

市妇幼保健院乳腺科专家提醒：

“三早”是提高乳腺病疗效的关键

本报讯 歌手姚贝娜1月16日因乳腺癌离世的消息，引发不少女性朋友对乳房健康的关注。3月9日，笔者在市妇幼保健院乳腺科采访得知，从春节前到现在，来该科检查乳腺的病人猛增，日接诊量较以往增长一倍多。

当天上午，笔者在该科门诊看到，等待就诊的人很多。其中一位女士因来月经时乳房胀痛也来检查，想“图个放心”。该院乳腺科专家丁桂梅说：“从前到现在，检查乳腺的病人猛增，日接诊量较以往增长一倍多。如果女性朋友都有了这样的乳房保健

意识，乳腺疾病就不再可怕了。”

2003年，家住鲁山县的46岁的赵女士因偶感右乳上方有针扎样疼痛，来到市妇幼保健院乳腺科检查。丁桂梅经触诊发现，赵女士双乳腺外上方均可触及范围约5.0×4.0cm的增厚组织，其内有数个结节，质较硬、可移动、稍压痛等。经乳腺钼靶检查，诊断为双乳增生伴双乳钙化，高度怀疑为乳腺癌，建议手术。病人同意后，在该院行双侧乳腺外上方局部手术切除，术中经冰冻切片快速诊断，证实为双侧乳腺癌。随后，赵女士又在该院行双侧乳腺改良根治术，术后，病理

诊断双侧早期乳腺癌，患者恢复良好。十多年过去了赵女士身体状况依然良好。

“乳腺癌是女性最常见的恶性肿瘤之一，但乳腺癌的早发现、早诊断、早治疗，是提高疗效的关键，赵女士就是很好的例子。”丁桂梅认真地说。

资料显示，在我国，乳腺癌在全身各种恶性肿瘤发病中所占的比例为7%~10%，在妇科恶性肿瘤中，仅次于子宫颈癌，发病率为23/100000，以40~60岁，绝经期妇女发病率相对较高。

丁桂梅表示，乳腺癌的病因尚未完全清

楚，目前多认为和情志失调、饮食失节、冲任不调或先天禀赋不足引起机体阴阳平衡失调、脏腑失和等有关。比如经常生闷气的人、休息不规律的人、喜欢熬夜的人等，都容易患乳腺癌。另外，它的发病率也与遗传有一定关系。因此，丁桂梅提醒女性朋友，特别是患有乳腺疾病的女性，要定期到医院检查。平时一旦发现乳房疼痛、乳房肿块、乳头异常溢液等预警信号，一定要及早就医，做到早发现、早诊断、早治疗，以免贻误病情。

(葛生华 王春英 苗四海)

中西医结合让患者及早康复

访市中医院脑病科主任唐天华

“在对患者的治疗过程中，我们提供从急救至康复一体化的脑血管病治疗方案。由于康复手段的及早介入，患者死亡率和致残率明显下降，使许多患者转危为安。”近日，在市中医院脑病科采访时，该科主任唐天华对记者说。

叶县的李先生今年42岁。前段时间，李先生突发脑梗死，昏倒在地。家人发现后，将其送到市中医院治疗。患者当时言语不清，上下肢瘫痪。值班医生颜晓华立即为其实施了颅内血肿微创清除术，并配合中药汤剂、针灸等特色治疗及早期康复介入。康复期以中药为主，配合运动疗法、针灸、穴位贴敷、穴位注射、中药熏洗等，改善患者的脑功能及患肢功能。经过积极治疗，20天后，患者可以进行肢体动作。40多天后，患者恢复了正常的走路姿势。不到半年，李先生就正常上班了。

60多岁的市民王先生3个月前来到市中医院。当时，王先生右侧肢体瘫痪，针刺没有反应，言语不清。经该院医生实施开颅手术，又配合运动疗法、针灸、穴位贴敷、穴位注射、中药熏洗等康复治疗，如今，王先生已经可以进行正常的言语交流。

唐天华认为，脑血管疾病发病率高、死亡率高、致残率高且并发症多。在该病的治疗上，中西医各有优势。在传承和发挥中医特色的同时，他带领他的团队勇于借鉴西行之有效的治疗手段，积极探索一条让更多患者受益的中西医结合的治疗途径。唐天华说，努力保障患者及早康复，提高患者身体素质，提升患者的幸福指数，就是他们从医者的最大心愿。

在采访中，笔者发现市中医院脑病科拥有一个团结、向上、求实、合作的团队。大家共同探讨、共同提高、学术氛围浓厚。该科先后在各级刊物上发表论文70余篇，临床医生定期或不定期外出参加学术活动并发表学术演讲。

(本报记者 葛生华)



三八节前夕，市妇幼保健院220名女职工分批来到叶县进行庆祝三八妇女节踏青爬山活动。通过这次活动，女职工们陶冶了情操，锻炼了身体，增强了团队协作精神。

张蕊 摄

每天走万步 延年又益寿

一项新的研究显示，年轻、健康的成年人即使只有几天不运动或减少运动量，也会影响腿部血管内皮功能，其腿部血管内皮功能就会开始衰退。

美国密苏里大学医学院研究人员发现，如果五天不运动，就容易造成血管功能障碍，如果想要恢复正常血管功能，就必须持续运动一天以上，且每天至少要走一万步，才能使血管恢复健康。

人们都知道不运动会对身体造成危害，但这种情况可以逆转。许多研究数据已经显示，无论是患哪种疾病，或人生在哪个阶段，只要愿意多运动，就有助于延长寿命。不过，该项研究却发现，即使仅有短短5天不运动或运动量减少，就会对腿部血管造成伤害，而这样的伤害会维持一段时间，而血管功能需要多花一些时间才能恢复正常。

以前已经有研究发现，如果很少运动或不运动，就会引起肥胖等问题，接下来就会产生胰岛素抗性，进而导致II型糖尿病和心血管疾病。

发表在最近出版的《运动医学与科学》期刊上的这项研究称，从该研究结果来看，不运动或少运动真的会影响血管健康。研究人员指出，一个人平时每天应走10000步或以上，如果每天只走不到5000步，持续5天，其腿部血管内皮功能就会逐渐衰退。而维持身体健康的最好方式就是多运动。

(曹淑芬)



3月6日下午，市第一人民医院医护人员在进行迎三八呼啦圈比赛。在三八妇女节到来之际，该院在确保正常工作的前提下，组织平日忙碌在临床一线的女医务工作者进行了迎三八趣味运动赛。

本报记者 牛智广 摄

急诊科传出的“扶不扶”故事

3月3日上午9点左右，一位中年女性手提花篮匆匆地来到市第五人民医院急诊科，寻找一位名叫王春红的好心人，要向她当面表达深深的谢意，并道出了一段“扶不扶”的现实版故事。

经过询问得知，3月2日下午5点10分左右，该科护士王春红行至市区姚孟鱼市东上坡路200米时，远远地看见路中间躺着一个老人，身上压着一辆电动车，七八个围观群众在指指点点，上下坡的车辆也小心翼翼地选择绕行。职业的敏感让王春红停下电动车，仔细一看是一名五六十岁的老人，脸上有多处擦伤，额头上有明显血迹，双目紧闭，脸色发白，意识不清，表情十分痛苦。

见此情景，王春红迅速掏出手机拨打了120、110，并小心地扶起了压在老人身

上的电动车，解开老人的衣领口、袖口，摸了摸老人的脉搏。在等待救护车的过程中，围观群众议论纷纷：“傻不傻啊，管这事干啥……”“可别叫讹住了……”王春红顾不上周围的议论，从老人口袋中找出手机，拨打了通讯录里“大女儿”和“老伴”的电话，但没能打通。再拨打“二女儿”的电话，却一直无人接听。

5分钟后，市第五人民医院的救护车赶到事发现场，王春红和同事们一起把老人抬上救护车返院做进一步检查。到医院后，老人的手机响了，是老人的大女儿打来的。下午6点左右，老人的家人火急火燎地赶到了医院。

经过了解，老人姓张，今年59岁，是附近苗侯村6组的村民，有癫痫病史。经进一步检查和治疗，老人意识渐渐恢复，头

颅CT显示无明显异常，随后转入外科病区住院观察治疗。

3月3日上午，老人的大女儿手提花篮来到市第五人民医院，向王春红表示感谢。3月6日上午，老人的二女儿也带着感谢信从襄城县赶来，说一定要见见这位好心人，向她当面表示感谢。

市第五人民医院的相关领导表示：“遇见老人摔倒，该不该扶从来都不是问题，敢不敢扶才是问题。好人好事永远是我们这个社会追求的主流。”急诊科的同事也说，这事发生在王春红身上并不是偶然的。王春红自2006年参加工作以来，一直在平凡的护理岗位上付出着辛勤的劳动。她真诚、踏实、沉稳、努力，是领导眼中的好员工，也是同事眼中的好心人。

(李涛 葛生华)

健康新华 与爱同行

新华区卫生局开展学雷锋活动

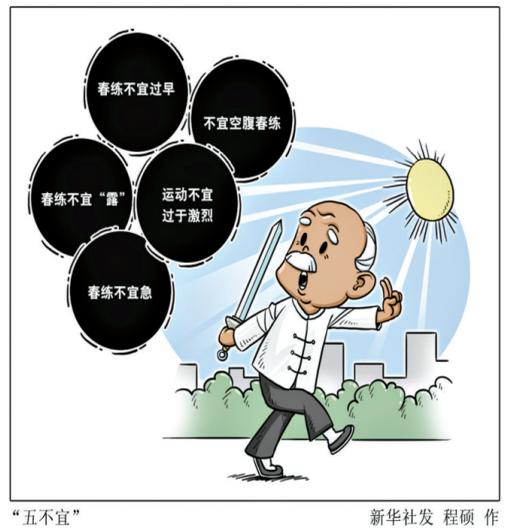
本报讯 3月5日是学雷锋纪念日，也是第16个“中国青年志愿者服务日”。为进一步弘扬雷锋精神和“奉献、友爱、互助、进步”的志愿者精神，新华区卫生局组织了由执业医师、执业护士为主的25人志愿者服务队，从3月初开始前往辖区敬老院为老人们开展免费健康服务。

3月4日上午，志愿者服务队携带心电图仪、B超机等仪器设备来到焦店镇敬老院，为这里的20余位老人进行了身高、血压、体重指数、

心肺听诊、腹部触诊、空腹血糖、血常规、肝功能等26个项目的免费体检，询问老人们现存的主要健康问题及主要用药情况，并根据体检结果进行健康指导。

据新华区卫生局副局长李建军介绍，志愿者服务队将为辖区所有敬老院开展免费服务并形成长效机制，结合“健康新华·乡村行”活动，推进志愿者服务常态化开展，为打造健康新华贡献力量，为辖区居民实现“健康梦”加油助力。

(葛生华 王俊杰)



欢迎订阅 平顶山日报 平顶山晚报 订报即送礼品一份

一报在手知天下 随订随送到您家

即日起凡订阅跨年度满一年的《平顶山日报》或《平顶山晚报》的市区个人自费订户均送6罐装草黄金一提，数量有限，送完为止。

《平顶山日报》266元/年 《平顶山晚报》168元/年

发行部征订咨询电话：4965269 8980198 4962421

3月19日-22日 市体育村车展 暨“威佳汽车城”杯车模大赛

主办单位：平顶山市汽车行业协会 平顶山日报社
 协办单位：东强车饰
 媒体支持：平顶山日报 平顶山晚报 平顶山日报社网报 平顶山新闻网 平顶山手机报 平顶山微报

倒计时 8天

春季大型汽车“惠”购

聚集全市主流品牌，三月最佳购车季，一站看全SUV车型，现场比价更实惠，买车享多重抽奖礼遇，为车生活添精彩。

车模大赛

车模大赛报名方式：关注微信公众号“微车市”，进入车模大赛板块按要求即可报名。

报名购车就有大礼送

报名并成功购车者本报均送价值1880元大礼包(只限前700名)；

招商范围：

汽车整车、汽车配件、汽车用品、汽车延伸产品、汽车服务等。

独家冠名，不分行业，先报先得！

报名方式：编辑短信“姓名、电话、意向车型”到 15993509477、15093769275，收到回复信息即为报名成功。

车空气空气净化器
 车载定位仪
 油卡
 海信洗衣机
 海信冰箱
 海信电视
 电动车 (限云丰行提供)

友情支持：河南远成广告有限公司 名豪奥斯卡影城 海信电视 海信空调 海信冰洗 派德广场【空气净化机专卖】 骥云车行