

解放军152医院眼科中心:

## 今年白内障援助人数突破1000例

近日,笔者从解放军152医院眼科中心获悉,到目前为止,今年前来该中心接受白内障复明手术并得到1000元援助的患者已超过1000例。该中心齐绍文博士说,随着医疗技术的进步和生活水平的提高,越来越多的

老人在接受白内障手术时主动选择优质人工晶体,除医疗技术、水平和设备外,高质量的软质晶体也能老人的术后恢复带来良好的效果。据悉,本次白内障援助活动预计持续到年底。(付春晖 牛哲)

## 解放军152医院开展拥军爱民活动

解放军152医院眼科中心即将开展拥军爱民活动,活动内容:1.SBK准分子近视矫正术每月设特价20名,只收材料费2400元/眼。2.每周五免费为60岁以上老人做眼保健检查。

活动时间:2014年10月15日

至2015年1月25日;  
咨询电话:3843165(8小时内)、3843094(8小时内)。  
该中心相关负责人特别提醒,本次活动解释权归152医院眼科中心所有。(付春晖 牛哲)

## 市一院成立高血压门诊

随时为患者解除病痛

针对近年来高血压患者呈上升趋势的情况,市第一人民医院心内三科专门成立了高血压门诊。每年的10月8日为全国高血压日,今年的活动主题是“知晓您的血压”。当天,市第一人民医院心内三科的医护人员在该院开展义诊活动,为患者测血压、解疑难。

当天上午8点多,笔者在现场就已看到不少患者在排队测血压。只见医务人员详细地询问患者病情,认真给患者测量,仔细讲解有关高血压病的预防常识。73岁的市民田大爷的老伴患高血压十几年了,得知该院10月8日当天要举行义诊活动,他早上7点就带着老伴来了。“医生不但很用心地给我老伴测量血压,而且还给我们普及了不少高血压病的相关知识。前不久我专门买了一台‘电子血压计’,但一直不会用,今天在医生指导下终于学会使用了。希望医院以后多举行这样的活动,为更多的患者提供帮助。”田大爷说。

“我国目前约有2.7亿高血压患者,高血压是最常见的慢性病,由于患者的知晓率低、治疗率低、空置率低,近年来高血压患者呈上升趋势并趋于年轻化。”心内三科主治医师赵文娟说,针对这种

现状,该科专门成立了高血压门诊。据悉,赵文娟还专门去北京学习了有关高血压病的专业理论和实践经验,通过成立门诊和当天的义诊活动,呼吁患者首先从观念和理念上得到认识,关注高血压。

据悉,高血压不仅使患者产生头痛、头晕、胸闷等症状,还是多种疾病的导火索,部分高血压患者并无明显的临床症状,许多高血压患者拒绝降压治疗或不能规律服用降压药,从而导致心脑血管疾病的发生。由于高血压早期症状具有隐蔽性,加上很多人对高血压知识的不了解,自我保健意识不强,直到高血压发展到一定程度或引起较严重的临床症状时,才到医院就诊,所以高血压又被称为人类健康的“无形杀手”。

“随着天气逐渐转凉,血管受冷空气刺激收缩,会引起血压升高,高血压患者要注意血压波动,希望高血压患者最好能在医生指导下勤测血压,适当调整降压药用量,建议高血压患者要养成良好的生活习惯,少吃盐、戒烟酒、少熬夜、多运动、多食水果和蔬菜。”心内三科副主任医师张铁须特别提醒。

(牛哲 鹿俊朝)

平顶山现代妇产医院:

## 准爸妈“怡情编织”课程受欢迎

本报讯“别着急,平针是编织的基础。”“线不要拉得太紧。”……10月11日上午,在平顶山现代妇产医院二楼会议室,该院供应室护士长常雪峰正细心地为一名前来参加当天该院举办的准爸妈“怡情编织”课程的准妈妈传授自己的编织心得。

据悉,该院“准爸妈课程”每周六上午准时举办,为广大家准爸妈传授有关孕前、孕期及孕后的相关知识。当天准爸妈大学“怡情编织”课程是医院为培养准妈妈爱心、促进产后期胎儿大脑发育而精心设计的动手训练课程。课程以“怡情编织”为主题,现场对

准妈妈进行编织指导、编织评比、颁发奖品和纪念品,有效地锻炼了准妈妈们的动手能力,向准妈妈传递了一个科学的胎教理念:孕期勤于编织艺术的孕妇,所生的孩子也会“手巧而心灵”。

活动现场,几十个准妈妈分组围坐在一起,互相交流编织经验。“这已经是我第三次参加院里组织的准爸妈大学了。”虽然是第一次接触编织,但感觉大家聚在一起氛围特别好。”……许多准妈妈都表示通过课程的参与和学习,对生出健康、聪明、美丽的宝宝更有信心了。★

(付春晖 牛哲)

今天是世界保健日

## 关注秋季养生 学做健康达人



本报讯“随着进入深秋,早晚气温变化大、空气干燥等因素会加剧肠道、呼吸道感染病和慢性病如关节炎、肺炎、支气管炎等的急性发作。”今天是世界保健日,为此,市疾病预防控制中心健康教育所所长崔喜民特别提醒市民关注秋季养生。

据悉,近年来中国慢性病致死已经占到总死亡的75%左右,而秋季又是慢性多发的季节,因此

秋季养生与保健是至关重要的。市中医院内三科主任方居正告诉记者,秋季除了气温有明显下降外,还有燥与寒两个明显的特点,中医上将其称为燥邪与寒邪。秋季是呼吸道疾病的高发季节,而燥邪对咽部的影响很大,易导致咳嗽、咽炎等疾病高发。对于寒邪,方居正解释,到了晚秋后,寒邪往往会乘虚而入,易导致慢性支气管炎、肺气肿等疾

病的发作。

所以,在燥邪与寒邪当令的秋季,在日常穿衣、起居、饮食、锻炼等方面都应该做到心中有数才能让健康常在。根据多年的临床就诊经验,方居正特别提醒广大市民从3个层面来做好秋季养生与保健:1.对于人体的呼吸系统,饮食上应做到忌食辛辣刺激和肥腻食物,多吃蜂蜜、秋梨、核桃等;每天多做深呼吸,以提高呼吸道黏膜的防御力,坚持慢跑以增强体质。2.对于循环系统,因秋冬以后寒邪严重,血液流动速度变慢、血管阻力升高,忌食肥腻食品,防止高血压等病情加重。3.对于人体的运动系统,在饮食上亦应该做到禁食辛辣;起居上,尽量避免湿冷环境,预防风湿、骨关节炎的提前到来。另外方居正特别提醒,春捂秋冻虽然有科学道理,但也要因人而异,若是健康人,提倡不要过早加衣,而对于呼吸道、心脏有问题的患者,温度下降一定要及时加衣,以免病情复发。(付春晖 牛哲)

## 市中医院普外科主任贺建功特别提醒: 中医治疗乳腺疾病效果好 辨证施治是关键



10月10日,贺建功与科室同事在为患者制订治疗方案。

本报记者 李英平 摄

“多亏贺主任为我制订了个性化治疗方案和处方,我的乳腺炎才好得这么快。”近日,到市中医院普外科前来复查的市民方女士表达了对该科主任贺建功的感谢。

据了解,市民方女士今年31岁,一个月前顺产一名男婴,可几天后她突然感到乳房疼痛,局部有硬块,特别是喂奶的时候,胸部更是肿胀得厉害。焦急的方女士在丈夫陪同下急忙赶往医院进行检查,才知道是急性乳腺炎。在医院进行西医疗

疗一周后,方女士胸部肿块不但没消除,新出现的持续高烧反而加重了病情。听说中医治疗乳腺疾病效果不错后,方女士来到了市中医院普外科寻求帮助。当时接诊的是科室主任贺建功,他根据方女士的实际情况,采取了外敷中药、硬膏热帖、汤药、针灸与按摩相结合的治疗方法对其辨证施治。3天后,方女士的乳腺炎症得到有效控制,不适症状很快消失。

“方女士的乳腺炎主要是由于哺乳期乳腺管堵塞引起的炎症,中医治病的特点在于对病人辨证施治,根据方女士乳腺炎的类型为其制定个性化处方是使其恢复的关键。”贺建功告诉笔者,中医辨证施治结合中医其他疗法如按摩、针灸,外加西医抗生素对患者进行治疗,效果十分明显。

贺建功介绍,中医辨证施治不仅在治疗乳腺炎等可能需要手术的疾病上能起到事半功倍的作用,在乳腺肿块小的纤维腺瘤、乳腺囊性增生等不需要做手术的乳腺病上也能起到积极作用。近日,45岁的市

民徐女士因患双侧乳腺小结节来到市中医院寻求救治。接诊后的贺建功针对徐女士的辨证和阴阳虚实,通过软坚散结的中药疗法,仅用3个疗程,徐女士的乳腺肿块便消除了。

“针对每个人辨证施治是不一样的,我们要根据每个人的具体辨证施治情况对其进行治疗。”贺建功说,中医辨证施治在乳腺癌的治疗上体现得尤为突出,市中医院在和外院同样能实施乳腺癌根治手术的基础上结合了中药的抗癌治疗,不仅避免了西医疗对人体健康的巨大副作用,而且使患者身体的各方面机能都充分恢复,保证了患者的生活质量。

据了解,中医的辨证施治在治疗乳腺病上,除了运用在对患者治疗前的诊断、治疗中的个性化疗法外,还体现在乳腺瘤、乳疮等手术创口不易愈合,切口易发生感染、坏死等乳腺疾病的创口恢复上。“通过中药化敷,促进创口愈合的膏剂等手段,使患者术后的切口能得到良好的愈合与恢复。”贺建功表示。

(付春晖 牛哲)

为让更多眼病患者走进光明,光明星艾灸视力保健中心推出新人免费测视力体验活动

## 神奇艾灸让孩子视力轻松变清晰

某小学四年级学生曾在大医院按摩一年多,而左右眼视力分别为0.2、0.3。在光明星艾灸视力保健中心艾灸8周后,左右眼裸视力分别达到了1.5。4岁的小昊患有弱视,家人四处求医始终不见好转,在光明星艾灸视力保健中心艾灸数周后,视力基本恢复正常。

据了解,光明星艾灸视力保健中心艾灸视力是用一种特殊的温灸器,即将两个点然后的艾棒分别置于眼正前方,使艾棒产生的热及红外线均匀辐射至双侧眼球、睫状肌等器官和组织,使人的双眼屈光调节能力改善。并能将有效的中药成分充分、均匀、远距离透入眼晶状体、视网膜、视神经根等组织内

部,通过改善眼的前、中、后各层组织的代谢水平和功能状态,从而达到快速提高视觉、视力、立体感等视物及认知功能。

艾灸治疗近视、弱视、散光、眼干涩痒、眼酸流泪及飞蚊症等眼症疗效好,不打针、不手术、不贴眼贴、不配戴眼镜,治疗过程健康、安全、快捷,在很短时间就能一次性让孩子甩掉近视眼镜,大大减少了大人和孩子来回奔波之苦。艾灸视力疗效好,可与各大医院比效果。轻度近视两周左右可痊愈,500度左右的近视10周左右可痊愈。

八矿店:光华小学东30米15637590126。

黄榭店:市长途汽车站对面

榭香街与菜市场交叉口东北角29号院,电话:13639805060。

供电局店:东风路与茂源街交叉口北30米,电话:15837546000。

东环路店:东环路与矿工路交叉口北50米路东建工俊园大门口,电话:13639805060。

光明路店:光明路淇河桥南路东建井一处35号家属院,电话:13937518735。

叶县一店:县衙十字路口向东20米老邮政局家属院,电话18937583916。

叶县二店:建业超市东1000米路东,电话:13643823017。网址:www.gmxaajs.com。

(牛琰瑛)