

“赵超构新闻奖”好专栏

郑能量



本报推出的3位“最美家乡人” 获评2017“河南态度峰会”年度人物

六大态度族群： “我们都是发光体”

2015年，网易河南首创“态度峰会”。
2016年12月28日，“网易2016·河南态度峰会”再度启幕，评出六大态度族群共16位获奖人和4个团体。

2018新年伊始，“网易2017·河南态度峰会”举办，以“我们都是发光体”为主题，创新设立“大脑性感”、“不燃不快”、“率兴而为”、“追光者”、“匠心·传承”、“知性时代”六大圈层，力争让每一个年轻人的态度，都焕发出光芒。

今年峰会的“六大圈层”中，“不燃不快”强调不在乎极致要多努力，只要知道极限在哪里，为发烧友造势；“大脑性感”主张在最好的时代保持理智，在最坏的时代保持乐观，找寻思想前卫，大脑性感的意见领袖；“率兴而为”主张喜欢就做，想走就走，力争打造兴趣博物馆；“追光者”是一群在公益事业上发光发亮，感染世界每一个角落的人；“匠心·传承”代表着匠心之志、技艺传承；“知性时代”诠释了女性在新时代中的担当与力量。

本报讯 1月9日晚，由网易河南主办的“网易2017·河南态度峰会”在郑州举行，经过近1个月的激烈投票角逐，揭晓了2017年度六大态度族群的获奖者。本报和阿里巴巴天天正能量联合评选的2016年度3位全国和郑州地区的“最美家乡人”再获殊荣。

郑报融媒记者 张翼飞/文
图片由受访者提供



周水斌 张菊 关丽

“老周班”周士良 当选“中国好人”

去年郑州8人上了中国好人榜

本报讯 记者昨日获悉，近日中央文明办举行2017年12月中国好人榜发布仪式，我市周士良入选敬业奉献好人。

周士良生于1945年6月，是二七区爱华中学总顾问、班主任导师。他组建教师团队“老周班”，担任首席班主任导师，提出“把心交给学生，努力创造适合于每个学生发展的教育”，始终不忘“爱与责任”，教育孩子做一个“大写的人”。

记者从市文明办了解到，2017年我市共有8人上榜中国好人榜，他们是：助人为乐好人孟哲、中原好同学（集体）、梅丽，敬业奉献好人徐亚平、周士良，孝老爱亲好人王泽友、底慧敏，见义勇为好人“马路产房”爱心集体。

郑报融媒记者 张翼飞

三位“最美家乡人”当选态度人物

此次评选中，郑州“最美家乡人”、郑州市爱心导盲犬服务中心创始人关丽，与河南广播电视台著名主持人韩佳，最美军嫂吴新芬等一起成为“知性时代”态度人物的获奖者。全国“最美家乡人”

十佳、郑州交警二大队抗癌交警周水斌，郑州“最美家乡人”、金水区红十字孝慈志愿者服务队队长张菊，和中国戏剧家协会副主席、河南豫剧院院长李树建一起，当选“追光者”年度态度人物。

2018 大肠癌免费筛查正在进行中

按流程走，10多分钟就能拿到检查结果，放心省事！

市民可拨打健康专线87503333申请报名

结直肠肿瘤的早期症状



【体验】10多分钟就拿到检查结果，省心省事

进入郑州丰益肛肠医院门诊楼，在一楼右侧导医台进行登记分诊后，就可以拿到病历本。崔大爷被导医领进了肛肠二诊室，在与主诊医生进行简单沟通交流后，领到了检查单。在做完肠道清洁后，进入检查室，进行常规检查及肛肠镜检查，随之即

可拿到报告单。整个过程，只用了16分钟。崔大爷最近一年一直有便秘、肛门疼痛及异物感，于是今天一大早就让儿子陪同来医院检查，拿到结果悬着的心才落了地，高兴地说，也就中药花了几十块钱，这个大肠癌免费筛查，真真正正是为百姓办实事！

【警惕】大肠癌早期症状不明显，潜伏期较长

郑州丰益肛肠医院刘佃温教授称，大肠癌是结直肠癌的总称，一般来说，从肠黏膜增生到腺瘤病变需要5~10年，且早期症状并不明显。因此患者有以下早期症状，需要格外警惕。

排便习惯改变：比如之前排便很规律，但最近拉肚子或便秘的情况十分频繁；
长期便秘：常表现为大便困难或粪便变细，且一次不能完全排尽，感觉想排便

排不干净；
腹泻：常常水性粪便中还混杂着血液，排便后还有粪便残留的感觉；
肛门疼痛或瘙痒：可能是肿瘤细胞刺激神经末梢所引起的症状；
肛门肿物脱出：指肛缘有肿物隆起或直肠内肿物脱出肛门；
便血：大肠癌早期的首要症状，常表现为大便表面带血，颜色鲜红或暗红。

2018年大肠癌免费筛查已经进行了近10天，已有300余名市民报名参加了筛检，其中检查出大肠癌疑似病例两例、10例腺瘤及息肉患者。昨天上午，在郑州丰益肛肠医院，记者对免费筛查进行了跟进采访。 蒋晓蕾

【现状】这项检查免费，却还是有人不愿做

肛门指诊和肛肠镜检查，是体检中最容易被弃检的两个项目。刘佃温教授强调，正因为如此，很多患者将痔疮和直肠癌初期的症状混淆，进而耽误了治疗时机。

40岁的汤某一直生活在郑州，去年1月就开始经常便血，刚开始出血量很少，9月大便次数明显增多，最多时一天要上10多次厕所。11月中旬，随着出血越来越多，汤某终于熬不住了，报名参加了

2017大肠癌免费筛查活动。医生检查发现，汤某的直肠上居然长了一个大约8厘米的肿瘤，占据了直肠2/3的空间。

刘佃温教授表示，很多市民检查前，都简单地认为自己患的是痔疮或者便秘，丝毫意识不到问题的严重性，结果出来才后悔万分，这种情况在临床上占三成以上。所以有了肛门不适症状，一定要早检查、早确诊。

【提醒】40岁后，应每年做一次肛肠检查

数据显示，结直肠癌已经成为我国继胃癌、肺癌后的第三大恶性肿瘤，很多患者被确诊时已经到了晚期。而手术不仅给病人带来痛苦，也给家庭和社会带来负担。为此2016年、2017年郑州市连续两年将结直肠癌筛查纳入“十大民生实事”。

为让更多人受益，郑州丰益肛肠医院从本月开始启动2018大肠癌免费筛查活动。医院相关负责人表示，40岁以上的郑州户籍人口或常住居民，自愿参加并能接受检查者均可参与。专家建议，40岁以上人群应每年做一次肛肠常规检查。

专家推荐



刘佃温
主任医师，教授，硕士生导师。郑州丰益肛肠医院特聘专家，中华中医药学会肛肠分会副会长，河南省医疗事故鉴定委员会委员，曾获“全国中医肛肠学科名专家”“郑州市五一劳动奖章”等荣誉。