

平煤神马医疗集团总医院医学检验科：

引领区域医学检验规范化发展

本报讯 医学检验科是临床疾病的“侦察兵”，这里的医护人员常年在实验室工作，收集和分析大量实验数据，为临床医生提供精准有力的诊断依据，是诊疗的“幕后英雄”。去年，新冠肺炎疫情席卷全球，核酸检测成为人们熟知的医学名词，医学检验专业人员更是逆行出征，其抗疫路上“侦察兵”的角色深入人心。

近日，笔者走进河南省医学会检验专业委员会常务委员单位、市医学会医学检验专业委员会主任委员单位——平煤神马医疗集团总医院（以下简称总医院）医学检验科，了解深耕医学幕后、跟随现代医学发展的检验科工作常态。

PCR实验室内见证检测金标准

在疫情发生之前，大部分人对检验科的认识还停留在查血、查尿、查大便这些常规医疗检测层面。经此次疫情之后，人们对检验科的工作有了重新认识。

“例如PCR实验室，新冠病毒就是通过这个实验室得到准确的检测和翔实的检测报告的。”总医院检验科主任白振宇说，“PCR实验室又叫临床基因扩增实验室，通过分子生物学手段追踪病毒的DNA或者RNA基因片段，能迅速检测出患者体内的病毒含量。”

作为我市唯一一家PCR培训基地，总医院的PCR实验室早在2018年底就通过了省卫生厅临床检验中心验收，其分子

生物学技术水平已步入国内同级医院先进行列。目前，该科共有38位检验师获得PCR从业资格证书，他们依托完善的实验室建设、过硬的检测能力，为全市各医疗卫生机构检验从业人员提供规范培训。

去年4月，PCR实验室取得全国新冠病毒核酸检测实验室间质评合格证书；8月，在国家卫生健康委临床检验中心公布的全国第二次新冠病毒核酸检测实验室间质评结果中，该科获得满分的优异成绩。凭借着过硬的技术、规范化的流程，总医院医学检验科为推进新冠肺炎核酸检测结果的准确性提供更多保障。

PCR实验室与患者紧密相关

新冠病毒让人们知道了PCR实验室，但它到底对老百姓有什么作用呢？白振宇回答：“与每一位患者紧密相关。总医院很早投入PCR实验室建设，为的就是在临床诊断检测的大众运用上，为临床诊疗提供更大的支持。”

“PCR实验室可开展对病原微生物包括病毒、细菌等病原菌的检测和诊断，如临床常见的各种流感病毒、乙肝、丙肝、戊肝、结核等，还可以对肿瘤基因、遗传基因等进行精准检测。”白振宇介绍说：“女性朋友关心的备孕叶酸应该怎么吃，中老年朋友关心的降压药吃哪种效果更好，为什么有的人喝酒脸发白、有人脸发红，

什么样的才能喝酒，这些疑问都能通过PCR实验室给出‘精准到基因’的检测结果，这些都是临床治疗上不可或缺的诊断依据。”

白振宇介绍，检验与临床需求相适应，是该室谋求高质量发展的方向。近年来，在与临床医生陪伴诊疗的过程中，医学检验科还开展了一系列特异性高、社会效益好的项目。例如，应骨科、血液科临床需求开展的蛋白电泳诊断多发性骨髓瘤，应心内科、创伤骨科临床需求开展的血栓弹力图TEG检测全血凝血功能，以及抗PLA2R受体抗体检测诊断膜性肾病，胃功能三项检查筛查胃癌、判定胃功能等。高质量的检测项目弥补了我市检验专业的空白，其中多项诊断性检验为临床提供了必要的诊疗依据，避免了患者长期外送第三方实验室或辗转奔波上级医院带来的不便。

在检验科的荣誉墙上，整齐地悬挂着两排国家级和省级的室间质评证书。2019年，总医院医学检验科荣获河南省临床检验中心“质量管理优秀实验室”称号，该科的质控管理水平获得了专家的一致好评。

优化流程 方便患者 服务临床

有过硬的技术支持还不够，暖心的医疗服务同样重要。为了提高患者的就医满意度，总医院检验科在练好基本功的同

时，还优化了接诊服务，规避排队长、检查难，缩短取结果的时间，为特殊病人提供便捷服务等，不仅把检验科的“微观功夫”练到了极致，更把温情的医疗服务传递到了患者心里。

在检验科门诊大厅，人工与信息化设备双开通。5个抽血窗口开通了“分诊+抽血”一体化服务，更加节约患者时间。窗口执行“首问负责制”，第一个接待患者的工作人员必须一路负责到底，直到患者满意离开检验科为止。

在缩短取报告时间的优化服务中，检验科团队多方研究、调整方案，将准备工作前移，更新试剂，加强质控和人员合作，终于形成一套便民流程：普通生化标本上午10:00前抽血，患者最迟11:30即可拿到检验报告。该流程运行半年以来，大大缩短了等待时间，更提高了临床医生的诊断效率，避免了重复问诊造成的人力、物力、财力的浪费。

聚力高质量发展，多方创新为发展提供动力源泉。检验科团队十年如一日地坚持学习、坚守阵地，他们用学习型团队的不竭动力为创新助力。作为新乡医学院的带教医院，总医院检验团队用科教研一体化发展的学科实力打造出专业名片，引领鹰城检验医学进步发展的新方向。

（李莹）

多吃豆酱减少肌肉流失

本报讯 随着年龄的增长，人体骨骼会疏松，肌肉会流失。近期，日本京都府立医科大学研究生院内分泌和代谢内科的研究小组发表在《营养》杂志的一项研究报告，平时食用豆酱多的女性糖尿病患者，与非豆酱饮食习惯的患者相比，肌肉减少症的患病率明显降低。

研究小组利用以该大学为中心共同开展的一项多单位多用途队列研究的数据，以351位糖尿病患者为对象，就豆酱摄入量与肌肉减少症患病率之间的关系进行分析和横断面研究。

结果表明，肌少症患病率，男性为8.7%，女性为22.6%；女性中，习惯性豆酱摄入量与非习惯性摄入量相比，体脂百分比、体重指数、糖化血红蛋白值以及肌少症患病率均明显降低。调整可影响肌少症发病风险的因素后发现，习惯性豆酱摄入量与非习惯性摄入量相比，肌少症风险显著降低80%，并且豆酱汤摄入量越多，肌少症患病率越低。研究人员认为，豆酱或可通过抑制脂肪的积蓄，降低脂肪引发的炎症反应，从而抑制肌肉萎缩。还有，大豆中富含的不饱和脂肪酸有助于保持肌肉力量，特别是发酵大豆食品的豆酱，具有提高胰岛素敏感性和抗氧化作用。

（宁蔚夏）



急救演练

5月9日上午，宝丰县医疗健康集团人民医院胸痛中心开展急救演练，30余名医护人员参加。

据介绍，演练模拟由120接诊急性心梗患者“双绕”直达导管室进行急诊PCI的救治。通过演练，进一步增强了医护人员“时间就是生命”的急救意识，从实践中发现问题，从演练中

锻炼医护队伍。 吴非 摄

孩子多下棋抗压能力强

本报讯 有研究表明，下棋高手在必要时必须冒风险，如为确保最终胜利，有时需要牺牲掉一些棋子。澳大利亚蒙纳士大学和迪肯大学研究小组发表在《发展经济学》的研究发现，下棋可提升青少年抗风险能力。

研究人员招募了400名15岁至16岁的英国学龄儿童，训练他们下棋。一年后，他们对每一名青少年进行测试，查看他们的认知能力是否发生变化。研究人员注意到，对于一些学生而言，下棋提高了数学成绩，改善了逻辑和理性思维。研究人员表示，棋类运动有助于青少年建立自信承担风险，这意味着，下棋越多，他们的技术越娴熟，自信心越强。结束参与研究1年后，大多数青少年抗风险能力上升。（王晓雄）

市计生科研所不孕不育诊治中心医生提醒：

女性不孕有三大类因素

本报讯 李女士结婚3年却一直没怀孕，她四处求医，最终检查出是内分泌因素导致。经过精心治疗后，目前李女士已怀孕。市计生科研所不孕不育诊治中心医生刘伟娜提醒，女性不孕有三大类因素，生活中要处处留意，以及及时发现不孕的原因。

“女性不孕有多种原因，大致可分器质病变因素、免疫因素、内分泌因素三大类。”刘伟娜说，早期预防、诊断和治疗很重要。临床除少数女性是因为先天生理缺陷引发不孕外，大多数不孕症是后天疾病引发的。后天的疾病因

素都是能预防的，只要在青春期、婚前婚后注意防护，做到关心、呵护生殖系统，及时发现不孕不育的蛛丝马迹，完全可降低不孕症的发病率。

刘伟娜表示，女性经历过早者易患不孕症；第二性征发育迟缓者易患不孕症；不注意经期保护者易患不孕症，若不注意经期卫生，可能引发阴道炎、宫颈炎、子宫内膜炎和附件炎等，发生输卵管阻塞、通而不畅的可能性增加。另外，女性发现内分泌方面的问题，如月经稀发、闭经、痛经、月经不按时，应及时就诊。月经来潮过晚，往往提示生

殖系统发育出现问题；月经来潮后又停止，往往说明内分泌出现异常；如果出现严重痛经，可能存在子宫发育、子宫内膜异位等问题。另外，女性有肥胖、多囊等症，很可能是多囊卵巢综合征。

“身体过瘦或过胖也易患不孕症。有的少女月经16岁之后来潮，月经量少、色淡、质稀，节食、减肥的女性同样易患不孕症；而过于肥胖的女性，婚后长时间不怀孕，要排除肥胖性生殖无能综合征、多囊卵巢综合征等疾病的可能。”刘伟娜特别提醒。（牛瑛瑛）

市妇幼保健院助高龄瘢痕子宫产妇顺利自然分娩

本报讯 4月18日，36岁的二胎产妇谷女士临产前向市妇幼保健院写了一封真情流露的感谢信，感谢该院让其无忧分娩。

谷女士的第一胎是剖宫产，第二胎她有着强烈的自然分娩意愿。咨询多家医院，医生都建议她剖宫产。直到4月13日她在市妇幼保健院开办的免费孕妇学校遇到了讲课的张红英。

张红英是该院中心产房一名有着33年助产经验的助产士，她热情地向谷女士介绍：“只要身体符合自然分娩标准，都可以尝试自然分娩。而且我院还是平顶山市危重孕产妇救治中心，具备5分钟内急诊剖宫产的设施条件和技术精湛的专

业医护团队，一旦自然分娩过程中出现不适，可以很快转为剖宫产。”听了她的一席话，谷女士心里的石头落了地。

市危重孕产妇救治中心主任、市妇幼保健院产科三病区主任孙菊英和副主任陶丽平一起，对谷女士进行了专业细致的评估，认为她符合自然分娩条件。

为促进自然分娩，张红英还专门带着谷女士来到孕妇学校，教她跳起生育舞蹈，谷女士兴趣满满，心情放松。但产科三病区的医生和护士并没有丝毫放松警惕，她们按照既定方案和流程，时刻监测着孕产妇和胎儿的情况。毕竟谷女士经历过一次剖宫产，带疤痕的子宫自然分娩仍有危险性，因为生产过程中子宫承受的

压力骤然加大后，存在子宫破裂、产后大出血等风险。

4月16日，夜幕降临，谷女士有了生产预兆，产科三病区的管床大夫胡延峰和杨春寸步不离地守在她身旁，时刻做好自然分娩和剖宫产两手准备。孙菊英和陶丽平时时刻关注着情况，护士长李慧英整夜未眠，随时待命。次日清晨，谷女士被送入产房。到产后，张红英亲任助产士，引导谷女士采用“自由体位”方式生产，用温暖的话语缓解她的紧张情绪，降低她的疼痛感。上午11点5分，谷女士成功诞下一名重3100克的健康女婴，母子平安。

医护人员的关爱，谷女士不仅感受到

了，而且充满感激。4月18日临出院前，她写了一封真情流露的感谢信：是市妇幼保健院医生的专业评估让我吃了定心丸，医护人员鼓励的话语和亲切陪伴更像一盏明灯鼓励着我前行，让我得以无忧分娩。

据市妇幼保健院相关负责人介绍，第一胎剖宫产的产妇二胎转为自然分娩，在国内各地都是一个难题。这位瘢痕子宫产妇成功自然分娩，好比一场精彩的接力赛跑，从孕妇学校到产科病区再到产房，医护人员鼓励的话语和亲切陪伴更像一盏明灯鼓励着我前行，让我得以无忧分娩。（牛瑛瑛 王春英 苗四海）

本报讯（记者魏应秋）高血压是一种常见的疾病，是引发心脑血管疾病的重要危险因素，也是损伤心、脑、肾等重要器官的潜在威胁。血压越高，心、脑、肾等主要器官的血管受到损害的风险就越大。最新数据显示，目前我国的高血压患者大约有2.9亿人，我省目前大约有2000万人。与高血压的高发病率相比，我国高血压的控制率却处于较低水平，具有“三低一高”的特点，即低知晓率、低控制率、低达标率和高发率。

高血压患者年轻化

“近年来，年轻人高血压发病率有升高的趋势，门诊经常遇到十六七岁的患者。”5月7日下午，市第一人民医院高血压达标中心主任、心内三科副主任赵文娟表示，高血压这一慢性疾病目前不再是我们所认知的那样常发于中老年人。由于工作压力大、不良生活习惯、肥胖、缺乏锻炼等，越来越多的年轻人受到高血压的困扰。年轻人患了高血压，一定要遵医嘱按时服用降压药，平时生活中也要注意缓解工作压力和改善生活习惯。

赵文娟说，正常情况下，人在静息时的血压应该低于140/90mmHg，若是超出这个上限，或者在三个不同的时间测量均超过140/90mmHg，即可诊断为高血压。高血压是一种以动脉血压持续升高为主要表现的慢性疾病，常引起心、脑、肾等重要器官出现慢性的并发症。早期症状包括头痛、眩晕、心悸、胸闷、气短、肢体麻木等。但是，不少病人平时没有丝毫不适症状，或者仅在早期有轻微症状，如轻度头晕、头痛等，极易被忽视，从而造成高血压患者知晓率低。高血压长期得不到有效控制，容易引起各种并发症，例如冠心病、心绞痛、心肌梗死、脑卒中、肾病等疾病，甚至猝死，被称为无声的杀手。目前为止，只有少部分继发性高血压可以查到病因，从根本上得到治疗，但仍有大部分原发性高血压查不到病因，那么治疗的目的是控制病情，将血压控制在正常范围内，不引发其他并发症。因此，建议人们每年到正规医院检查一次，做到早发现、早治疗，与此同时，还要提高服药依从性，这样才能有效控制血压。

高血压“伤心”“伤脑”又“伤肾”

“高血压本身并不可怕，可怕的是它的并发症，会导致多个器官受损。”赵文娟说，有数据显示，约有70%的脑卒中与高血压有关，而脑卒中又可导致痴呆、瘫痪、致死等严重后果。高血压还会诱发心肌梗、冠心病、心衰等疾病。高血压若长期没有得到治疗，可导致肾小球压力增高、肾小动脉硬化，进而影响肾功能，甚至导致肾衰竭。另外，高血压患者中，有不少人伴随眼底病变，影响视力，甚至造成失明。总之，高血压造成的危害是很大的。

赵文娟表示，高血压分为原发性高血压与继发性高血压两大类。与只能终身服药控制的原发性高血压不同，继发性高血压是由于其他疾病导致血压升高，找到病因并祛除后，高血压往往可以治愈。为了避免对健康造成严重损害，高血压患者在生活中要严格控制血压，坚持在医生指导下规律服药治疗，不可擅自停药或改变药量。生活中也要注意调节饮食，不吃高盐、高脂肪的食物，还应积极进行各项运动，保持轻松、愉悦的心态。生活习惯的调节配合药物治疗，可以使血压得到良好的控制，也可以防止高血压并发症的发生。

知晓危害 规范治疗

“目前，人们对高血压的认识还存在不少误区，比如没有症状就不需要治疗、降压药物有依赖性、过度地夸大药物的副作用等。”赵文娟说，近年来，市第一人民医院积极通过多种途径让群众重视高血压，知晓其严重危害，规范诊治。

据介绍，2019年，市第一人民医院荣获中国高血压达标中心、中国心血管健康联盟等认证授牌，标志着该院高血压疾病的规范化诊疗又上了一个新台阶。近年来，该中心通过创新诊疗管理方式，为高血压患者提供更加科学、规范、专业的健康服务。作为中心负责人，赵文娟专门建立了高血压患者微信群，对高血压患者进行健康宣教和问诊随访，并在微信群里开展“高血压患者健康课堂”，定期进行高血压健康知识讲座，受到广大患者一致称赞。另外，为了促进高血压的规范诊治，让群众重视高血压，尽早就医，该中心还经常通过院内宣教、社区科普教育、义诊筛查等多渠道向公众宣传，并结合社区医护人员的教育培训，把分级诊疗的成果惠及更多市民。自2019年以来，该中心组织开展几十场高血压知识宣讲会，着力提高广大群众对高血压的认识。

多学科协作

汝州市一院成功为先天性心脏病女童实施手术

本报讯（记者魏应秋 通讯员王文璐）5月8日，汝州市第一人民医院

胸心外科在手术室麻醉科、超声科、导管室的全力协作下，成功为一位两岁8个月患先天性心脏病的儿童实施介入手术。该手术的顺利完成，开创了该院乃至汝州市心脏介入治疗的最小年龄纪录。

该患儿出生后常规体格检查发现心脏杂音，诊断为先天性心脏病（房间隔缺损），患儿父母辗转多家医院求医问药。在了解到该院为汝州市唯一能开展房间隔缺损介入封堵术的医院后，患儿父母找到该院胸心外科主任段助伟寻求帮助。段助伟为患儿父母详细介绍了该病的发病原理、疾病危害和治疗方法，强调介入封堵术为创伤性最小的治疗方法，仅用右腹股沟2.5mm的穿刺点就能根治该病。患儿家属最终决定在该院接

受治疗。术前，段助伟和手术室麻醉科主任韩亚鹏、超声科主任刘维明、导管室医师高飞联合会诊，为患儿提供术中麻醉、超声指导、介入保障。在所有人的共同努力下，手术仅用时40分钟，圆满完成。

段助伟介绍，房间隔缺损是指在胚胎发育过程中，房间隔的发育、吸收和融合出现异常，导致左右心房之间残留未闭的缺损，是最常见的先天性心脏病之一。房间隔缺损约占所有先天性心脏病的10%，发病率在小儿先天性心脏病中排第二位，占成人先天性心脏病的20%—30%，是成年人中最常见的先天性心脏病，女性较男性多见。2021年以来，汝州市第一人民医院胸心外科在段助伟的带领下，共完成心房间隔缺损手术5例、卵圆孔未闭手术1例、急性肺动脉栓塞手术3例。

健康周刊联系电话

18317631155