

拓展中医药服务 提升中医影响力

市中医院举办全市首届膏方节



全市首届膏方节活动现场



现场制作膏方(组图为本报记者 郭新星 摄)

本报讯(记者 郭新星) 10月27日,安阳市首届膏方节在市中医院开幕,市卫健委相关领导,市中医院领导班子成员、各科室主任及护士长、医疗技术骨干以及来自社会各界的朋友出席开幕式,共同感受了博大精深的中医养生文化。

市中医院党委书记姚晓峰宣布安阳市首届膏方节开幕。市中医院院长尉建华致辞,他指出,膏方又叫膏剂,属于中医里丸、散、膏、丹、酒、露、汤、锭8种剂型之一,具有补虚扶弱、抗衰延年、纠正亚健康状态、防病治病的功效。市中医院大力推广膏方的应用,既满足了群众对多样化中医药服务的迫切需求,更体现了该院坚守中医药的理论自信、文化自信。

市中医院始作为全市中医药行

业的龙头单位,肩负着传承创新发展全市中医药事业的重大使命。该院不仅拥有一大批临床经验丰富的国家、省、市级名老中医,还拥有全市中药饮片种类齐全的中药房以及全市规模较大的智能化煎配中心。专业严谨的医疗团队、细致而严格的工作流程,努力做到为患者提供优质而高效的中医药服务,满足群众“一人一膏”的个性化需求。

尉建华说,近年,市中医院在市委、市政府及市卫健委的领导下,在广大人民群众的关心、支持和信赖下,充分发挥中医药独特优势,不断提升诊疗水平,巩固和增加服务功能,积极推进中医药传承创新,走出了一条中医特色鲜明、中西医并重的差异化发展之路。面向未来,市中医院将继续秉承“厚

德精术、传承创新”的院训,坚守中医药情怀,弘扬中医药文化,打造中医药服务高地,努力为护佑全市人民群众的身体健康作出更大的贡献。

市中医院副院长仇丽伟主持开幕式,她表示,随着社会的发展进步以及人民生活水平的提高,广大群众对中医药健康保健的需求日益迫切,养生保健已成为人们生活中必不可少的追求。在中医理念中,秋冬季节是一年四季调补的最好时节,而秋冬进补又以膏方为最佳。膏方节的开幕,正是市中医院坚持中医药养生保健理念惠及民生的具体体现,体现了市中医院始终是引领全市中医药保健服务水平提升的中坚力量,希望广大群众能够在此次首届膏方节上收获健康。

市卫生健康委中医科科长李秀杰指出,膏方作为中医药的重要组成部分,具有防治疾病、增强体质、延缓衰老等功效,本次膏方节的举办不仅能够普及中医健康理念,更能传播中医药文化。希望中医院能以此为契机,在市委、市政府和市卫生健康委的正确领导下,始终牢记为人民服务的根本宗旨,不断探索求真,拓展中医药服务功能,为推进我市中医药事业发展,提高人民群众健康水平作出新的贡献。

开幕式上,市中医院国家非物质文化遗产、华佗五禽戏第59代传承人邱鹏栋带领弟子为与会嘉宾展演了五禽戏。随后,该院于门诊大厅进行了各类膏方、药茶现场体验以及膏方门诊熬膏展示等环节。

加强卒中防治宣传 提高卒中早期识别



杨清成在义诊现场接受群众咨询(医院供图)

□薛笑仙

今年10月29日是第十七个世界卒中日,为贯彻落实《健康中国行动(2019—2030年)》和《国家卫生健康委办公厅关于开展2022年世界卒中日主题宣传活动的通知》精神,加强卒中防治宣传,提高民众对卒中早期症状的快速识别,有效改善患者治疗效果和生活质量,在第十七个世界卒中日,市脑卒中防治办公室、市脑卒中防治中心、市人民医院呼吁全市广大医务工作者广泛、深入开展卒中防治知识宣传,着力脑卒中早诊早治,提高脑卒中救治水平,营造卒中防治的良好社会氛围,切实降低脑卒中发病率,提高民众健康生活质量。

10月29日上午9时至11时,市人民医院在该院东院区举行了2022年世界卒中日大型义诊活动,该院院长、脑血管病专家杨清成亲自带领相关专家齐聚现场,为群众答疑解惑,免费检测卒中指标,持续助力我市卒中防治事业的提升。

一、什么是卒中,卒中中有什么危害

卒中中俗称“中风”,是一种急性脑血管疾病,是由于脑部血管突然破裂或因血管阻塞导致血液不能流入大脑而引起脑组织损伤的一种疾病,通常分为缺血性和出血性两大类。卒中中具有发病率高、复发率高、致残率高和死亡率高及经济负担高的“五高”特点,是威胁我国国民健康的主要慢性非传染性疾病之一。

卒中中发病急、病情进展迅速,可导致肢体瘫痪、语言障碍、吞咽困难、认知障碍、精神抑郁等,严重影响患者生活质量,给家庭和社会造成巨大负担。

二、脑卒中的危险因素有哪些

卒中中可防可治。可干预的危险因素包括高血压、糖尿病、血脂异常、房颤、吸烟、酒精摄入、不合理膳食、超重或肥胖、运动缺乏、心理因素等。

三、如何进行卒中中风险自我评定

目前主要采用的是“8+2”卒中风险评估法。其中,“8”是指高血压、血脂异常、糖尿病、吸烟、心房颤动、超重或肥胖、缺乏运动、脑卒中家族史等8项脑卒中主要危险因素;“2”是指发生过卒中中或者有过短暂性脑缺血发作(TIA)。

高危:具有3项及以上危险因素,或者发生过脑卒中,或者有过短暂性脑缺血发作(TIA)。判断为高危的人群,建议立即向专科医师咨询卒中中的预防。

中危:具有少于3项危险因素,且

患有1项慢性病(高血压、糖尿病、心房颤动)。

低危:具有少于3项危险因素,且无慢性病。

对于高中危人群都需给予定期的随访管理,同时针对其危险因素开展有针对性的诊疗处置。

四、怎样才能预防脑卒中的发生或复发

卒中中的预防要以合理膳食、适量运动、戒烟酒、心理平衡的“健康四大基石”为主要内容。养成健康的生活方式,定期进行卒中中危险因素筛查,做到早发现、早预防、早诊断、早治疗,就可以有效的防治卒中中。

五、如何快速识别卒中中

“中风120”口诀是一种适用于民众的迅速识别脑卒中和即刻行动的策略:“1”代表“看到1张不对称的脸”;“2”代表“查两只手臂是否有单侧无力”;

“0”代表“聆(零)听讲话是否清晰”。如果通过这三步观察怀疑患者是卒中中,可立刻拨打急救电话120。

六、发生卒中中怎么办

时间就是生命。及时发现脑卒中中的早期症状极其重要,越早发现,越早治疗,效果也就越好。患者在发病后应立即送达有救治能力的卒中中心等具有救治能力的医院,得到规范的治疗,可增加恢复的机会,提高生活质量。

市人民医院是国家高级卒中中心、国家综合卒中中心、国家卫健委卒中防治基地、安阳市卒中防治中心、安阳市卒中中质量控制中心。该院在脑血管病救治方面技术力量雄厚,神经内科、神经外科均为河南省医学重点学科,在众多领域已达到我省乃至国内先进水平。市人民医院在全市率先设立卒中中绿色通道,医生24小时应诊,急性卒中患者由卒中救治团队医务人员亲自陪同检查,以最快的速度给予静脉溶栓及桥接治疗,尽最大努力、最大程度保护脑细胞,保证后期治疗效果。截至目前,该院已完成急性脑梗死超早期静脉溶栓1900余例、取栓800余例,居全市第一、全省前列。市人民医院在脑血管病急性期规范化治疗、早期康复治疗、颈动脉狭窄支架植入、颈动脉内膜剥脱、动脉瘤介入栓塞及夹闭等方面,均达省内先进水平,挽救了无数生命,取得良好的社会效益。

市人民医院作为全市最大的三级甲等综合性医院,将一如既往地全心全意为全市人民群众的生命健康保驾护航。

(市人民医院医务部)



专家话健康

认识心律失常 守护心脏健康

□王 培

近年,受多种因素的共同作用 and 影响,心律失常发生率不断上升,成为影响人们健康和安全的疾病。大部分人对心律失常相关知识并不是非常了解,致使患病风险大大增加,且在患病后没有进行有效治疗,导致病情加重。

那什么是心律失常呢?心律是心脏跳动的节律,正常人心脏的跳动像钟摆一样,非常稳定地按照一定的节律跳动,就是我们所说的正常心跳由窦房结发出的窦性心律,频率60次/分~100次/分,节律整齐。

如果心脏跳动的节律失去规律性,则称为心律失常。由于人们习惯了心脏有条不紊地跳动,因此,一般不会感觉到心脏的跳动,但一旦心脏的跳动失去了原有的规律,就会感到不舒服,有的感到心脏忽然停顿一下,像乘电梯一样有一种

坠落感,有的感到心脏突然猛烈冲击胸部,有的则觉得心脏快跳到喉咙里了,更多的是觉得心悸、胸痛、眩晕、心前区不适感、憋闷、气急、手足发凉和晕厥,甚至猝死。如果有上诉症状,应警惕自己患了心律失常,须及时到医院心血管专科就诊,以免延误病情。通过常规心电图(ECG)、动态心电图(DCG)、电生理检查及事件记录器等检查方法可以确诊大多数的心律失常,其中常规心电图是最简单、最方便、最快速的检查方法,而我们在家里自测脉搏及血压也是一种重要的检测的方法。

导致心律失常的原因包括心脏传导系统的激动异常和传导异常,合并其他疾病如冠心病、心肌炎、心衰、甲状腺功能异常、内环境紊乱、酸碱平衡失调、高血钾或低血钾,还有药物因素,比如不规范使用抗心律失常药物,服用安眠药、喹诺酮类抗生素

(氧氟沙星)和促胃肠蠕动的药物(多潘立酮或者莫沙必利等)。

有些正常人也有可能出现心律失常,如偶发的早搏或者出现窦性心律不齐,这些心律失常不会对人体产生太大的影响,一般不需要特殊处理。而一些严重的心律失常如果不及治疗,有可能导致死亡,需要及时进行处理,并根据病因进行积极治疗。应及时规避和消除一切可能引起心律失常的因素,比如心律失常是因药物引起,需立即停止使用该种药物;如果已经发生心律失常,需尽可能不要吸烟、饮酒以及喝浓茶和咖啡。除此之外还要重视病因治疗。去除病因是实现心律失常有效治疗的重要方法。如果是因为冠心病、心肌缺血引起的心律失常,需要改善冠脉狭窄情况,恢复心肌的正常血流灌注;如果是甲状腺功能亢进引起的心律失常,经对因治疗,当甲状腺功能恢复

正常,心律失常也可以得到缓解。

心律失常治疗方式还包括抗心律失常药物应用、电复律、导管消融、起搏器植入等,均已经取得了较好的临床效果。针对不同的心律失常,临床上有相应的治疗措施,因此,心律失常的患者需要到专科门诊找相关的专家进行就诊,在医生的指导下选择正确的、合理的治疗方案。

正确认知疾病,才能做好疾病的预防,且在发生疾病时才能够正确处理。如果自己不幸患上心律失常,也不要过于紧张、担心,积极配合治疗,一定能够战胜疾病。

(作者系安阳地区医院心内二科副主任医师)

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

重点疾病 防控专栏

二手烟的危害不容小觑

世界卫生组织的报告表明,吸烟对人类的危害是多方面的,吸烟与肺癌、慢阻肺、哮喘发作以及心悸、中风等疾病均直接相关。吸烟者发生肺癌的风险明显比戒烟者和不吸烟者高。除了直接吸烟,二手烟对被动吸烟者的危害一点也不比主动吸烟者轻,特别是对少年儿童的危害尤其严重。

二手烟是在吸烟过程中释放到环境中的烟雾。吸烟者呼出的主流烟、侧流烟与周围的空气混合形成二手烟。与主流烟相比,侧流烟含有更多的有毒化学物质。新排放的侧流烟颗粒比主流烟颗粒小,因此能够更深的进入肺部 and 更易进入血液。同单位体积的侧流烟毒性比主流烟高4倍,致癌性比主流烟高2倍至6倍。二手烟含有数百种已知有毒或致癌的化学物质,其中至少69种致癌物,包括重金

属、烟草中有亚硝胺及多环芳烃等有害物质,可损害遗传物质和干扰细胞正常分裂,破坏机体的免疫功能,引起癌症和畸形的发生。

二手烟暴露没有所谓安全水平,即使短时间暴露于二手烟中也会对人体健康造成危害。排风扇、空调等通风装置,都无法避免非吸烟者吸入二手烟。

调查显示,在中国,被动吸烟的主要受害者是妇女和儿童,尽管她们自己并不吸烟,但经常在家庭、公共场所遭受他人的二手烟。除此之外,职场、会场等也经常会成为二手烟的场所。虽然没有直接吸食香烟,可是吸入体内,仍能对身体造成危害,甚至比吸烟者的危害更大。

安阳市疾病预防控制中心
安阳市健康教育所