市妇幼保健院推出庆六一健康大礼包

本报讯（记者魏应钦 通讯员王春英 苗四海）5月30日，从市妇幼保健院传来消息，为护佑鹰城儿童健康，该院将在六一国际儿童节当天，为前来就诊的儿童推出系列健康大礼包。这是该院积极践行“健康中国”战略目标，进一步落实省委、省政府和市委、市政府打造“健康中原”“健康鹰城”部署，促进全市儿童身心健康的又一新举措。

当天，来该院就诊的14岁以下（含14岁）儿童免收挂号费；儿童眼保健科免费为0-6岁儿童进行远视储备检查，免费建立儿童屈光档案，免费为18岁以下人群进行验光及视力检查；儿童保健科推出儿童骨密度检查半价优惠；儿童耳鼻咽喉保健科免费为儿童进行电子鼻咽喉镜、鼻内窥镜检查；儿童口腔保健科对儿童免诊查费等。

近年来，随着环境、饮食、生活习惯、学习压力等因素的影响，儿童视力、口腔、鼻咽喉部等疾病呈增多趋势，近视、弱视、口腔疾病、鼻咽喉疾病、心理及膳食营养问题等呈低龄化趋势，我国各年龄段鼻咽癌的整体发病率据世界首位，因此，及时发现治疗儿童视力、口腔、鼻咽喉疾病，及时评估并促进儿童身心健康发育，需要全社会共同关注。

多年来，作为我市三级妇幼保健院和地市级现代化妇幼保健专业机构，市妇幼保健院不断引进新技术、新设备，开展新项目，全面提升服务水平，如儿童保健科在我市率先开展骨密度检查、神经心理发育评估、膳食与营养评估，儿童口腔保健科开展进口的3M树脂牙齿窝沟封闭及各类儿童牙病检查治疗，儿童眼保健科开展儿童近视的防控和弱视检查治疗等，赢得了不少患儿家长的信任与青睐。

为提高我市儿童鼻咽喉疾病的诊治水平，2021年5月，该院还斥资引进了检查和治疗鼻咽喉部病变的电子鼻咽喉镜。电子鼻咽喉镜采用光学数字技术，利用一种很细的带镜头的光导纤维从前鼻孔进入，直达鼻咽喉部最深处，可直观清晰地观察到鼻咽部有没有腺样体肥大、扁桃体肥大、鼻窦炎、鼻中隔偏曲、鼻息肉、鼻腔新生物、鼻咽喉新生物、慢性咽炎、急性会厌炎、声带新生物、咽喉部良恶性肿瘤等病症，做到早发现，早治疗，以免影响儿童生长发育、智力发育及身体健康等。

市区5岁的明明（化名），两年前出现鼻塞、流涕、张口呼吸、睡觉打鼾伴憋气等症状，辗转多家医院治疗，效果不佳。近段时间，家人发现他的症状越来越重，其睡觉时爱翻身，爱趴着睡，小嘴也噘了起来。经朋友推荐，家人带明明来到该院儿童耳鼻咽喉保健科进行了全面检查和电子鼻咽喉镜对症检查，确诊为扁桃体伴腺样体肥大、鼻窦炎、儿童鼾症，并出现了明显的“腺样体面容”。对症手术治疗后，孩子多年的不适症状消失了。

“电子鼻咽喉镜和鼻内窥镜检查费用总共是305.9元，为了我市儿童的健康成长，我们决定免去这些费用，为他们送上一份不一样的节日祝福！有需要检查的可以提前预约。预约电话：0375-8917126。”儿童耳鼻咽喉保健科负责人于博说。

据了解，将在六一期间减免费用开展的儿童骨密度检查、视力检查、验光和口腔诊查等，均采用新技术、新设备，让儿童得到一个全新的体验。

据了解，此次活动院方和各科室都非常重视，提前调试好设备，安排好六一国际儿童节当天的接诊、检查等事宜，确保活动顺利有序进行。

市计生科研所不孕不育诊治中心医生提醒：

精子形态学检查 可判断精子质量和生育能力

本报讯（记者魏应钦）“幸亏在你们这里做了精子形态学检查，找到了不孕原因，消除了我们多年的困惑，现在我妻子已经怀孕两个多月了。”近日，在市计生科研所不孕不育诊治中心，来自舞钢市的刘先生兴奋地说。

刘先生和妻子结婚5年，一直未育，双方都去医院检查过，但没发现什么异常。半年前，他们来到市计生科研所不孕不育诊治中心，该中心医生席文举建议刘先生做一下精子形态学检查。刘先生刚开始拒绝，他认为之前做过精液常规检查，结果显示精子的相关数据都在正常范围内。后在医生的耐心解释下，他才做了精子形态学检查，结果显示不正常。

据席文举介绍，他在接诊时经常遇见像刘先生一样的患者，精液常规检查中的数据都正常，女方检查也是正常的，但就是不能怀孕。实际上精液常规检查只能对精子的一般情况（如数量和活动情况）进行观察。对精子而言，它要有好的头部、颈部和尾部，才能完成精子游动和穿破卵子的动作。如果精子头部的核异常，精卵结合会发生障碍，即使结合，受精卵也不会正常发育成胎儿。

精子形态学检查是用特殊方法将精子染色，在高倍镜下观察精子的头部、颈部和尾部形态。若精子头部、颈部和尾部异常，精子的形态就会不正常。“如精子形态学检查不正常，医生结合不育者的其他表现，找到引起精子形态异常的原因对症治疗，便可提高妻子的怀孕率。”席文举说。

市六院心理专家走进隔离点开展心理援助

本报讯（记者王春霞 通讯员李蕾）5月26日，由市六院防治科主任刘广胜带队的心理专家组来到新华区疫情防控集中隔离点，为正在隔离中的隔离群众、工作人员及医务人员开展心理援助公益服务。

来到隔离点后，市六院专家团队首先与隔离点的管理人员进行沟通交流，了解相关情况。据隔离点的工作人员介绍，这批隔离人员是我市自5月疫情发生以来的最后一批隔离人员，自隔离以来，无论是隔离群众还是工作人员，大家积极配合我市的各项防疫政策要求，严格遵守防疫隔离点的各项规章制度，目前整体情况平稳良好。

刘广胜说：“人是生活在社会群体中的，被隔离人员在长时间的隔离后，除了有‘是否感染’的担忧外，也容易出现焦虑、抑郁、愤怒等情绪，甚至失眠、心慌、头晕等躯体症状……从这个角度看，这类群体迫切需要我们专业心理医生的心理辅导。”

随后，刘广胜和心理专家分组对重点关注人群进行一对一心理援助，专家们采用电话沟通的方式，耐心细致地了解援助对象目前的情绪、心理状态，对他们积极配合防疫规定给予正面肯定，并指导他们一些简单的心理调适方法和技巧，对被援助者的其他诉求，专家们也详细记录，并转达给相关工作人员。同时，专家团队还带来了珍贵的心理音频资料，整理成“心理健康自助包”提供给隔离点，供隔离点人员进行自我调适。

据了解，新冠病毒不仅对人们的身体健康造成极大威胁，同时也会对人们的心理健康带来不良影响。在疫情防控的同时，针对疫情笼罩之下的各类人群的心理援助及心理干预至关重要。心理援助可以为处于疫情之下不同层面的大众提供情绪疏导、情感支持、危机干预，帮助求助者有效预防疫情带来的心理压力，科学面对疫情，保持稳定心态，维护心身健康。

“世界无烟日”宣传进校园

5月31日上午，湛河区卫健委、区疾控中心组织专业技术人员在李堂小学开展“世界无烟日”进校园健康宣传知识讲座。

此次活动重点关注孩子父母的吸烟行为，督促父母养成良好的健康生活方式，营造无烟家庭环境。

本报记者 王春霞 **摄**

市一院新院区肛肠科运行

本报讯（记者魏应钦）为更好地满足我市和周边地区肛肠疾病患者的就医需求，5月29日上午，市一院新院区肛肠科正式运行，并在该科病区举行了简短而热烈的开科仪式。

郑州大学一附院结直肠外科主任医师、医学博士胡军红教授莅临指导。市一院副院长刘宏带领医教部、护理部等相关科室负责人出席仪式。该院肛肠科全体医护人员以及我市相关医疗单位的肛肠专业同人一同参加。

开科仪式后，与会专家和嘉宾在病区示教室对医院肛肠专业的发展进行了研讨和交流。胡军红代表中国医师协会结直肠肿瘤专委会基层诊疗规范专委会、中国医师协会结直肠肿瘤专委会科普委员会和郑大一附院肛肠科对市一院新院区肛肠科的成立表示祝贺，对科室医疗团队、设施环境等表示肯定和赞赏，并对科室建设及发展提出了宝贵的意见和建议。

刘宏对各位专家和嘉宾的到来表示真诚的感谢，他说，新院区肛肠科的顺利开科标志着医院的学科建设得到进一步发展，希望科室全体医护人员在诊疗中做好细节服务，使患者真切地感受到科室的先进诊疗技术和贴心服务，努力把科室做大、做强，树立市一院肛肠科在区域内的良好口碑和品牌。

该院肛肠科名誉主任李云霞、主任马忠杰表示，将与科室全体同人一起努力，始终将患者的健康和需求放在首位，为医院的发展添砖加瓦。

鲁山县人民医院成功为九旬老人实施人工髋关节置换术

本报讯（记者魏应钦 通讯员刘海军）近日，鲁山县人民医院急诊外科成功为一名96岁老人实施人工髋关节置换术，刷新了该院在髋关节置换手术领域的患者年龄纪录，标志着该院医疗服务能力又向前迈进了一步。

患者王老太一周前不慎摔伤，在当地医院诊断为右侧股骨颈骨折。考虑到患者年龄较大，医生让其回家保守治疗。老人右髋部肿痛难忍，其家人经多方打听，后到鲁山县人民医院急诊外科就诊。

该科副主任万小彬接诊后，详细了解患者病情，经检查问诊后，发现患者右髋部股骨颈骨折，错位明显。该院急诊外科医疗团队对患者病情及身体状况进行了充分评估，考虑到患者年龄较大，如果保守治疗，需长期卧床，易形成压疮、肺炎、静脉血栓等并发症。因此，建议进行右侧人工髋关节置换术。

经过与老人家属充分沟通，万小彬带领急诊外科团队为术中可能发生的每一种情况制定应急预案。随后，为患者在腰麻下实施右侧生物半髋置换术治疗。在该院麻醉科和手术室的配合下，手术顺利完成。术后1天，患者的疼痛感明显减轻，可以下床站立。术后3天，老人在家人的搀扶下已能下床行走。

开通绿色通道 及时救治患者

汝州市第一医疗健康服务集团总院获患者称赞

本报讯（记者魏应钦 通讯员王文璐）5月23日上午，汝州市第一医疗健康服务集团总院急危重症医学中心急诊外科病区的医护人员收到患者赵女士一封感谢信。

5月15日，赵女士突发下腹疼痛，伴恶心、呕吐、腹泻，前往当地卫生院就诊。因治疗效果欠佳，她的下腹疼痛加重，呈休克状态，急呼120送至汝州市第一医疗健康服务集团总院。接到患者后，该院急诊科抢救室医护人员立即组织抢救，完善相关检查，诊断为急腹症、急性腹膜炎、休克。急腹症是在急诊科经常碰到的，这种病病情十分危重，一刻也不能耽误。

为了让患者尽快得到救治，急诊外科团队迅速开通绿色通道，由急诊科主任程建岳、副主任医师牛建昌紧急为患者进行了手术治疗，手术进行得非常顺利，术后结果证实患者得的是左侧卵巢畸胎瘤蒂扭转，坏死组织已经引起弥漫性的腹膜炎，若再迟一点，后果将不堪设想。

术后患者恢复良好。清醒后，赵女士拉着牛建昌的手说：“太感谢你们了。真没想到，在咱们医院的急诊科有这么优秀的团队，是你们把我从死亡边缘拉了回来。”在全体医护人员的精心护理下，仅仅5天，患者便好转出院。

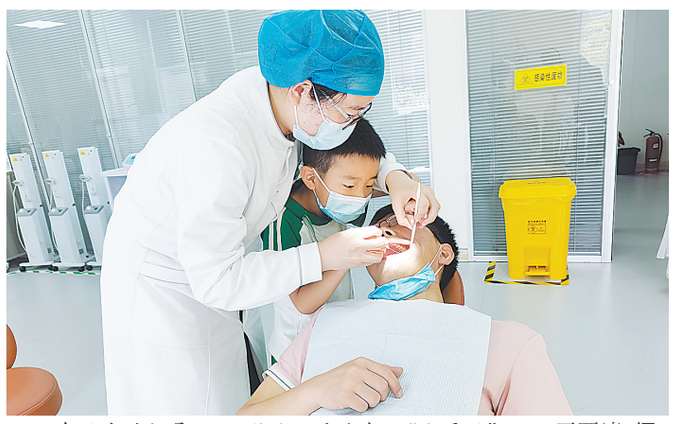
据了解，急腹症是常见的急危重症，一定要尽快手术，否则可能有生命危险。出现腹痛一定不要轻视，尤其是疼痛比较剧烈的，一定要及时就诊。汝州市第一医疗健康服务集团总院急危重症医学中心针对此类情况专门开设绿色通道，24小时全天守候为患者提供及时有效的治疗。

健康周刊联系电话：

13592191890

爱牙护齿 从小做起

平顶山学院附属口腔医院开展迎六一关爱儿童口腔健康系列活动



在医生的指导下，一位小朋友当起了“小牙医”。 王亚涛 **摄**

本报讯（记者魏应钦 通讯员王亚涛）为迎接六一国际儿童节到来，5月29日上午，平顶山学院附属口腔医院联合市移动公司在该院新城院区开展了主题为“爱牙护齿，从小做起”的系列活动。

活动当天，该院医护人员通过口腔健康知识讲座、角色体验、口腔健康检查等形式，将口腔保健知识灌输给参与活动的孩子和家长，有效地促进了儿童口腔健康素养的养成。

平顶山学院附属口腔医院新城院区儿童口腔科主任张磊从对牙齿的认识，涂氟的必要性，龋齿、反颌的危害以及如何刷牙等方面的知识，为参与活动的家长和小朋友开展了一堂生动有趣、通俗易懂的口腔健康保健知识讲座。

活动中，该院为孩子们量身定做了多套“白大褂”，让孩子们进行角色扮演。通过体验“小牙医”活动，孩子们不仅消除了对看牙的紧张感、恐惧感，也让他们更加深入地了解到口腔的内部构造和牙齿的重要性。该院还为参加活动的孩子们赠送了精美的口腔护理产品套盒。

当心！粽子不能随便吃

患有高血压、高血脂、冠心病的人尤其要小心

本报讯（记者王亚楠）一说到端午节的标配非粽子莫属，这道传统美食深受大家喜爱。粽子虽然香甜可口，但千万别放肆吃。

每逢端午节前后，消化科都会遇到不少因为贪吃粽子而闹出毛病的患者。

市民张先生的胃本来就不好。近日，他因为粽子吃多了，感觉胃里难受、撑胀，不想吃饭，赶忙去医院就诊，吃了些助消化的药，症状才得以缓解。

市二院消化内科主任张淑枝解释，粽子的配料主要是糯米、肉、花生和蜜枣等，属于高糖、高碳水、高油脂、少纤维质食物，少量食用不会对消化系统有什么影响，但如果吃太多，尤其是肉粽子，可能不太好消化，容易引起消化不良。

张淑枝介绍，有胃肠道疾病、肝胆疾病，老人、小孩及身体虚弱等消化功能不好的人群过量食用粽子会影响消化系统，出现胃胀满、疼痛不适、反胃、不想吃饭等症状。家人可以为他们准备些迷你粽子，不加油不加肉的最好。吃粽子时可以搭配蔬菜、水果，帮助肠、胃蠕动，同时可以避免因吃粽子引起的消化不良。另外，千万不要吃凉的粽子，凉粽子黏性高、韧性强，直接吃会影响消化酶的作用，一定要把粽子热透后再食用。

市二院内分泌科医生李松介绍，甜粽属于高糖、高碳水食物，糖耐量异常或糖尿病患者如果不加节制，就会引起患者血糖和尿糖迅速上升，损害胰岛功能，加重病情。肉粽所含脂肪多，属油腻食品，患有高血压、高血脂、冠心病的人多食会增加血液黏稠度，影响血液循环，加重心脏负担和缺血程度，诱发心绞痛。

陈老太太今年70岁，患有糖尿病20多年，吃过粽子后血糖值飙到20mmol/L，出现头晕无力、食欲不振的症状，住院治疗一周多才出院。

李松建议，糖尿病患者吃的粽子尽量不要放蜜枣、花生，可以在糯米中掺一些杂粮。要避免晚餐时食用，每天食用不要超过2个，另外，可以搭配一些膳食纤维丰富的蔬菜一起食用，这样可以延缓糖的吸收，有助于减缓血糖的升高。吃过粽子之后要多做一些运动，做到“吃动平衡”，可以减少血糖波动。

李松提醒，如果血糖控制不理想，特别是血糖波动比较大的时候，就不要吃粽子了，以免血糖进一步升高或波动。