

珂信健康俱乐部组织“癌友”齐练大成拳 共同体验“体疗”抗癌

本报讯 11月10日,久违的艳阳普照邵阳大地,气温开始回暖,珂信肿瘤医院门口热闹不已,大家集聚在一起练大成拳,共同体验“体疗”抗癌的魅力。

据介绍,常练大成拳可以达到预防外感之邪侵袭的效果,特别是对于肿瘤患者来说,既能增强体质,又可提高抗癌能力。此次大成拳“体疗”活动由邵阳珂信肿瘤医院及邵阳珂信健康俱乐部主办,旨在通过规范有效的体疗活动,帮助更多的患者达到预防甚至治疗肿瘤的作用。活动特邀大成拳传人陈跃林亲自教学,教学内容为大成拳专题讲座及体验操,珂信健康俱乐

部会员及邵阳珂信肿瘤医院员工共两百余人参与了活动。

市民莫女士已经是第二次参加大成拳“体疗”活动了。她说,从今年3月老师第一次来教学开始,她就每天早上坚持站桩半小时,坚持下来感觉精神好多了。这次参加活动,就是想让老师好好检查功课的。

据大成拳传人陈跃林介绍,大成养生桩简单易学、无偏差,能做到有病治病、无病强身。大成拳现已在长沙珂信肿瘤医院推广,很多肿瘤患者通过每天练习大成拳,病情得到了很好的控制。

(记者 陈星 通讯员 何鲁飞)

亲友互助献血知多少

根据《中华人民共和国献血法》第十五条,为保障公民临床急救用血的需要,国家提倡并指导择期手术的患者自身储血,动员家庭、亲友、所在单位以及社会互助献血。在日常工作中,还有许多人对于亲友互助献血存在一些误解和疑问。

一、卷起袖子就可献血吗?

“医生,我是孩子的父亲,抽我的血给他用。”这种画面只能在电视剧里才可能出现。在医院为患者进行血管对血管的输血,是违反相关法律法规的。事实上,一袋血从献血到血液的使用的流程很长。问诊、体格检查,还有严格的传染病指标检测、血液相容性交叉配血检测等过程。相关法律规定,医疗机构的用血必须来源于合法的采供血机构。病人亲朋好友互助献血,统一由血站管理,血液采集后经血站检查合格以后才能供临床使用。

二、亲友互助献血不等于把你献出的血给亲属用。

亲朋好友参加互助献血之后,血站会规避直系亲属间相互用血。因为输血相关性移植物抗宿主病这个输血不良反应在亲属间发生的概率远高于非亲属,尤其是一级亲属,即父母与

子女间,发病率要高10至20倍,所以病人家属献血后,血站会对血液重新进行调配,规避直系亲属间相互用血。

三、不应需用血时才献血。

目前的临床用血全部来源于爱心人士无偿捐献,还不能人工制造,而且捐献的血液都是有有效期的,每日常常捐献者人数不足时,就会造成临床供血的紧张。

互助献血虽能缓解燃眉之急,但仍存在极大弊端。以血换血的做法,不符合病人利益第一的原则,加上公众对谁可以用血的确定权的合理怀疑,这种做法会导致献血人群和公众对血站的负面观感,甚至引发信任危机,从根本上损害无偿献血事业的发展。为此建议适龄健康的人群都能加入到献血队伍中来,这样才能保证有足量的血液满足临床患者治疗抢救的需要,不要等病人需要了,家属再献血。适量献血是无损健康的,这样造福自己、造福家人,也造福大众。



你是脑卒中“偏爱”的人吗?

记者 彭颖异 通讯员 黄小雄

洞口县的肖先生今年刚满50岁,却已高血压、糖尿病等慢性病缠身,虽然平常血压、血糖控制欠佳,但一直没对生活造成太大影响,他也就没特别在意。今年11月初,肖先生突然不能言语,且右侧肢体活动出现障碍,被家人紧急送往邵阳市中心医院脑卒中中心治疗。

邵阳市中心医院脑卒中中心主任张春华介绍,根据中心收治的病人情况分析,我市脑卒中患者中,大部分人同时患有高血压、糖尿病、高脂血症、心房颤动等疾病;还有部分患者保持着吸烟、酗酒等不良生活习惯,此外,超重、运动缺乏及家族遗传史也是导致脑卒中的重大危险因素。

高血压一直是心脑血管疾病最重要的危险因素,有超过半数的心脑血管疾病发病与其有关。此外,糖尿病可以增加缺血性卒中风险约3.6倍。

血脂异常也是心脑血管疾病发病的重要危险因素,总胆固醇每升高1mmol/L,脑卒中发生率就增加25%,其中高胆固醇血症与动脉粥样硬化血栓形成性卒中具有明显相关性。心房颤动可引起栓子脱落而造成脑栓塞,约20%的缺血性卒中是由心源性栓子造成的,约40%的不明原因的卒中可能是心源性卒中。

吸烟和酗酒对脑卒中病发也有着明

显的影响。吸烟是脑卒中的独立危险因素,它可以通过影响血脂以及导致血管内膜损伤影响脑卒中,其风险随着吸烟量增加、吸烟年限延长而上升。有报告显示,吸烟者发生脑卒中的危险是不吸烟者的2至3.5倍,如果吸烟和高血压同时存在,脑卒中的危险性就会升高近20倍。酗酒引发脑卒中的死亡率为不饮酒者的3倍,过量饮酒后交感神经兴奋、心跳加快、血压升高,容易导致管壁薄弱的脑动脉发生破裂而引发脑卒中。

肥胖、缺乏运动增加了脑卒中的发病风险。肥胖者多伴有内分泌紊乱,血中胆固醇、甘油三酯含量增高,高密度脂蛋白降低,容易发生动脉硬化,且肥胖也易引发糖尿病、冠心病和高血压等疾病,这些都是脑卒中的危险因素。久坐、缺乏运动容易引起肥胖。专家表示,虽然目前还没有充分的证据可以证明坐多久与脑卒中发病有明显联系,但是越频繁地打断久坐的状态,对身体就越好。

此外,具有脑卒中家族史的人群也更容易发生卒中。家族遗传的作用来自两个方面:一方面是因为基因遗传,即父母将卒中的易感基因直接传给子女,使后代也容易发生脑卒中;另一方面是生活习惯遗传,即家族中的某些不良生活习惯传承,使得卒中风险增加。

关注脑卒中

脑卒中免费筛查 正在进行中

据统计,我国现幸存的700万脑卒中患者中,约有450万患者不同程度丧失劳动力、生活不能自理;每年新发患者200万人。据有关专家估计,我国每年用于治疗脑卒中的直接费用约为200亿元,这还不包括患者死亡或残疾导致的劳动力丧失引起的间接经济损失。脑卒中已经成为严重危害患者生命和生活质量的常见难治性疾病。

今年11月中旬至2017年4月间,邵阳市中心医院脑卒中中心作为我市唯一的脑卒中防治和筛查基地,积极响应国家号召,在双清区龙须塘街道卫生服务中心、邵阳市桥头医院、渡头桥镇医院设立免费筛查定点,凡定点覆盖区域居民均可享受免费脑卒中筛查服务。

目前,渡头桥镇医院定点筛查服务正在开展,已进行免费筛查673人次。此外,定点覆盖区域外居民也可自行前往邵阳市中心医院脑卒中中心门诊进行挂号筛查。



11月13日,隆回县金石桥镇中心卫生院医务人员正在为群村老人进行健康体检。自10月以来,该镇中心卫生院分组采取医院集中检查与下村检查相结合的方式,先后为31个村(居)委会60岁以上、参加了新农合的近5000名老人进行血糖、血脂、肝肾功能、心电图等免费健康体检,检查费用由政府“买单”。该镇每年通过免费健康体检为老人建立健康档案,对检查中发现的高危人群和慢性病患者,及时纳入相应病种的规范化管理,有效提升老年人的健康水平和生活质量。 杨敏华 贺上升 摄影报道

血管介入止血 争分夺秒救命

记者 胡梅

患者接受胰十二指肠切除手术3天后突然大出血,这可急坏了家属和医护人员。在再次开腹探查后,仍未找到出血点,患者一小时失血量在1000毫升以上,随时有失血性休克致死的可能!

邵阳学院附属医院(原邵阳医专附属医院)立马组织介入科等相关科室专家紧急大会诊。患者命悬一线之际,该院介入科医护人员发现出血部位并成功实施手术,将其从死亡边缘拉了回来。

命悬一线,介入科急症血管介入止血

11月4日,接到会诊通知后,和其他科室专家一样,医院介入科主任廖旭军马不停蹄赶往会诊地点。

“当时,病人情况非常不好,心率150次/分以上(正常100次/分以下),呼吸40次/分以上(正常20次/分以下),血压35-60/60-90,(正常值是90-140/60-90),生命体征不平稳。”廖旭军回忆道。

廖旭军及其团队迅速制定了手术方案,随即与家属沟通,“当时家属也非常配合,表示不管结果如何,都愿意去尝试,很快得以进行手术,也给我们释压不少。”廖旭军带领团队一起为病人实施了“选择性腹腔动脉造影+出血动脉栓塞”手术,半个小时内便找到出血点,并迅速把血管栓塞住,将病人从死神手里抢救回来。所有人都舒了一口气,家属更是连连称赞。

涉及广泛,专家呼吁重视介入治疗

“手术过程中,在专用设备引导下,一般只需开一个一到两毫米大小的切口,置入小导管而解决大问题,具有创伤小、耗时短、恢复快、疗效确切等优势。”对于介入手术,廖旭军简洁形象地解释道。

廖旭军表示,邵阳学院附属医院介入科开展的项目涉及到各个系统和各个领域,主要包括神经介入:可以进行脑动脉瘤栓塞术、脑血管畸形栓塞术、头颈部动脉狭窄支架成形术、急性脑梗塞溶栓术等;肿瘤介入:肝癌、肺癌、卵巢癌、子

宫颈癌、肾癌、直肠癌等的栓塞、化疗等;急症介入:呼吸道大咯血的支气管动脉栓塞治疗,外伤性肝、脾破裂的动脉栓塞治疗,急性动脉损伤及夹层动脉瘤的支架治疗等;妇科介入:子宫输卵管造影及再通术治疗阻塞性不孕症,子宫动脉栓塞治疗子宫肌瘤等;血管介入:全身各部位的动静脉狭窄、闭塞的球囊扩张成形及支架植入术,布-加氏综合征(下腔静脉、肝静脉闭塞)的血管内支架治疗等;非血管介入:食管、气管狭窄支架置入术,胆道梗阻的内、外引流与支架成形术,经皮穿刺活检术,囊肿、脓肿的硬化治疗及引流术,经皮椎体成形术等。

“这台手术正是体现急症介入优势的典型缩影。”廖旭军介绍说,“本科室拥有先进的美国GE-Innova3100大平板C型臂血管机,配套高压注射器、有创心电监护仪等先进设备;拥有装备一流、布局合理规范的先进介入手术室。希望大家重视介入治疗,我们也随时准备为有需之士提供帮助。”

- 每个人都应当关爱、帮助、不歧视病残人员。
- 定期进行健康体检。
- 劳动者要了解工作岗位和工作环境中存在的危险因素,遵守操作规程,注意个人防护,避免职业伤害。
- 从事有毒有害工种的劳动者享有职业保护的权利。
- 少饮酒,不酗酒。
- 遵医嘱使用镇静催眠药和镇痛药等成瘾性药物,预防药物依赖。
- 拒绝毒品。
- 劳逸结合,每天保证7~8小时睡眠。
- 科学就医,及时就诊,遵医嘱治疗,理性对待诊疗结果。
- 冬季取暖注意通风,谨防煤气中毒。
- 抢救触电者时,要首先切断电源,不要直接接触触电者。

健康素养66条

邵阳市脑科医院

城镇医保、新型农村合作医疗定点医院

咨询电话:
0739-5275358

地址:市西湖南路桃花洞旁
市内乘坐17路公交车到市脑科医院站下

诊疗科目:

精神科
康复医学科
精神卫生专业
临床心理专业
药物依赖专业
司法精神专业等