

安阳市中医院锦旗背后的故事

十年守护“心”相伴 温暖护航“一家人”

——记发生在安阳市中医院心内科一病区的一则温情故事

□本报记者 郭凡 文/图

“田大夫不仅医术高明,而且医德高尚。这些年来,父亲及家里人多次被他从鬼门关拉回来,我们全家人都记在心里。”近日,患者李大爷的儿子将一面写有“医德高尚 仁心仁术”字样的锦旗送到安阳市中医院心内科一病区医生田亚宾手中,感谢他和该科全体医护人员的救命之恩。这面锦旗不仅传递出患者的深切谢意,更是该科医护人员多次成功救治冠心病危重患者的生动见证。

今年83岁的李大爷患有冠心病、高血压、糖尿病多年,近年来,因慢性心力衰竭多次到市中医院心内科一病区住院治疗。前不久,李大爷因肺炎复发导致心力衰竭加重,伴有胸闷、气喘等症状,再次来到该科就诊。田亚宾详细问诊病情、梳理既往病史后,针对其病情复杂、并发症较多的特点,为其制订了中西医结合的精准治疗方案:一边通过心电监护、吸氧、抗炎、利尿、降压、调糖等手段快速纠正心衰,一边配合中医特色疗法调理。在医护



田亚宾查看病人恢复情况

团队全方位的治疗和护理下,李大爷的症状逐渐缓解,各项指标趋于正常,不久后顺利出院。

这并非田亚宾第一次守护这个家庭的生命健康。10年前的一个深夜,李大爷的儿子突发心肌梗死,生命垂

危。当晚值班的田亚宾紧急为他进行急诊手术,成功置入心脏支架,将他从死亡边缘拉了回来。这场手术不仅挽救了李大爷儿子的生命,也开启了田亚宾与这家人之间的信任之门。之后,其儿媳因冠心病合并重症胰腺炎,

命悬一线,也是由田亚宾施救得以治愈的。疫情期间,李大爷因新冠肺炎导致“大白肺”,又是在田亚宾的全力救治下转危为安的。多年来,田亚宾始终是这个家庭的“健康守门人”,双方也因此结下深厚情谊。

李大爷的儿子表示,田大夫的专业技术和悉心治疗让他们深受感动,为了表达感激之情,特意制作了这面锦旗。“这面锦旗表达了我们全家的感恩之情,希望更多的人能够知道田大夫的医术和医德,让更多的人受益。”李大爷的儿子说。

这段长达10年的医患情,是医患之间信任与合作的温情体现,也折射出无数医务工作者默默奉献的身影,他们用专业与坚守,为患者点亮生命的希望,也为社会传递着医者仁心的正能量。

田亚宾在接受锦旗时表示:“这是对我工作的肯定,也是对我们科全体医护人员的鼓励。我们会继续以‘治未病’理念为指引,不仅治病,更帮助患者养成清淡饮食、低脂低盐、适度运动的健康习惯,从根本上改善体质,为更多患者守护‘心’健康。”

●专家话健康

心源性脑卒中:威胁年轻人健康的“隐形杀手”

□陈艳艳

脑卒中,这个常被视为老年病的急症,正逐渐向年轻人蔓延。数据显示,45岁以下青年脑卒中占比10%~15%,其中心源性脑卒中因隐蔽性强、复发率高,成为威胁年轻人健康的“隐形杀手”。了解其诱因与信号,对早期干预至关重要。

心源性脑卒中是指因心脏结构或功能异常,导致血栓脱落并随血流堵塞脑部血管,进而引发的急性脑血管事件。与老年患者常见的动脉粥样硬化性卒中不同,年轻人的心源性卒中多由潜在心脏疾病诱发,若未能及时排查病因,复发风险极高。

一、年轻人需警惕的高危心脏因素

1. 先天性心脏病。房间隔缺损、室间隔缺损等先天性心脏结构异常,会导致血液分流形成涡流,易在心脏

内形成血栓。这类患者早期可能无明显症状,却可能因血栓脱落突发卒中。2. 心律失常。心房颤动:即便为阵发性房颤,也会使心房收缩紊乱,血液瘀滞形成血栓,是心源性卒中的首要诱因之一,年轻人酒精中毒、熬夜过度都可能诱发阵发性房颤。其他心律失常:如室性心动过速、房室传导阻滞等,也可能导致心脏泵血异常,增加血栓风险。

3. 心脏病。肥厚型心肌病、扩张型心肌病等会导致心肌收缩无力或心肌结构异常,影响血液流动,形成血栓。部分患者可能以脑卒中为首发症状,容易被误诊。

4. 感染性心内膜炎。细菌或真菌侵犯心脏瓣膜,形成的赘生物脱落可引发脑栓塞,常伴随发热、乏力等感染症状,若延误治疗可能危及生命。

二、年轻卒中患者的警示信号

若年轻人突发以下症状,需高度

警惕心源性脑卒中可能。1. 突发单侧肢体无力、麻木,或单侧面歪斜。2. 突发言语不清、理解困难。3. 突发视物模糊、失明或复视。4. 突发剧烈头痛、呕吐,伴意识模糊。尤其当症状突发且持续不缓解时,要立即拨打急救电话,同时告知医生是否有胸闷、心悸、胸痛等心脏相关症状。

三、早期排查与预防

1. 全面病因筛查。年轻卒中患者需常规进行心电图和心脏超声检查、经颅多普勒发泡试验、右心声学造影,必要时行24小时动态心电图、心脏CT或MRI,明确是否存在心脏结构或功能异常。

2. 针对性治疗干预。对房颤等心律失常患者,需在医生指导下进行抗凝治疗,预防血栓形成;先天性心脏病患者可通过手术修复缺损,消除血栓隐患;感染性心内膜炎患者需及时抗

感染治疗,必要时手术清除赘生物。

3. 健康生活方式养成。避免长期熬夜、过度劳累,减少心律失常诱因;限制酒精摄入,戒烟,降低心脏疾病风险;定期体检,及时发现潜在心脏问题并干预。

年轻并非健康的“免死金牌”,心源性脑卒中正悄悄瞄准忽视心脏健康的年轻人。当突发卒中症状时,不仅要紧急救治脑部病变,更要警惕心脏这个“幕后黑手”。早排查、早治疗心脏原发病,才能从根源上降低卒中风险,守护年轻生命的活力。

(作者系内黄县人民医院超声科主治医师)

本栏目由安阳市疾病预防控制中心、安阳市健康教育所主办

交流切磋展示风采 乐在其中收获健康

安阳市光板乒乓球双人团体赛开赛

本报讯(记者 张武杰 通讯员杨平和)11月8日,由市光板乒乓球协会主办、北关区老年人乒乓球专项委员会承办的安阳市光板乒乓球双人团体赛在市老年文体苑体育馆开赛,吸引了50余名老年乒乓球爱好者参与。

赛场上,各参赛队伍配合默契,斗志昂扬,发球精准,接球稳健,扣杀凌厉,展现出扎实的功底和积极向上的精神风貌。经过多轮激烈角逐,北关

区老年人乒乓球专委会选手凭借出色的发挥斩获多项荣誉。

此次比赛不仅丰富了老年群体的文体生活,为广大老年乒乓球爱好者搭建了交流切磋、展现风采的优质平

台,更传承了拼搏进取的体育精神,为推动辖区老年体育事业发展注入了新活力。下一步,相关协会将继续举办各类文体活动,助力老年朋友在运动中收获健康与快乐。

搭建学习交流平台 传递科学健身理念

滑县第34届老年人体育健身大会广场舞交流活动圆满落幕

本报讯(记者 张武杰 通讯员林荟琦)11月8日,滑县第34届老年人体育健身大会广场舞交流活动在滑县吾悦广场拉开帷幕。来自全县各乡镇、街道、单位的26支代表队以舞为媒,用饱满的热情、优美的舞姿,展现了新时代老年人健康向上、活力四射的精神风貌,为人们献上了一场精彩纷呈的文体盛宴。

作为滑县老年人体育健身大会的传统优势项目,广场舞交流活动自启动以来便得到了全县老年朋友的积极响应和广泛参与。活动筹备阶段,各参赛队伍精心编排节目,从动作设计到队形编排,从服装搭配到音乐选择,反复打磨、精益求精。

比赛现场,伴随着欢快动感的旋律,老年舞者们精神抖擞、步伐整齐,时而轻盈灵动,时而舒展大气,《爱我

中华》《我们正青春》等一个个充满正能量的节目接连上演。他们用灵动的舞姿诠释着对生活的热爱,用灿烂的笑容展现着“老有所乐、老有所为”的风采,赢得了现场观众的阵阵掌声。

经过一天的激烈角逐,在此次广场舞交流活动中,有16支队伍获得优胜奖,10支队伍获得优秀奖。

此次活动不仅为滑县老年广场舞爱好者搭建了交流学习、展示自我的平台,更传递了科学健身、积极乐观的生活理念。活动虽已落幕,但老年朋友们的活力与热情仍在延续。下一步,滑县将继续秉持“以人为本、服务老年”的理念,举办更多贴合老年人需求的文体活动,不断满足老年人日益增长的精神文化需求,让更多老年人在体育健身中享受美好生活。



活动现场(林荟琦 摄)

感受健走魅力 共赴健康之约

2025年全国老年人健步走大联动汤阴分会场活动成功举办

本报讯(记者 张武杰 通讯员李振豪)11月8日下午,2025年全国老年人健步走大联动汤阴分会场活动在该县人和公园举行。本次活动由汤阴县文化广电体育旅游局、汤阴县文化馆主办,汤阴县健步走协会承办,以“摆动双臂、迈开双腿、科学健走、健康你我”为主题,为全县老年人打造了一场集健身、娱乐、交流于一体的文体盛宴。

参加此次活动的队员分别来自汤阴县健步走协会、汤阴旗袍队、人和喜乐腰鼓队、开心一族舞蹈队等各健身协会和健身队伍,近200名老年朋友共同为观众演绎了12个精彩节目。活动在汤阴旗袍队带来的开场舞《五星红旗》中拉开序幕,接着,汤阴人和健走队登场,展示的健走原地操《开门红》将健走动作与活力节奏相结合,以整齐划一的姿态展现了老

年群体的蓬勃朝气。随后,豫剧演唱、健身腰鼓表演、瑜伽展示、歌曲独唱、旗袍秀、大合唱等精彩节目穿插上场,赢得现场观众阵阵掌声。

作为本次活动的核心亮点,健走互动环节《推磨舞》无疑是科学健身指导的又一次生动实践。在汤阴县健步走协会参演队员的引导下,台下的观众走上舞台,通过指导人员手把手教学、“一对一”指导,在娱乐中掌握了科学健走的发力技巧、节奏控制和呼吸方法,深刻体会到了科学健走的魅力。参与互动的张阿姨笑着说:“原来健走还有这么多学问,跟着专业老师学,走得更放心、更有效,这样的活动太有意义了!”

此次活动的成功举办,不仅为老年朋友搭建了交流展示的平台,传递了科学健身理念,更提升了老年群体的幸福感。

刚柔并济展太极神韵 以赛为媒扬文化自信

林州市老年体工委太极拳健身协会开展太极拳交流活动



活动现场(段新奇 摄)

本报讯(记者 张武杰 通讯员郭德金)为落实河南省社区运动会安阳赛区农村专场太极拳交流比赛活动要求,11月9日,林州市老年体工委太极拳健身协会组织11支队伍共100余名队员在姚村镇开展了太极拳交流活动。

天气虽冷,但参赛队员的热情丝毫不减。他们身着飘逸的太极服,精神抖擞、神采奕奕,依次展示了太极

拳、太极扇、中华响扇、太极十三式等项目。表演中,队员们的动作刚柔并济、伸张有度,赢得了现场观众的阵阵喝彩,掌声此起彼伏。经过紧张激烈的角逐,活动最终决出优胜奖7个、优秀奖4个。此次活动不仅有效提升了各参赛队伍的技艺水平,更让太极拳这一中华优秀传统文化得到进一步弘扬与传播。

加强健康知识宣传 提高人民健康水平

科学控糖 迈向健康未来

每年11月14日是联合国糖尿病日,旨在倡导关注患者身心需求,创造高质量控糖生活。糖尿病本身并不可怕,但若忽视防控,高血糖会持续损伤血管神经,诱发多种并发症,严重影响生活质量。

一、糖尿病不只是血糖高

糖尿病是一种遗传因素和环境因素长期共同作用所导致的慢性、全身性、代谢性疾病,以血糖葡萄糖水平增高为特征,主要是因体内胰岛素分泌不足或作用障碍引起的糖、脂肪、蛋白质代谢紊乱而影响正常生理活动的一种疾病。

典型的糖尿病症状为“三多一少”(多饮、多食、多尿、体重下降),再满足以下任一标准即可确诊:任意时间血浆葡萄糖水平≥11.1mmol/L;或空腹血浆葡萄糖(FPG)水平≥7.0mmol/L;或口服葡萄糖耐量试验(OGTT)中,2小时血糖(2hPG)水平≥11.1mmol/L。

二、这些信号要警惕

糖尿病前期及其他2型糖尿病的危险因素包括:年龄≥40岁;糖尿病前期史;超重、肥胖或中心型肥胖;长期静坐的生活方式;一级亲属中有2型糖尿病家族史;有妊娠糖尿病史的妇女;高血压、血

脂异常、有动脉粥样硬化性心脑血管疾病等。

高危人群宜尽早进行糖尿病筛查。首次筛查结果正常者,宜每3年至少重复筛查一次。

三、五招守护健康

合理饮食:均衡饮食,多吃全谷物、蔬菜,控制糖分和精制碳水摄入,适量鱼、禽、蛋、瘦肉,控油、盐、糖,忌暴饮暴食与盲目节食。

坚持运动:坚持每周至少150分钟的中等强度运动,可提升胰岛素效用,降低糖尿病风险,还能改善代谢、增强抗病力。

关注血糖:年龄≥40岁、有糖尿病家族史、缺乏体力活动、超重与肥胖等人群,应定期进行血糖监测。

远离烟草:吸烟增加糖尿病及心血管病风险,吸烟者需戒烟,非吸烟者避免二手烟。

规律作息:负面情绪会致血糖升高、抑制胰岛素分泌,需作息规律,保持积极心态。

糖尿病是可防、可治、可管理的慢性疾病,需要耐心与坚持,让我们从今天做起,通过主动行动,共同抵御糖尿病风险,迈向更健康的未来。

(本报记者 郭凡 整理)

传播健康知识 搭建医患平台

本版由安阳市卫生健康委员会协办