

市中心医院举办泛血管疾病管理中心建设启动会

本报讯 近日,市中心医院在东区院会议室举行泛血管疾病管理中心建设启动会。会议邀请辽宁省人民医院段娜教授进行专题讲座,市中心医院院长助理何文龙出席会议,心血管内科、神经内科、外周血管、微血管、健康管理部、影像科、超声科、信息科、医务处等相关科室主任及骨干参加启动会。会议由市中心医院东区院健康管理部主任王国庆主持。

何文龙致开幕词。他对段娜来院交流指导表示热烈欢迎和衷心感谢,并希望在泛血管疾病管理中心总部以及段娜的悉心指导和帮助下,市中心医院泛血管疾病管理中心能够早日建成。同时表示,市中心医院将大力支持泛血管疾病管理中心建设,不断提高服务能力,为健康新乡、健康中国建设贡献力量。

段娜就《泛血管中心建设的基本条件和流程》向大家深入浅出地阐述了泛血管疾病的概念与治疗现状、标准泛血管疾病管理中心建设要求,并介绍了复旦大学附属中山医院、中国科学技术大学附属第一医院、辽宁省人民医院等医院的建设模式。

泛血管疾病作为一种创新医学理念,实现了多学科合作、跨学科整合,是一种医疗就诊模式的创新,与患者交流更加紧密,更符合慢病患者管理模式。泛血管疾病的防治策略也将从“以疾病为中心”向“以患者为中心”“以促进健康为中心”的全方位、全周期管理理念转变,实现从血管健康到生命健康的历史性跨越。

当冠心病患者得了脑梗死,当房颤患者合并下肢动脉缺血,当糖尿病患者得了冠心病又合并下肢动脉硬化怎么办?当你还在为全身血管性疾病该先挂什么科发愁?泛血管疾病综合门诊的成立将一次性解决这些烦恼。

市中心医院作为豫北地区首家启

动泛血管疾病管理中心的三级甲等综合医院,革新了“头疼治头,脚痛医脚”的传统诊疗模式,这也标志着该院将建立多学科联动的筛查体系,对血管性疾病将进行整体评估,危险分层,全周期管理,进一步提升豫北地区泛血管疾病的综合防治水平。(党办)

相关链接:

一、您知道泛血管疾病吗?

泛血管疾病是一组血管系统疾病,以动脉粥样硬化为共同病理特征,主要危害心、脑、肾、四肢等重要脏器。人体的血管是一个整体,犹如一棵枝繁叶茂的大树,“树枝”是动脉、淋巴管,“树叶”是各个脏器。动脉系统的血液为各个脏器提供营养,粥样硬化性病变会引起血管的狭窄和功能障碍,影响脏器的血液供应,从而出现相应的疾病。

动脉硬化是泛血管疾病的病理基础。在年龄、吸烟、饮酒、高血压、糖尿病、血脂异常等多种综合因素的作用下,动脉粥样硬化斑块在动脉内壁形成,随着斑块不断增大,相应器官组织血流减少,引起缺血。

二、哪些人群需要筛查泛血管疾病?

1. 高血压、糖尿病、高血脂症。
2. 冠心病、脑梗死、下肢动脉疾病等血管疾病。
3. 慢性肠炎、类风湿关节炎、红斑狼疮等炎症性疾病患者。
4. 有以下症状:胸闷、胸痛、头晕、头疼、行走乏力、酸痛。
5. 有加速血管老化危险因素:吸烟、肥胖、缺乏锻炼、长期熬夜、精神压力大等。
6. 父母或兄弟姐妹有早发(女性<65岁,男性<55岁)心血管疾病的健康人群,30岁以后需开始血管评估。

市二院砥砺前行新档案



如何使重症心血管患者得到更加高效治疗 多位心血管专家 齐聚市二院交流经验



本报讯 11月4日,新乡市第八届心血管重症及介入研讨会在新乡市第二人民医院(以下简称市二院)召开(如图)。会议由市医学会和市二院联合举办。

来自我市和省内外多位心血管高级专家,围绕如何使重症心血管患者得到更加高效治疗等话题,通过开展专题讲座的形式,向与会者介绍各自的经验和研究成果。

市卫健委副主任陈银亭,市医学会秘书长王悦,河南中医药大学第一附属医院主任医师关敏教授,河南省人民医院专家刘敏作了题为《老年高血压指南管理》的讲座;河南省人民医院专家刘敏作了题为《老年高血压指南管理》的讲座;郑州市中心医院专家李国光作了题为《无导线起搏器并发症的预防和处理》的讲座;市二院专家闫吉霞作了题为《冠心病双联抗血小板治疗中国专家共识解读》的讲座;新乡医学院一附院专家赵国安作了题为《房颤的全程管理》的讲座;河南省人民医院专家刘敏作了题为《老年高血压指南管理》的讲座。

市中心医院李医博,市二院梁伟、张志明、辉县市人民医院张有利等专家,分别介绍了“冲击波球囊在CTO病变中应用”“肺血栓导管抽吸1例”“IVUS指导下寻找闭塞开口2例”“OCT指导下冠脉治疗”等颇具特色的临床病例。(二院文/图)

市中心医院义诊科普团队走进封丘县大关村

本报讯 近日,市中心医院组织医疗专家和科普专家走进封丘县大关村,开展健康科普宣教以及义诊活动(如图)。

义诊团队由骨科三郑云龙,急诊科王智勇、姜栋舒,普磨一科兼市健康宣讲团成员温兰颖等医务人员组成。

义诊现场,专家们细致问诊,指导村民用药,并就疾病预防、健康知识等进行详细解答。随后,王智勇、姜栋舒为群众讲解和示范了心肺复苏的操作,温兰颖为群众讲解了日常生活遇到鱼刺、喉呛异物等情况该如何应对等健康科普知识。专家们耐心细致地问诊和接地气的科普,受到了群众的欢迎和好评。

市中心医院医务人员通过本次科普、义诊活动,将优质医疗服务下沉乡村,传播了健康知识,积极践行了河南省卫健委2023年健康促进工作健康教育进乡村的会议精神,全面贯彻市卫健委“千人百场”医疗科普进基层志愿服务活动实施方案的要求,为振兴乡村、奉献社会作出了应有的贡献。

(李炳/文 张义宾/图)



2023年市自然科学学术成果奖出炉 市二院荣获一等奖二等奖各两项

本报讯 近日,市人力资源和社会保障局、市科学技术协会公布2023年新乡市自然科学学术成果奖评审结果,新乡市第二人民医院(以下简称市二院)喜获一等奖2项、二等奖2项。

据了解,2023年市自然科学学术成果奖评选,由市人力资源和社会保障局、市科学技术协会共同组织。经各推荐单位初评、市评审办公室聘请相关领域专家教授组成评审委员会进行终评,评选出一等奖73项、二等奖77项、三等奖102项。

此次活动中,市二院普通外科二病区主任、科教科负责人李广丽撰写的《大中华减重与代谢数据库

2021年度报告》和肾病学风湿科洪珊医师撰写的《Proteomic Analysis Revealed the Involvement of Autophagy in Rat Acute Lung Injuries Caused by Gas Explosion Based on a Data-Independent Acquisition Strategy》两篇论文获得一等奖;院长助理、神经内科一病区主任常红娟撰写的《颈动脉支架植入术与颈动脉内膜剥脱术治疗重度颈动脉狭窄效果对比》,烧伤科一病区主任王慧华撰写的《自体微粒体联合大张异种猪皮移植修复大面积烧伤创面的临床研究》两篇论文获得二等奖。(朱炳楷)

东至封丘李庄镇 西到获嘉照镜镇 市二院组织专家 开展健康科普义诊活动

本报讯 近日,按照市卫健委相关部署要求,新乡市第二人民医院(以下简称市二院)组织医疗专家和科普专家分别到封丘县、获嘉县开展“千人百场”健康科普义诊活动,为群众送去了优质的医疗和科普服务。

10月26日,市二院抽调骨科学专业陈冲伟、消化内科专业王文娜、微创修复整形专业张勇超、普通外科专业护士长王海霞,以及医联体办公室等相关职能部门人员组成的义诊宣教团队到封丘县李庄镇卫生院进行“千人百场”健康科普义诊活动。

王文娜、张勇超分别以《脂肪肝距离肝癌有多远》《糖尿病足的预防治疗》为题对现场群众进行科普宣教。

随后,专家们耐心细致地为群众提供问诊、听诊、测量血压血糖等免费的医疗服务,为广大群众普及健康知识,引导群众养成科学健康的生活方式,并根据群众的临床症状给出科学合理的诊疗建议及用药指导。(朱炳楷 吉永铮)

献血多少次才能获得无偿献血终身荣誉奖?

国家卫健委发布2022年版《关于统计报送2020—2021年度全国无偿献血表彰信息的通知》,其中有一项终身荣誉奖的修订,因仅表彰一次,引起了广大献血者的注意。

在《全国无偿献血表彰奖励办法(2022年版)》(国卫医发〔2022〕8号)的原文第六条中第四点明确规定:终身荣誉奖为累计获得无偿献血奉献金奖3次以上者。终身荣誉奖仅表彰一次。

通知中同样注明,金奖是自愿无偿献血达40次及以上的献血者,符合第三次金奖申报条件者,同时授予终身荣誉奖和金奖。所以,如果您想要申请无偿献血终身荣誉奖,您需要提前确认您的无偿献血奉献金奖获得次数,这个次数是否已经达到3次及以上。

那么终身荣誉奖到底要献血多少次呢?什么是符合第三次金奖申报条件?

怎么计算呢?

第一,献血不低于120次。

如果说,我们要申报第三次金奖获得终身荣誉奖,需要满足一个充分必要的条件,献血证必须获得两次及以上的金奖,同时本次申报年度达到40次献血金奖的要求。那么答案出来了,前两次金奖所需献血次数是80次,加上最近的申报年度40次,一共是120次,三次金奖累计总献血次数不会低于120次。

第二,至少达到3次及以上金奖资质。

假如,在2018—2019年度,某献血者献血次数达到39次,那么该年度他无法申报金奖的,即使在之后2020—2021年度,他献血达到理论上限每年40次,两年计80次,到2018—2019年度、2020—2021年度总计献血量是119次。该献血者在2020—2021申报年度也只能获得生

平的第一次金奖,并不是说简单地献血超过100次就可以申报第三个金奖,乃至终身荣誉奖。

要得到这个无偿献血终身荣誉奖,除了献血次数要达到120次或以上,还要获得三次金奖,超百次,甚至是119次,只要没有达到三次金奖资质都是不能申报到终身荣誉奖的。

每一次挽袖都是善心之举,每一袋血液都是在挽救生命,终身荣誉奖是对无偿献血者献血救人的肯定,但爱心献血从不论次数,每位献血者都是英雄。

在我们了解了无偿献血终身荣誉奖的设定后,除了对诸多能够拥有这个荣誉奖献血者的衷心礼赞外,还热切地期盼更多的爱心人士加入,不断壮大我们的无偿献血队伍,让生命生生不息。(车站)

膝关节置换术后康复指南

膝关节置换术是一种疗效十分确切的手术,但是后期功能锻炼与手术具有同等重要的作用,它关系到今后膝关节的功能和活度。今天来介绍一下膝关节术后患者康复锻炼的方法及注意事项。

一、膝关节置换术

膝关节置换术又称膝关节表面置换术,是通过手术解除关节表面受损的软骨和骨组织,并用人工材料填充取出的组织,从而解除膝关节疼痛,改善膝关节功能,纠正膝关节畸形和获得长期稳定。

二、人工膝关节置换适应症

X线检查有关节严重破坏的迹象;膝关节病变引起行走不稳,膝关节进行日常生活及活动严重受限;需长期服用止痛药物才能缓解的中度至重度持续性膝关节疼痛;保守治疗不能缓解症状者。

三、膝关节置换术后康复训练

术后:预防并发症:褥疮、感染、深静脉血栓、肺栓塞;减轻疼痛和水肿;改善功能活度。

术后第一天:1.术后患肢体位摆放于伸直位,患肢抬高放于枕头上,同时膝关节下方应架空,不能将患肢垫于微弯位置,以抬高患肢预防肿胀,促进回流,改善伸膝。2.麻醉消退后开始活动足趾及踝关节,通过小腿肌肉收缩与舒张的挤压作用促进血液及淋巴的回流。3.直腿抬高练习:先将踝关节背伸,然后绷紧大腿前方肌肉,伸直膝关节,抬高下肢,4.股四头肌及腓肠肌等长收缩练习:患肢伸直,大腿用力绷紧,使大腿上方肌肉收缩,保持3秒,再放松,进行下一个。

术后2天~3天:1.根据情况开始持续被动+主动活动练习。练习后次数30分钟。2.伸膝练习:用枕头垫高足跟部,膝关节加2.5KG沙袋持续轻压,30分钟/次,2次/日。3.经常保持坐位,不可长时间卧床,以避免体位性低血压的发生。4.保护下地站立,患腿微痛范围内负重,在扶助行器保护下短距离行走。

术后4天~14天:此期的重点是继续加大范围,其次是肌力恢复锻炼保持脚在床上滑动尽量屈曲膝关节,在最大屈曲位保持5S~10S,然后伸直膝关节。

术后3周~6周:此期的主要目的是增强肌肉力量,保持已获得膝关节活度,康复训练要循序渐进,切忌大剂量或高强度的训练,在进行所有运动过程中,都应该在微痛或无痛下进行,锻炼后如感觉疼痛,可用冰块进行局部冰敷,并抬高双腿,以减轻肿胀疼痛的症状。(河南省荣军医院康复科 田艳敏)

卫生健康科普园地

《中国居民膳食指南》教您吃好一日三餐

民以食为天,在饮食日趋追求美味营养的今天,吃什么,怎么吃成为很多人的难题。《中国居民膳食指南(2022)》为一般人群提出了平衡膳食八准则:

一、食物多样,合理搭配

每天摄入谷薯类、蔬菜水果、畜禽鱼蛋奶和豆类食物。做好荤素搭配、主副搭配。

二、吃动平衡,健康体重

各年龄段人群都应每天进行身体活动,减少久坐时间,保持健康体重。

三、多吃蔬果、奶类、全谷、大豆

每天吃不少于300g的新鲜蔬菜,200g~350g的新鲜水果;吃各种奶制品,摄入量相当于300ml液态奶。经常吃全谷物、大豆制品,适量吃坚果。

四、适量吃鱼、禽、蛋、瘦肉

每周最好吃2次水产品,每天吃1个鸡蛋不弃蛋黄。少吃肥肉、烟熏和腌制的肉制品。

五、少盐少油,控糖限酒

成人每天摄入食用盐<5g,烹调油25g~30g,控制添加糖<25g/天。不喝或少喝含糖饮料。成年人如饮酒摄入酒精应<15g/天。

六、规律进餐,足量饮水

不暴饮暴食,不偏食挑食,不过度节食。饮水要少量多次,推荐喝白开水或茶水,不用饮料代替水。

七、会烹会选,会看标签

应学会阅读食品标签,合理选择预包装食品。

八、公筷分餐,杜绝浪费

按需备餐,提倡光盘行动。坚持公筷、公勺和分餐、份餐,避免食源性疾病的发生和传播。(吕晓静)

