

精准影像,为您的健康保驾护航

——记市第一人民医院医学影像科

医学影像是现代医学必不可少的精准诊疗手段,其实力强弱往往影响着临床专科的发展。市第一人民医院(以下简称市一院)医学影像科,不仅拥有一流的人才和设备,为广大鹰城患者提供周全的医学影像诊断,还建立了完备的科教研体系,通过学科“领头雁”的带动,为医院乃至全市医学影像的发展作出了贡献。

综合实力成就优势专科

医学影像是现代医学精准、微创手段的“眼睛”,可以说,医学影像平台的构建对于医院现代医学的发展至关重要。早在1987年,市一院就对医学影像的发展注入了强大动力,于全市首家引进CT设备,当时我省仅有4台。经过多年的建设发展,市一院医学影像科已经发展为集普通放射、CT室、核磁共振室于一体的规模化医学影像专科。科室拥有先进的CT设备3台(256排CT、64排CT和16排CT)、核磁共振设备2台(3.0T MRI和1.5T MRI)以及数字化影像设备。全数字化装备,集影像诊断、教学、科研于一体,使医学影像科成为医院重点科室之一。科室技术力量雄厚,现有专业医护人员50余位,近年来承担国家、省、市级课题数十项,在国内外专业杂志发表论文百余篇。

近年来,伴随着医院脑卒中、胸痛绿色通道的建立,医学影像科每天24小时提供MRI、CT等急诊、特殊检查服务,为患者提供及时、有效的诊断与治疗,为危急重



市第一人民医院医学影像科医护人员 本报记者 李英平 摄

症患者保驾护航。

“为患者提供刚需的技术与便利的服务是医学影像中心建设的重要目标。”医学影像科主任窦国胜说,科室开展了许多“以患者为核心”的人性化服务,如影像结果自助打印、电子报告和影像资料实时联网共享等。现如今,市一院医学影像科每天检查的患者达400余人次,年接诊量达到6万多人次。科室推出的多项人性化服务,如急诊绿色通道、预约制等,为重症患者打通了生命通道。

持续领航专科发展

作为市一院医学影像科带头人,科室主任窦国胜业务和学术能力突出,还担任河南省影像技术学会委员、省放射专业委员会头颈组委员、省核医学委员会委员、省放射与防护委员会委员、市

放射专业委员会副主任委员、市影像技术学会副主任委员、市核医学委员会副主任委员、市放射介入委员会委员等职务。在他的引领下,科室在医学影像专科发展的道路上持续领航。2017年9月,科室加入河南省人民医院互联网智慧医学影像联盟;同年11月,科室加入郑州大学第一附属医院医学影像智慧诊疗专科联盟。依托于省级专科联盟平台,市一院医学影像科将持续共享优质医疗资源,开展远程医学影像会诊,强化专科建设,打造鹰城优势化专科。

多年来,医学影像科在技术领域不断拓展:建立一套CT技术领航的“心脏冠状动脉造影、头颈部及全身大血管成像、小肠、结肠成像、CT引导下穿刺活检,肿瘤粒子植入术、射频消融术、脑灌注成像等技术体系”;探索核磁共振脑

功能成像技术、脑灌注成像技术、大血管成像技术、波谱分析、全脊柱成像技术及全身类PET检查、磁共振胆胰管水成像(MRCP)、尿路水成像(MRU)技术、腹部及盆腔动态增强检查……科室还率先在常规X线数字化摄片、床边摄片、数字化胃肠造影及相关特殊造影检查、小儿肠套叠复位、胃镜置管小肠钡灌造影等检查技术的基础上,开展骨扫描、肾灌注、放射免疫、核素治疗等新技术。优势技术、规模化专科,市一院医学影像科以其精益求精的技术为一方百姓的健康保驾护航。(李莹)

便秘、口臭、牙龈肿痛 老药工小药丸 解烦恼

本报讯 郭女士便秘多年了,几天一次还排不彻底,并伴有胃胀腹胀、牙龈肿痛、口苦口臭等症状,一张口自己都能闻到异味。她汤药没少喝,西药、保健品也没少吃,但效果一直不明显。后来从医的朋友向她推荐了“老药工通舒口爽丸”,她服用一段时间后,大便通畅,胃腹不胀,牙龈不疼,嘴也不苦口臭了。

据了解,市区矿工路中段市一高西100米路南的惠民大药房一分店经销的“老药工通舒口爽丸”,是由大连老药工岳麓山依据50多年制药经验研制的纯中药小药丸,经多家医院临床验证,每次三丸可解决大肠湿热所致的便秘、口苦口臭、牙龈肿痛等症,因安全无依赖性、愈后不易复发等作用,被国家食药监部门批准为OTC国药(国药准字Z20090929)。患者可打电话6161131咨询。(牛瑛瑛)

逸新车载空气净化器 让车内空气更清新

□记者 牛瑛瑛

本报讯 生活中,虽然驾驶者都很在意安全,但是有一种安全却很容易被忽视,那就是车内空气质量。1月9日,在郑州举办的逸新车载空气净化器推介会引来了不少参会者,其经第三方实验室的科学验证,可有效减少或滤除过敏源,适合易过敏者使用。

据介绍,车内污染源主要来自车外渗入、空调污染、内饰物及个人习惯。逸新车载空气净化器是全球首台荣获英国过敏协会权威认证的车载空气净化器产品。逸新车载空气净化器通过英国过敏协会认证的过敏源包括甲醇、花粉、尘螨、真菌孢子、霉菌,可有效滤除高达300多种空气污染物。只要开启逸新车载空气净化器,它就一刻不停地捕捉小至0.015微米的空气悬浮粒子。逸新车载空气净化器特有的三合一滤网,三效合一、层层防护,可将污染物拦于网外,有效守护时间长达350小时。★

冠心病患者这样运动有助康复

据《老人报》报道,中老年人通过运动来改善冠心病症状、提高生活质量是一种不错的选择。积极主动的身体、心理、行为和社会活动的训练,可帮助患者改善心血管功能,减少再次发作的危险。适合冠心病患者的运动:

- 1.步行:每次可散步45-60分钟或每日步行1000-2000米,中间穿插快速步行。步行时,要步态稳定、呼吸自然、防止跌倒。
- 2.慢跑:穿合脚的运动鞋,跑

步时保持轻松的步伐,注意地面和周围环境,防止失足跌伤,慢跑中也可交叉进行步行,跑完步后可缓慢慢行。

- 3.骑自行车:锻炼时应将车座高度和车把弯度调好,行车中保持上身稍前倾,避免用力握把,宜在运动场内锻炼。如有条件可应用功率自行车在室内进行运动锻炼,运动量标准化,便于观察比较。
- 4.游泳:体力较好,具有条件者可进行游泳锻炼,但应做好准

备运动,以防肌肉痉挛。

- 5.其他锻炼项目:太极拳、八段锦等也可根据具体情况适当选择。

体育锻炼对冠心病患者有益,但因进行不当给冠心病患者带来的危害也屡见不鲜,因此应注意以下问题:

- 1.避免在大量进餐,喝浓茶、咖啡等两小时内锻炼,也不应在运动后一小时内进餐。
- 2.运动前不喝酒不吸烟,运

动前后避免情绪激动。运动要循序渐进、持之以恒。平时不运动的,不要突然进行剧烈运动。

- 3.进行大运动量锻炼,应避免穿得太厚,否则容易影响散热,增加心率,心率增快会使心肌耗氧量增加。
- 4.运动后,避免马上洗热水澡,至少在休息15分钟后进行,并控制水温在40℃以下。

(北京世纪坛医院干部综合科门诊 谢维佳)

心脑血管疾病高发期 专家提醒您及早预防

本报讯 随着冬季的到来,心脑血管病又进入了发病高峰期。记者从市区各大医院了解到,近段时期到医院就诊的心脑血管病患者明显增多。专家提醒,由于心脑血管疾病具有“发病率高、复发率高、致死率高、致残率高、并发症多”等特点,此类患者在冬季更应注意加强自我保健和防范。

据市二院心内科主任孙鸿彬介绍,冬季气温低,人体新陈代谢缓慢,心脑血管病人身体受冷空气刺激,血管骤然收缩,易导致血流缓慢,血液流通受阻,血流供应中断,从而诱发心脑血管疾病的发生和复发。而对于老年人来说,他们普遍存在动脉粥样硬化症状,遇冷心脏

负担加重,很容易导致冠状动脉痉挛,诱发心肌梗死。加之冬季排汗减少,老年人口渴的感觉不明显,常见水分摄入不足,血液黏稠度增加,血管阻力及血压上升,血栓也更容易形成,进而增加脑梗死和心肌梗死发作的机会。

因此,冬季预防心脑血管疾病是重中之重,那么如何做好预防工作呢?孙鸿彬提醒,有慢性病的老人外出时要随身携带急救药物,当出现胸闷、胸痛、呼吸困难、肢体麻木等症状时,应及时到医院就诊或拨打120,以免错过最佳治疗时间。除此之外,还应注意以下几点:

- 1.注意保暖,适度锻炼。寒冷刺激是引起心脑血管疾病的一个重

要原因。冬季的早晨,是一天中温度最低的时候,所以外出最易引起感冒,甚至诱发心脑血管病,心脑血管病患者天冷时不要去晨练,最好在上午10时以后再出去锻炼。锻炼中不要选择跑步、跳绳、打球等激烈运动项目,要选择合适的运动项目,如慢跑、打太极拳等。

- 2.控制好“三高”。高血压、糖尿病和高脂血症患者要尽量保持原有的生活习惯,不要熬夜或过度疲劳,坚持按时服药、定期门诊检查。高血压患者不可根据一两次自测的血压结果,随便换药或改变用药剂量。
- 3.管住嘴,常称重。我国民间素有冬季进补的习惯,冬季人们本来活动量少,加之大量进补热性食

物和滋补药酒,很容易造成血脂升高,诱发心脑血管疾病,因此冬季进补一定要根据个人的体质进行。此时,要“聪明”吃饭,如避免进食胆固醇含量高的猪肝、猪心、蟹黄、鸡蛋等食物。多吃含钾的土豆、香蕉,可以稳定情绪,保护脑血管。豆类、玉米、苹果、西红柿、海带及多种绿色蔬菜都富含镁,能显著降低脑卒中之害。每隔两三天还要称体重,如发现体重增长,要有意识地控制一下。

- 4.忌洗澡时间过长。老人怕冷,洗澡时常常水温较高。但较高的水温会产生大量水蒸气,造成空气中氧含量不足,心脏不好的老人血液就会供氧不足,从而引发心血管病。洗澡时间最好控制在

10~20分钟之间,洗澡前后要注意补充水分,有人陪护在身边会更好。

- 5.忌用力排便。用力排便会增加腹部压力,而增高的腹压会使心脏排血阻力增加、血压升高和心肌耗氧量增加,从而导致心肌缺血、心绞痛发作或严重的心律失常引发猝死。有脑血管病的患者和高血压控制不佳的患者,用力排便时还可能发生脑卒中。
- 6.避免情绪激动。情绪突然激动,对于脑血管已有病理改变的患

者,很容易导致脑血管破裂而中风。遇事不怒、心胸开阔,避免过度兴奋与悲伤对防止中风的发生很重要。

- 7.要避免感冒,人多的地方要少去,减少被传染的概率。(李莹)