

“市民看医院”活动启动

本周日带您参观市爱民医院

晨报讯(见习记者 范丽丽)想参观市爱民医院的特色专科吗?想与爱民医院的专家一对一交流吗?由鹤壁日报社医疗健康新闻部推出的“市民看医院”活动启动,周日带您走进市爱民医院。

周日去参观爱民医院的特色专科

据活动负责人介绍,活动定于本周日,报名后被确定的参与者请于周日上午8时30分到市爱民医院门口集合,随后安排到该院会议室与医院领导、各科室的专家进行座谈,可提出您的建议,并现场咨询健康问题。然后参观医院门诊、诊疗设备、特色科室。

据了解,鹤壁市爱民医院创建于2002年,是市医保定点单位、新型农村合作医疗定点单位、城镇居民基本医疗保险定点单位。位于淇滨区淇河路与107国道交会处,交通便利,环境幽雅,是一所集医疗、预防、教学、保健为一体的医疗机构。建院以来,本着“花最少的钱看好病”的办院宗旨,倡导“无痛治疗、微创技术”,以病人为中心、以质量为核心、以满意为标准的理念,不断加大专科建设力度。病房装修舒适温馨,配备完善的医疗救治条件,手术设备齐全,设有输液大厅、出诊、团体体检、预约上门等多项服务。

据了解,鹤壁市爱民医院创建于2002年,是市医保定点单位、新型农村合作医疗定点单位、城镇居民基本医疗保险定点单位。位于淇滨区淇河路与107国道交会处,交通便利,环境幽雅,是一所集医疗、预防、教学、保健为一体的医疗机构。建院以来,本着“花最少的钱看好病”的办院宗旨,倡导“无痛治疗、微创技术”,以病人为中心、以质量为核心、以满意为标准的理念,不断加大专科建设力度。病房装修舒适温馨,配备完善的医疗救治条件,手术设备齐全,设有输液大厅、出诊、团体体检、预约上门等多项服务。

欢迎报名参与活动 开眼界拿奖品

“市民看医院”活动意在使市民对我市卫生医疗机构的亮点项目和诊疗能力有更直观的了解,考虑到参观效果,每周初定参加人数20人,每位参与者还将获得健康大礼包一份。

另外,您在参观过程中,还有记者相伴,以图文并茂的形式记录您的所见、所闻、所感,并将在报纸上刊登。

如果您想了解近年来我市医院的发展变化,想亲身体验现代医疗科技带来的诸多“奇迹”,就请报名参加我们的“市民看医院健康团”吧。报名电话:3322234、18739239232。

本版主持人
医疗·健康新闻部主任:王淑云
电话:13939258016
E-mail:yjlxwb@163.com

肿瘤药物会议
在上海召开——现代抗肿瘤中药
枫苓合剂新成果引起轰动

近日“肿瘤药物临床应用学术研讨会”在上海举行,到会的上海各大医院相关临床科室主任和专家纷纷发表自己的见解。我国首个可替代手术、化疗的现代抗癌中药新药枫苓引起专家的重视。

专家对新成果高度赞许

会上,上海市中医界名中医王曦明教授、曙光医院肿瘤科周荣耀教授等专家对该成果的疗效表示了极高的肯定。

国家新药评审专家、著名肿瘤药理学专家严惠芳教授深有感触地说,该成果相关合剂类药物是她20多年来测试过的效果最好的治疗肿瘤的药物,是中药现代化的重大突破。

据悉,作为一枝独秀的中药新成果在申请治疗性抗肿瘤药品时,因为在中成药领域没有参考药品,临床对照试验只能跟化疗药对比做,结果几个模型做下来,抑瘤总有效率远远超越化疗。

新成果进入医保
上海患者很幸运

国家药品研究基地7年大样本临床验证:该成果相关合剂类药物主要治疗胃、肝、食道、胰腺、肠以及肺、鼻咽、乳腺、宫颈、前列腺等肿瘤,肿瘤缩小率超出国家标准3.3倍。

鉴于该成果相关合剂药物的出色效果,上海率先将其列入医保目录(医保编号Z0131200010020),在19家大医院使用。

河南安阳市春草大药房(海鑫购物广场南侧)已引进并成立枫苓合剂专家咨询服务处。

专家预约热线:0372-5065712

美国环境工作组发布果蔬农残排行榜

苹果农药多 洋葱最干净

6月13日,美国环境工作组(EWG)发布了“2011年果蔬农残残留排行榜”,苹果位居农残残留最多的果蔬榜单之首,洋葱成了“最干净的蔬果”。

据记者了解,美国农业部(USDA)和美国食品药品监督管理局(FDA)每年都会对部分果蔬进行农残含量和农药种类检测,并对结果进行分析。而此次排名就是基于2000年~2009年这10年的数据分析得出的。在53种蔬果中,超过700个苹果样本都发现了残余农药,占到了总量的98%,其中92%的样本农药种类不止一种,苹果在“农药黑名单”的排名由去年的第4位跃升至榜首。排名第二的是芹菜。农药残留最多的12种果蔬是:苹果、芹菜、草莓、桃子、菠菜、进口油桃、进口葡萄、灯笼椒、马铃薯、国产蓝莓、莴苣、羽衣甘蓝。与此同时,该组织还公布了农残最少的15种果蔬:洋葱、甜玉米、菠萝、鳄梨、芦笋、甜豌豆、芒果、茄子、美国产哈密瓜、奇异果、卷心菜、西瓜、甘薯、柚子、蘑菇。

为了真实反映人们进食后所吸收的农药量,这些样本在检测前已被清洗至少10秒或削去皮,但数据仍显示,人们每天吃5种农残果蔬,相当于吃进14种农药。不少研究都表明,农药有损人体健康,与神经系统疾病、荷尔蒙失调、儿童智力受损等有关。

虽然果蔬存在农残问题,美国政府和营养专家却仍然达成一点共识,即相对于农残的危害,果



蔬对健康的益处更大,只要正确食用,比如蔬菜煮熟再吃,水果洗净并去皮等,就能降低危害。

(据《生命时报》)

鹤壁市健康教育中心
保健与健康讲座高血压患者
最宜夏季刮痧

刮痧具有调心气、活心血、降血压的作用。夏季通于心,人心气较盛,加之此时人“卫气外浮”,所以高血压患者适宜在夏季刮痧。

刮痧除了用刮痧板、刮痧油外,还可以在家就地取材,用蘸上白酒(40度左右),切得比较方正的姜块来刮,因为从活血化淤的角度来考虑,姜块蘸酒刮痧最好。对于高血压患者来说,刮痧的部位可以选择肩部和颈部,即风池穴(头后颈部两侧凹陷处)到肩井穴(肩部最高处)之间的区域。此外,人们还可以刮自己的两个肘窝和膝盖后侧的腘窝处。

从形态来看,刮痧可分为若干层次,如皮肤颜色潮红、紫红以及略微渗血等。无论是哪种状态,人的皮肤上都可出现颜色较深的红点,这就是所谓的出痧。此时应该用姜块按压红点。但从安全角度考虑,大家刮痧顶多到皮肤颜色紫红就可以了。如果皮肤颜色潮红时就已经出痧,则不必继续深入了。

除了用器具刮以外,用手指揪皮肤、拍打皮肤以及挤压皮肤都是刮痧方法,即扯痧、拍痧和挤痧。所以,高血压患者在夏天不断拍打肩部、颈部也有降压作用。

温馨提示:

刮痧不能在风下进行;刮痧后30分钟内最好不要对皮肤进行任何刺激;刮痧部位在退痧之前,最好不要刮第二次;如果您在血压高的同时还伴有乏力气短、头晕眼花、面色苍白等症状,即属于气血两虚或血虚时,就不应该刮痧了;皮肤病患者不能刮痧,最好在医师指导下进行。



男人别忽视生殖健康问题

爱民医院男科专家表示:生殖器官健康不只有女性的事,男性也同样应该重视。包皮过长者要经常清除包皮垢,这些不洁物质不但对自身有害,还会传播给妻子。男性朋友在发现皮肤或黏膜出现损害,生殖部位及手、眼睑、唇、舌、咽喉等处出现红斑、丘疹、硬结、水泡、溃疡,或者尿灼热、尿道内流出异常分泌物,出现尿频、尿急、尿痛、排尿困难、尿闭以及血尿等症状时,要及时就医。

步入而立之年的张先生工作上应酬多,熬夜对他来说是家常便饭。时间一长,张先生患上了慢性前列腺炎。这个疾病彻底改变了张先生的生活,尿频、尿急、尿道刺痛等症状让他根本无法安心工作,可每次症状发作,他也总是因为工作太忙不去医院就诊,久而久之错过了最佳治疗时间。

像张先生一样,许多男性都从潜意识里忽视

自己的生殖健康,除非疾病有非常明显的症状才会重视。而前列腺炎这样的疾病,发展过程比较缓慢。有的男性抱着能拖就拖的心理,身体一旦有恙,不去医院看病,而是依靠休息来克服,或者凭经验自行用药。久而久之,会自食耽误病情的恶果。严重的前列腺炎会引发不育、性功能障碍等一系列问题。

鹤壁爱民医院独家引进的“太阳神男性工作站”,不仅具有精密的诊断分析系统,可检查男性生殖系统的血管和神经病变,而且具有全自动人工智能精子质量分析能力,对于功能性阳痿、习惯性早泄、阴茎短小、青少年发育迟缓、中老年性功能衰退、经常性梦遗,都有独特的治疗康复作用,对于不同年龄阶段ED患者的性功能治疗有显著效果,可扶阳壮根、培欲固本。

爱民医院为100名男士援助性功能障碍手术

院庆特别推出:

1.请拨打0392-3326120预约登记,即可获得男士健康援助卡一张,内含600元可抵用手术费、治疗费。2.做阴茎背神经阻断手术最高可抵用200元。

阴茎背神经阻断术

早泄问题一直困扰着男性的健康。早泄的发病率越来越高,不仅使男女双方得不到性生活的满足,造成情感、婚姻不和谐,而且对男性的身心健康带来伤害。

导致早泄的因素很多,如手淫过频,恐惧、焦虑、过度疲劳等心理障碍及心脾两虚、心肾不交,或长期使用药品、烟酒、辛辣食物刺激等,都易导致早泄的发生。

爱民医院泌尿外科首家推出“阴茎背神经阻断术”,通过阻断阴茎背神经治疗阳痿、早泄,从根本上达到治疗射精过快,手术只需10分钟,安全可靠,微创无痛,随治随走,术后无不快感,效果明显,解决男人早泄的尴尬,提高性生活质量。

康复热线:3326120

缓解压力试试5招

无论是在职场,还是在家中,压力可能无时不在。如何缓解压力,成为越来越多的人关心的话题。美国《健康》杂志最新载文,推荐以下5个解压小妙招,可以帮助你1分钟缓解压力,放松身心。

1.仰望天花板,倒数60秒。抬头仰望动作有助于刺激副交感神经系统,降低血压,放慢呼吸节奏。慢慢倒着数数,也有助于分散注意力,缓解压力。

2.将压力写进日记,把问题留给明天。将带来压力的问题白纸黑字写在纸上,有助于更好地了解和分析问题,以便更好地解决问题。

3.深呼吸10次。鼻子吸气,口腔呼气。深呼吸可降低心率,平静身体。深呼吸时,集中注意力关注腹部起伏和气流吸入呼出。

4.想象腾云驾雾。设想自己飘浮于云端,观察可以看到的一切。沉思冥想有助于摆脱日常烦恼和压力束缚。

5.缓慢活动全身肌肉。压力大的时候会导致全身疼痛和不适。学会活动全身,从头到脚逐步放松肌肉,有助于缓解肌肉紧张度和心理焦虑感。(据《家庭保健报》)