

市计生科研所不孕不育诊治中心医生提醒：

不孕因素多 女性应注意

本报讯 近年来,患继发性不孕症的女性越来越多,也趋于年轻化。“造成女性继发性不孕的原因虽然很多,但是大多数和人工流产与药物流产史有直接关系。要当妈妈,首先要学习如何保护自己,以健康的身体迎接宝宝。”近日,市计生科研所不孕不育诊治中心医生刘伟娜提醒。

根据多年临床经验,刘伟娜总结了以下几条不孕因素,希望引起女性朋友的注意。

1.短期内多次人工流产,易引起输卵管炎、宫颈和宫腔粘连、闭经等,从而造成不孕。对于暂时不想要孩子的家庭,丈夫应主动采取避孕措施,妻子也可口服避孕药。2.就业竞争加剧,使很多职场女性压力增大,长期处于忧虑、抑郁或恐惧不安的精神状态中,卵巢不再分泌女性荷尔蒙,也不排卵,月经开始紊乱甚至闭经,这样也不易怀孕。不孕女性应及时减

轻工作压力,适度调整工作状态;情况严重的必须通过激素治疗恢复健康。若连续三个月不来月经,最好到医院就诊,否则可能造成卵巢萎缩。3.经期同房易造成免疫性不孕。经期宫颈会变得松弛,保护能力也会下降。如果同房,易使细菌和血液进入盆腔,从而引发感染。若逆流的经血在盆腔里残存下来,会造成子宫内膜异位症,导致女性不易受孕。4.减肥过度,导致排卵

停止。盲目减肥会导致营养不均衡,微量元素严重缺乏也会影响生育能力。5.生育比较晚,也可能导致不孕不育。一名女性一生携带的卵子是有

一定数量的,35岁以后,那些质量好的卵子已经用掉了,妊娠率会下降,流产率和胎儿畸形率也会增高。

(牛瑛瑛)



新华区人民医院肛肠科：医术精湛解病痛 情暖人心受称赞

□记者 魏应钦

本报讯 9月10日,家住濮阳的刘女士(化姓)将一面“医术精湛 情暖人心”的锦旗送到新华区人民医院肛肠科名誉主任李云霞手中(如图),以感谢该科的精心诊治和暖心服务。记者了解到,据不完全统计,今年以来,该科共收到患者的感谢锦旗10面。

据介绍,今年23岁的刘女士一年前出现肛周硬结并伴随疼痛,之后硬结逐渐增大,间断性溃破流血。她在当地进行手术治疗,但效果不佳。每当劳累及食辛辣食物后会觉得肛周肿胀明显,严重时疼痛难忍,偶尔伴有少量脓水流出。近期,刘女士感觉肛周硬结逐渐增大,随后出现肛周下坠、疼痛难忍,遂于8月18日来到新华区人民医院肛肠科就诊,被诊断为肛瘘和混合痔。在该科,经过20多天的住院治疗,刘女士的病痛解除,她感激不已,特地制作一面锦旗表示感谢。

在新华区人民医院肛肠科,像刘女士这样的外地患者还有许多,他们都是在当地治疗效果不佳慕名来到该科的,最终得到了良好的治疗。外地一名20多岁的男士因患有环状马蹄形肛周脓肿合并肛瘘,备受病痛折磨,痛苦不堪,后在朋友的介绍下来到新华区人



医院供图

民医院肛肠科。经过该科中医特色的无痛治疗,这名男士恢复健康。

李云霞告诉记者,近段时间,来该科诊疗的患者络绎不绝,床位爆满,其中不少是疑难重症,包括藏毛窦、环状马蹄形肛瘘、环状马蹄形肛周脓肿等疾病。

记者了解到,肛肠科是新华区人民医院特色专科和平顶山市肛肠学会会长单位。科室拥有肛肠名专家工作室、肛肠病检查室、肛肠综合治疗室、熏洗室和艾灸室

等,现有开放床位20张。科室成员由全国名老中医肛肠病专家李云霞尽心培养的专科团队组成,其中主任中医师1人、主治医师两人、住院医师两人,诊疗技术居省内领先。在治疗上,该科以微创、无痛治疗肛肠疾病为特色,采用中医辨证、中药内服,结合中药直肠滴注、腹部艾灸、穴位贴敷、红光等,为患者量身定制治疗方案,将中医特色疗法发挥得淋漓尽致,并且报销比例高、收费低,堪称省级技术、县级收费。

宝丰县医疗健康集团人民医院“志愿红”：挥洒青春力量 展现责任担当

本报讯 活跃志愿者400余人,累计服务时长3万余小时,近年来,宝丰县医疗健康集团人民医院志愿服务队发展迅猛,活跃在医院、社区、学校和街头,为群众提供有专业特色的志愿服务活动。宝丰县医疗健康集团人民医院“志愿红”在联系医患、服务患者方面发挥着越来越重要的作用,正逐渐成为该院的一张闪亮名片。

门诊大厅人流量大,为帮助患者快捷就诊,该院在门诊楼成立了志愿服务队。志愿服务队主要工作是引导患者、搀扶老人就诊检查、维护各诊室的就医秩序、协助登记就诊信息,为患者提供咨询服务。志愿者们各自岗位上为患者提供便捷服务,缩短就诊时间,提高就诊效率。

门诊志愿服务的特点是灵活机动,患者的需求各式各样,志愿者们以真心相待,快速有效为患者解决问题。患者需要憋尿检查,志愿者们会热情递上一杯温水;患者行李多时,志愿者们会帮助患者提行李。一次微笑、一声您好,志愿者们饱含热情为患者提供精准服务。志愿者邓少华说:“为需要帮助的人提供服务,帮助他们解决问题,是志愿者的使命。”

红马甲是一道亮丽的风景线。红马甲是一种身份、一种责任。作为县域医院,服务好县域百姓是宝医人的使命。该院志愿服务队根据自

己的专业特长,在医院、社区、街道、学校和会场等地方开展志愿服务活动,将热情服务提供给更多需要帮助的人。

每次健康义诊活动,志愿服务队带领医院专家到村民家门口为他们送去健康服务。开展“急救知识进校园”活动,志愿服务队带着急诊科专业团队为广大师生送去心肺复苏、海姆立克急救法的现场教学。早高峰的迎宾大道,医院交通文明岗的志愿者为广大市民维护交通秩序,保障出行安全。高速路口卡点的志愿者陈俊宇在执勤期间,主动帮助迷路的老人,为其提供饮水与食物,联系相关部门,帮助老人回家。

疫情防控的关键时期,该院党委一声令下,干部职工迅速行动,组成一支素质过硬的志愿服务队伍,在医院内部各个区域开展疫情防控工作。他们核对健康码、测量体温、维持一米线、协助办理电子健康卡、协助核酸采集、督促门诊诊室“一医一患一诊室”等,真正做到院内疫情防控不留死角、不留隐患,全面防控。

门诊疫情防控志愿者张绿原说:“穿上红马甲就是肩负着为人民服务的重任。”为了更好地进行志愿服务,志愿者们全天候在岗。他们顾不得自己的汗水浸湿衣服,顾不得自己声音变得嘶哑、身体不适,仍然坚守岗位,帮助患者安全就诊。

(牛瑛瑛 金旭辉 吴菲)

总医院夕阳红志愿者服务队开展敬老助老活动

本报讯 为将党史学习教育“我为群众办实事”走深、走实,真正惠及广大患者,平煤神马医疗集团总医院(以下简称总医院)医管科党支部组织党员干部及夕阳红志愿者服务队,自9月7日至9日在医院门诊开展了“敬老、爱老、助老”活动,协助前来就医的老年人挂号、缴费、咨询、就诊、检查等。

9月7日一大早,退管科党支部的党员就和夕阳红志愿者服务队的退休老同志一起来到门诊。当看到一位老人带着孙女来看病,因为口罩丢失无法进入门诊就诊时,志愿者赶忙拿出备用口罩送给老人,帮助老人顺利就诊。

9月8日上午,一位89岁的老人独自拄着拐杖来看病。志愿者主动上前帮

忙,全程陪同老人挂号、看病、取药、检查……看完病,志愿者又帮老人叫来出租车。临走时,老人一个劲儿地表示感谢。

据退管科党支部负责人介绍,夕阳红志愿者服务队队员均是总医院退休的干部职工。3天内,11名同志共为患者提供服务300人次,获得患者好评。

(李莹)

常吃山核桃有助于降血脂

本报讯 近日,美国乔治亚大学家庭与消费者科学学院的营养科学家发现,食用坚果(如山核桃)能显著改善胆固醇水平。在为期8周的干预实验中,有心血管疾病风险的参与者食用山核桃后,他们的总胆固醇、甘油三酯和低密度脂蛋白(坏胆固醇)有显著改善。

研究人员将年龄在30-75岁、心血管疾病风险较高的成年人分成3组。第一组每天食

用68克或大约470千卡路里的山核桃;第二组用山核桃代替他们饮食习惯中类似数量的热量;对照组不吃山核桃。第8周时,参与者食用了一顿脂肪含量高的饭,以确定血脂和血液中葡萄糖数量的变化。结果显示,食用山核桃的两组空腹血脂得到改善,添加山核桃组的人餐后甘油三酯降低。此外,第二组参与者的餐后血糖水平也有所降低。(刘彦弟)