

# 我市第二届健康节正式启动

鹤壁市健康教育中心  
保健与健康讲座

## 牙疼可能源于颈椎病 眼累、胸闷、手脚凉同样应警惕

整天坐在电脑前,很多人肩颈酸痛、疼痛时,马上就想到是颈椎出了问题。但还有一些颈椎病症状像是被伪装了起来,并不直接体现在颈椎上。如果没找到根源,就很难对症下药。

**牙疼。**陈先生最近觉得牙特别疼,就到家附近的口腔诊所检查,医生说需要拔牙。可是拔牙后牙疼竟没止住,再检查才发现是颈椎出了问题。他随后到骨科进行治疗,治疗后,牙疼也随之消失了。

**眼累。**眼睛疲劳是眼部供血不足的表现,除了过度用眼外,颈椎问题也可能造成眼部供血不足。

**胸闷、手脚凉。**白女士经常手脚发凉,有时还心慌、胸闷。经检查,白女士发现颈椎出了问题,才知道原来心慌、胸闷、手脚发凉还可能是颈椎病引起的。

颈椎病分为颈型、交感神经型、椎动脉型、神经根型和混合型等。其中交感神经型颈椎病是较少见的一种,却会引起全身多处不适。专家建议,总伏案工作的人平时要尽量多锻炼。骨关节活动时,也会加速炎症的代谢,使关节不容易受凉。另外,办公族可常做颈椎操,简单易学,能舒筋活血,强健筋骨,每天1次,长期坚持可以缓解颈椎问题。



## 乙肝患者需要复查什么?

鹤壁市传染病医院 牛卫理

1. 乙肝病毒核酸(HBV DNA),是目前能够反映乙肝病毒复制的“金指标”,提示体内乙肝病毒的复制能力和传染性,联合乙肝五项指标检测有利于指导抗病毒治疗方案的选择和疗效的判断。

2. 肝功能检查,通过各种生化实验方法,监测与肝脏代谢有关的各种指标,以反映肝功能的基本状况。主要包括反映肝细胞损伤、反映肝脏间质变化、反映肝脏储备功能、反映肝脏排泄功能的检查,是确定治疗方案和判定疗效的重要参考指标。

3. 影像学检查,尤其是B超动态检查,连续肝、胆、脾B超结果相互对照,能更好检测肝、胆、脾有无进行性损害。如果B超发现肝脏局部病变而不能定性诊断,可做CT或核磁共振等进一步影像学检查。

4. 甲胎蛋白,在影像学检查没有发现肝脏肿块之前会明显升高,是可以超早期发现原发性肝癌的一个有力的指标。

5. 肝纤维化指标,可一定程度上非损伤性反映肝纤维化的进程与严重程度,同时可反应药物抗肝纤维化的效果。

6. 血细胞常规检查,白细胞和血小板数目减少,可提示脾功能亢进或肝硬化存在。

对于以上复查项目,在病情稳定阶段最好每3个月复查一次,如果病情有变化应遵医嘱复查。



## 鹤壁市医院满意度调查问卷

姓名 \_\_\_\_\_ 性别 \_\_\_\_\_ 年龄 \_\_\_\_\_ 电话 \_\_\_\_\_ 家庭所在地 \_\_\_\_\_

您喜欢到我市哪家医院就诊?

- A.市人民医院
- B.市中医院
- C.市妇幼保健院
- D.市传染病医院
- E.市口腔医院
- F.鹤煤总医院
- G.鹤煤二院
- H.鹤壁中古友好眼科医院
- I.鹤壁京立肿瘤医院
- J.爱民医院
- K.浚县人民医院
- L.淇县人民医院

多项选择:

1.您喜欢到该院就诊的原因是什么?

- A.就医时间方便
- B.以往就医习惯和经验
- C.医护人员的服务态度较好
- D.就医手续和流程便利
- E.他院转诊或亲友介绍
- F.媒体的宣传

2.选择这家医院,您最看重的是什么?

- A.技术好
- B.服务好
- C.环境好
- D.设备先进
- E.收费合理
- F.离家近,交通便利

3.就诊期间,这家医院哪些地方让您印象最深刻?

- A.医生的技术好
- B.医护人员服务到位
- C.医院环境好
- D.医院管理规范,收费合理
- E.其他医院的哪些方面让您难以忍受?
- A.看病流程烦琐
- B.医生护士态度不好
- C.环境脏乱差
- D.开具不必要的检查单以及药品
- E.变相索要红包

单项选择:

1.您对这家医院的综合服务能力的信赖程度如何?

- A.可信
- B.基本可信
- C.不可信

2.在这家医院住院时,您对其治疗效果是否满意?

- A.满意
- B.基本满意
- C.不满意

3.您对这家医院的总体满意度如何?

- A.满意
- B.基本满意
- C.不满意

问答题:

1.您最信赖的医生是谁?

2.您在就诊过程中,令您印象最为深刻的就医经历是什么?(最好以讲故事的形式记述)

市民参与活动方式:

1.填写调查问卷后,沿虚线剪下邮寄至淇滨区华夏南路鹤壁日报社医疗健康新闻部。邮编:458030。

2.拨打鹤壁日报社医疗健康新闻部热线电话3322234讲述您的就医故事,或将您的就医故事发电子邮件至信箱:yjkwxb@163.com,或加入QQ群135790073与群主交流。

## 乳房无故肿胀小心乳腺癌侵袭

乳房胀痛是乳腺疾病早期最容易发觉但又最容易忽视的症状,常见于乳腺囊肿增生和乳腺癌。乳腺囊肿增生多见于中青年女性,症状是乳房胀痛、肿块,可呈周期性,与月经周期有关。而乳腺癌是癌细胞增殖导致,不会产生周期性改变。一般可在经期后10天左右加以检查。

### 警惕乳腺癌早期症状

1.部分早期乳腺癌患者虽然摸不到乳房内有明显的肿块,但常有局部不适感,特别是绝经后的女性,有时会感到一侧乳

房轻度疼痛不适,或一侧肩背部发沉、酸胀,甚至累及该侧的上臂。

2.早期乳腺癌患者乳房内可触及蚕豆大小的肿块,较硬,可活动。一般无明显疼痛,少数有阵发性隐痛、钝痛或刺痛。

3.乳房外形改变。乳房外部可见肿块处皮肤隆起,局部皮肤出现橘皮状、水肿、变色、湿疹等。

4.乳房皮肤有轻度的凹陷(医学上称为“酒窝症”),乳头糜烂、乳头不对称、乳头回缩等。乳房的皮肤有增厚变粗、毛孔增大现象(医学上称为“橘皮症”)。

5.乳头溢液。溢液呈血性、浆液血性时,应特别注意,做进一步检查。

6.区域淋巴结肿大。以同侧腋窝淋巴结肿大最为常见。锁骨上淋巴结肿大者已属晚期。

预防乳腺癌,定期检查是关键,争取做到早发现、早治疗。鹤壁爱民医院拥有先进的CR数字钼靶乳腺检查仪,对乳腺肿瘤、钙化、结节、癌变等都具有较高的敏感性,是检查乳腺疾病的首选设备。另外,鹤壁爱民医院还开设有乳腺病专科门诊,实行专病专治。

鹤壁爱民医院  
HE BI SHI AI MIN HOSPITAL

医保·新农合定点单位

3326120

淇滨区淇河路102号

## 治疗痔疮手术不开刀

# 十分钟无痛微创轻松除痔

爱民医院引进目前先进的等离子肛肠治疗仪,微创技术,治疗时间短,术后出血少,几乎无痛,恢复快,无后遗症,治疗效果佳。

专业诊疗: 内痔、外痔、混合痔、便血、肛瘘、肛裂、肛周脓肿、肛周湿疹、直肠脱垂、直肠息肉、肛管狭窄、肛门瘙痒。

便秘

便血

疼痛

肛门瘙痒

微创 微痛 愈合快