘤防治宣传周

# 到省肿瘤医院鹤壁分院就诊免挂号费

□淇河晨报记者 范丽丽 文/图

为迎接全国肿瘤防治宣传周的到来,河南省肿瘤医院鹤壁分院于15日上午在新世纪广场举行了义诊活动。

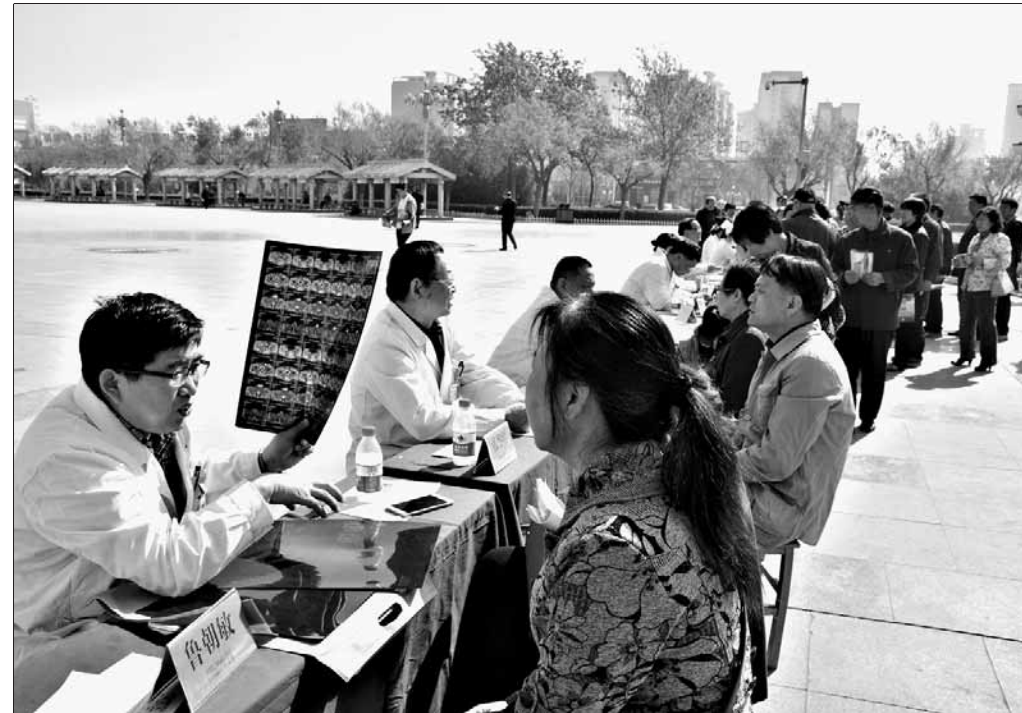
当天上午,新世纪广场义诊活动现场人来人往。来自河南省肿瘤医院鹤壁分院肿瘤外科、肿瘤内科、血液科、妇科、放疗科和乳腺科等科室的20多名专家热情接待每一名前来咨询的市民,悉心讲解病情,提出治疗建议。

义诊现场还摆放有多名专家的介绍版面,医护人员现场发放防癌宣传资料,吸引了很多人观看。

据调查,我省每年会新增25万名癌症患者,按照发病率来算,平均每小时就有28人被确诊患有癌症。每100位逝者中有23人死于癌症,死亡率比上世纪70年代增长了一倍,而公众对癌症的认识仍然不足。

河南省肿瘤医院党委副书记、河南省肿瘤医院鹤壁分院院长徐红伟说,每年4月15日至21日是全国肿瘤防治宣传周,今年宣传周的主题是“科学抗癌,关爱生命,抗击癌症,从了解开始”。

癌症是可防、可治、可控



15日,河南省肿瘤医院鹤壁分院在新世纪广场义诊。

的,健康的生活方式可预防癌症的发生。河南省肿瘤医院鹤壁分院开展义诊等系列活动旨在引导公众关注癌症和癌症患者,正确认识癌症发生的高危

因素及癌症的预防和治疗,倡导健康的生活方式,推动规范化治疗,提高癌症患者的生活质量,帮其树立战胜癌症的信心。

据了解,本届宣传周,该院除了开展大型义诊、健康讲座外,还推出惠民措施,4月15日至21日到医院门诊就诊一律免挂号费。◎

## 市食品药品监督管理局 集中整治生产加工小作坊和小餐饮店

本报讯(淇河晨报记者 刘倩倩)小吃店、小食品加工店拥有广泛的消费群体,面对我市部分食品生产加工小作坊和小餐饮店的“多、小、散、乱”状况,4月15日,市食品药品监督管理局举行食品生产加工小作坊和小餐饮店集中整治动员会,制定了《全市食品生产加工小作坊和小餐饮店集中整治工作方案》,对全市食品生产加工小作坊和小餐饮店集中整治活动进行安排部署。

此次整治范围包括熟食制品加工、豆制品加工、面条加工、糕点类加工、小饭店、面条店、快餐店、煎炸烧烤、现场制售饮品等。整治重点主要是卫生条件差、生产工艺落后、设备简陋、存在较大安全隐患等问题。该局将于4月下旬至5月份通过摸底排查、集中整治、规范提升等工作,逐步规范我市范围内食品生产加工小作坊、小餐饮店经营行为,改善生产经营场所的卫生条件,对整改不到位和无证经营的食品生产加工小作坊、小餐馆,会同有关部门予以依法取缔。

## 跟古人学“饭后养生” 听歌助消化 揉腹防百病

“饭后养生”对老人健康尤为关键,有关这方面的俗语有很多,比如“饭后一杯茶,提神助消化”等。其实,饭后养生自古就有,以下就是古籍上流传很久的一些饭后养生法。

**饭后先漱口。**古代医学家张仲景指出“食毕当漱,令齿不败而口香。”保持口腔湿润和清洁,可刺激舌上味蕾,增强味觉功能,有效防治口腔及牙齿疾病,并帮助消化。

**饭后再揉腹。**唐代大医学家孙思邈曾提出,“每食讫,以手摩面及腹,令津液流通。食毕当行步踌躇。”并要求“以手摩腹数百遍,叩齿三十六,津令满口”,只要能做到这一点,“令人能饮食,无百病”。若“饱食则卧”,就会“生百病”。具体做法:以掌心着腹,以肚脐为中心,慢而轻柔地顺时针和逆时针按摩各20圈。

**饭后听音乐。**《寿世保元》中说“脾好音乐,闻声即动而磨食。”道家也有“脾脏闻乐则磨”的说法。吃饭时听柔和清新的音乐,能促进食欲并有助于消化,而饭后欣赏音乐,可以陶冶性情,使元气归宗,乐而忘忧。

(据《生命时报》)

## 感恩母亲节

Happy Mother's Day

# 首届“亲爱的妈妈”随拍摄影大赛

## 爱妈妈,拍合影,赢全自动洗衣机

主办单位:鹤壁日报社、鹤壁市广播电视台 承办单位:爱民医院

拍一张和妈妈的合影照,扫描左边二维码,关注爱民医院微信公众号,回复“亲爱的妈妈”,把你的照片上传到微信平台,待工作人员编辑好在公众平台发布,请于2015.4.16至2015.5.31期间自由投票,获奖名次按最终投票数量决定。

所有参加活动者均可获得参与奖。

**照片评选要求:**

- 必须是现实中本人妈妈的照片,反映母子爱,传递母子情,内容积极健康向上,传递正能量。
- 照片数量限一张,格式为jpg,须同时发送照片中母亲的姓名、身份证号、联系方式。
- 所有参赛作品涉及的版权、肖像权、名誉权等法律责任,均由作者自行承担。

**投票规则**

- 此次参赛选手可自由投票,最终以选票数量评奖,但不允许利用技术手段恶意拉票,一经发现立即取消本次参赛资格。
- 每个微信账号限投一票,必须关注爱民医院微信公众号后才能投票。
- 取消关注后,票数不计入总数。

**一等奖1名**

全自动洗衣机

**二等奖2名**

蒸汽挂烫机

**三等奖3名**

足疗盆

**优秀奖20名**

价值110元  
骨密度检测一次

**参与奖**

价值90元  
健康体检套餐一份或精美礼品一份

以上奖品以实物为准,图片仅供参考!

健康体检套餐项目 (参与奖)	体检项目	定价	体检项目	定价
	阴道镜检查	42元	血糖	10元
	白带常规	13元	B超(子宫附件或肝胆脾胰)	25元

详情咨询: 0392-3326120 免费咨询: 400 007 0392 QQ咨询: 1457490217

医院地址: 鹤壁市淇滨区淇河路78号 (107国道与淇河路交叉口西南角)