

# 市红十字生命安全教育体验馆 举行首个开放日活动

□记者 王春霞 文图

本报讯 为广泛普及急救知识技能,提升广大市民健康素养和自救互救能力,助力健康鹰城和文明城市建设,3月16日,市红十字生命安全教育体验馆举行首个开放日活动,数十位市民前来参观学习。

市红十字生命安全教育体验馆位于新华区中兴路街道中兴社区卫生服务站。市红十字会专职副会长李元玉介绍,为了更好地落实国家、省红十字会关于加强生命安全教育的相关要求,今年初,市红十字会开始筹建生命安全教育体验馆。市直机关医院给予了大力支持,专门从中兴社区卫生服务站腾出4间宽敞明亮的房间。经过前期精心准备,目前,体验馆设有急救救护体验室、生命安全教育电教室、造血干细胞血样采集室和志愿者服务室,具备了提供群众性普及培训活动的条件。这是生命安全教育体验馆首次向公众开放,标志着市红十字会“生命安全教育”逐步走向常态化、规范化。

当日上午9点半,经过简单的仪式之后,市红十字户外救援队、卫东区永安应急救援队的志愿者和中兴路街道中兴社区居民等60



志愿者为市民演示心肺复苏操作

多人进馆学习体验。市红十字会志愿者一边带领大家参观,一边讲解造血干细胞血样采集的过程及意义。在二楼的电教室里,大家观看了急救救护健康知识。急救救护体验室里配备有模拟人、自动除颤仪等急救救护培训设施,多名具有急救救护培训资质的志愿者,现场为大家讲解并演示了外伤急救包扎、心肺复苏、海姆立克急救等急救救护操作方法。不少市民也纷纷上手,在模拟

人身上体验了一把。市民郭倩娇在志愿者手把手指导下,做了一轮胸外按压,说:“今天学了不少急救常识,体验了心肺复苏操作,感觉收获很大。”

据了解,如果市民想到生命安全教育体验馆学习,可于每周六、周日上午拨打电话2222839报名。若企事业单位想组织员工培训急救救护技能,可拨打市红十字急救救护培训基地(市直机关医院)电话7662103咨询报名。

## 科普园地

刊登咨询电话:13592191890

### 孕期产检指南

□平顶山市第一人民医院妇产科主治医师 张文静

从肚子里多一个小生命的那一刻开始,孕妈妈们就踏上了漫长的十月怀胎之路,宝宝要在妈妈肚子里健康孕育,产检检查成为漫漫妊娠之路的重要保障。孕妈妈都需要做哪些检查呢?每次检查又有哪些注意事项呢?以下产检指南可为孕妈妈提供详细而贴心的指导。

规范的产前检查是孕妇监护的主要方法,首次产前检查的时间应从确诊早孕时开始,有高危因素的孕妈妈,需要酌情增加产检次数和产检项目。

#### 第一次产检:孕6周至8周

这个时候孕妈妈需要在医疗机构建立《母子健康手册》,确定孕周、推算预产期,并进行化验,包括血常规、尿常规、血型、空腹血糖、肝肾功、乙肝等。医生会根据妊娠情况进行风险分级与评估。

#### 第二次产检:孕11周至14周

这期间需进行胎儿NT(胎儿颈项透明层厚度)超声检查,初步筛查胎儿是否存在染色体异常、先天性心脏病、某些遗传综合征等。如果胎儿NT增厚,有异常,需要进一步检查。进行NT检查的最佳时期为孕11周至孕14周,这个时段能提供最准确的结果。过了14周,颈项透明层会逐渐消失,因此要在14周前检查。

#### 第三次产检:孕15周至20周

需要进行孕中期唐氏筛查,要求空腹。如果唐氏筛查结果高风险,孕妇需要考虑进行无创DNA检测或羊水穿刺,以便进一步确诊。

#### 第四次产检:孕20周至24周

此次产检的重要一环是“大排畸”超声检查,超声医生会测量胎儿的双顶径、头围、腹围、股骨长,检查胎儿发育上是否有问题。大排畸超声需提前预约。

#### 第五次产检:孕24周至28周

该时段要进行糖耐量筛查(75gOGTT),做糖筛前一天晚上10点以后不要进食,葡萄糖要由医生开具,糖水在5分钟之内喝完。在空腹、喝糖水1小时、2小时各抽一次血,测量血糖值,检测是否有妊娠期糖尿病风险。

#### 第六次产检:孕28周至30周

此次产检要进行超声、血常规、尿常规检查。超声检查关注胎儿的生长发育情况,孕28周开始每两周进行一次产检,并且从孕28周开始孕妈妈们要注意每天自数胎动,2小时≥10次胎动为正常,发现异常应就医。

#### 第七次产检:孕30周至32周

这次超声主要是评估胎儿大小、是否有脐绕颈、羊水量、胎盘成熟度等。

#### 第八次产检:孕32周至34周

医生会根据孕妈妈的情况,开始胎心监护检查(连续20分钟)。主要是为了监测胎儿宫内状况,是否存在缺氧。

#### 第九次产检:孕35周至36周

该孕周要进行血常规、尿常规、产科超声、胎心监护检查等。

#### 第十次产检:孕37周

从孕37周开始,产检频率变为每周一次。每周进行胎心监护。

第十一次至第十三次产检:孕37周、孕38周、孕40周

孕38周行彩超检查,查看胎儿宫内情况、胎盘成熟度、羊水指数等,要做好随时迎接宝宝降生的准备。

超过41周属于过期妊娠,过期妊娠胎儿分娩及胎儿自身的风险增加,孕妈妈需要警惕过期妊娠,注意及时住院进行评估与处理。

通过及时、规律地产前检查,我们能提前发现和潜在的健康问题,从而为母婴安全和健康提供更全面的保障。

## 老太反复咳嗽、呕吐5年,原因竟是“食管裂孔疝”! 市二院普外二科腹腔镜微创手术速解难题

□记者 魏应钦 通讯员 郭傲寒

本报讯 “我总是咳嗽,晚上吃饭后还会腹胀呕吐,吐完了才能睡觉,还偶尔觉得反酸、烧心,这5年可是把我折磨得不轻。”68岁的张老太近年来因咳嗽、呕吐四处求医无果。最近她在市二院做胃镜、CT、上消化道造影、24小时食管PH阻抗监测等检查,被确诊为食管裂孔疝合并反流性食管炎。揪出病因后,普外科二病区为老人实施了腹腔镜下食管裂孔疝无张力修补+Dor胃底折叠术,顺利“封堵”了裂孔,让胃“回归原位”,这才成功帮助她解除病痛并恢复了正常生活。

### 不明原因频繁咳嗽 没想到根因是“腹内疝”

张老太5年前开始频繁咳嗽,无论白天还是夜间,都会感到轻微的反酸、烧心,晚饭后呕吐严重,还长时间忍受着低质量睡眠的折磨,每晚12点后才能入睡。这5年来,她四处奔波求医,在呼吸内科、消化内科多次住院治疗均未查出病因,治疗效果差。通过服用抑制胃酸药物、睡觉垫高枕头、中医调理身体等多种方法尝试后,病情仍不见好转,这让她几乎丧失了治愈的信心。

今年2月,张老太因反酸、烧心、贫血在市二院消化内科住院治疗,其间进行胃镜检查时,提示“食管裂孔疝”。医生考虑老太反复咳嗽不愈和烧心、反酸等症状或与食管裂孔疝相关。老人随后被收治于普外

科二病区。

入院后,普外科二病区副主任、副主任医师王宗樾为张老太完善了胃镜、胸部CT、上消化道造影、24小时食管PH阻抗监测等一系列针对性检查,最终患者被确诊为食管裂孔疝合并反流性食管炎。

“胃本来是位于腹部的,出现了食管裂孔疝,胃底有一部分已经移到了胸腔。”王宗樾向张老太解释道,“食管裂孔疝典型表现就是反酸、烧心、腹胀呕吐、吞咽困难等,也有部分人表现并不典型,如口苦、耳鸣、咳嗽、哮喘、胸闷、胸痛、黑便、贫血等,让人很难揪出真正病因。”

### 腹腔镜微创手术 修补巨大食管裂孔

王宗樾和患者及家属沟通时表示,被确诊为食管裂孔疝合并反流性食管炎后,应及时为患者进行手术,提高生活质量,避免其他并发症。可采用腹腔镜下食管裂孔疝修补术+胃底折叠术这一主流术式进行治疗,将胃部缩回至腹腔内,修补食管裂孔的缺损,恢复其正常大小,并重建抗反流屏障,避免腹腔组织疝入胸腔。

“这下终于找到病因和治疗方法了!”张老太一家人欣喜不已,表示愿意积极配合进行手术治疗。

3月6日,征得患者及家属手术同意并完善术前检查后,由王宗樾主刀为张老太实施“腹腔镜下食管裂孔疝无张力修补+Dor胃底折叠术”。

术中游离腹段食管,充分显露

食管裂孔,发现巨大缺损(缺损处达8cm×6cm),部分胃底及大网膜经食管裂孔疝入胸腔。王宗樾将疝入的胃部还纳入腹腔,修补膈裂孔后用补片进行加固、缝合、修补,将复发率降到最低。随后进行胃底折叠,形成抗反流瓣,避免反酸、烧心症状复发,手术过程十分顺利。

术后第三天,张老太咳嗽症状完全消失,术后第六天,张老太便恢复了正常饮食,烧心、反酸等症状大大减轻,于术后第七天顺利出院。

王宗樾介绍,人体胸腔和腹腔之间由一层扁平肌肉分隔开,叫膈肌。膈肌上有一个裂孔叫食管裂孔,食管穿过膈肌上的食管裂孔进入腹腔与胃相连,正常情况下,食管裂孔刚好可容纳食管通过。各种原因引起食管裂孔松弛扩大,导致在腹腔内的胃、腹段食管、甚至腹腔内其他脏器由食管裂孔突入胸腔,就称为食管裂孔疝。

食管裂孔疝多数是由于后天因素引起的,比如肥胖、咳嗽等引起的腹内压升高,食管瘢痕等引起的食管缩短,以及随着年龄增长,食管裂孔自然扩大等。该病常见于50岁以上较为肥胖的女性,少数患者由先天因素引起,如先天拥有较大的裂孔。

王宗樾提醒,如果在发病过程中有文中所描述的反流性食管炎的症状,味觉异常或有难治性的咽炎、咳嗽、哮喘、耳鸣,再加上心电图无异常、肺部无异常的表现,应考虑食管裂孔疝(和/或胃食管反流疾病)的可能性。