

## 农民工“开胸验肺”一事有果 张海超患尘肺病

全市开展职业卫生监督专项检查  
□晚报记者 邢进 刘涛

本报讯 备受关注的密市农民工张海超“开胸验肺”一事有果。昨日,郑州市“张海超事件”协调处理工作领导小组对媒体公布了诊断结果,经专家确诊,张海超患有尘肺病,诊断结果已经送达本人。市政府并就此下发《关于开展职业卫生专项监督检查的紧急通知》,要求在全市范围内开展职业卫生监督专项检查。

据悉,新密市刘寨镇老寨村村民张海超患尘肺病一事经媒体报道后,受到社会的广泛关注,省、市主要领导均作出重要批示,要求有关部门研究解决实际问题,做好善后工作,并组织联合调查组,认真调查、严肃处理。郑州市卫生局责成郑州市职业病防治所组织人员收集张海超诊断、检查、治疗及病理学等能够收集到的新的相关资料,并详细了解张海超的职业史,邀请河南省职业卫生专家进行全面系统地讨论、分析、会诊。经咨询卫生部专家后,于7月26日,对张海超作出尘肺病诊断。

郑州市委、市政府要求新密市和郑州市直有关部门高度重视,依法办事,妥善处理。同时,要求市监察局对涉及的相关单位和责任人展开全面调查。组织人员对张海超及其工友以及从事粉尘作业的人员进行排查登记,并进行健康体检,建立诊疗救治绿色通道。市政府下发通知,要求迅速在全市范围内全面开展职业卫生监督专项检查。争取在8月底前,完成对粉尘、有毒化学品等行业职工的职业技能检查。

## 郑州国际会展中心成立河南首家相声艺术社

□晚报记者 徐刚领 实习生 徐琳媛 刘克源

本报讯 今后每周六,郑州市民想到剧院里面听段相声,这个愿望可以实现了。河南首家相声艺术社——郑州国际会展中心“欢喜虫”笑料厂已经成立,并且上周六在郑州国际会展中心进行了首场演出,观众反映良好。据悉,营业之初,门票面向社会公开发售,仅售30元一张。

郑州市高中教育教学先进单位  
郑州市高中艺术教育先进单位  
郑州市第二十中学  
电话:63591032 63593358

中央电大成人本、专科  
优惠报名中  
国家承认学历教育部电子注册  
电话:63227511

# 一天喝多少水最合适? 一公斤体重对应30毫升水,您不妨算算

29岁的小周身体一直很好,可最近总是头疼、腰酸背疼。昨日上午,大夫给检查出的病因让他很吃惊:水喝少了。夏日炎炎,专家建议说,大家每天至少喝2升水、小便不少于5次,才能更健康。

晚报记者 吴泳

## 棒小伙经常头疼腰疼,原是不爱喝水害的

昨日上午,在惠济区人民医院,29岁的周永君拿到医生的诊断书时吃了一惊。他没想到,自己半年来的头疼、腰疼竟是自己不爱喝水导致的。一周也喝不了两杯水的他,已经患上了轻微的慢性脱水 and 慢性疲劳综合征。

“我身体一直很好,上大学时还是田径队主力。”小周在一家电力公司当白领,他介绍,自己原来一年也感冒不了两回,可今年以来,经常头疼、腰疼。

医院的张大夫给他做了全面检查后介绍,他既没有神经衰弱,肾脏也没有什么问题。真正的罪魁祸首是他很少喝水。

小周承认,他一直对淡而无味的清水没兴趣。实在口渴了,他就吃点水果、喝瓶可乐。张大夫告诫他说,清水的重要作用是什么饮料都代替不了的。人肌体的所有生理活动都需要水的支持,排除毒素更离不开水。

张大夫告诉他,人体上半身重量的75%都是由储存在椎间盘孔中的水分支撑的。像他这样整天不爱喝水,很容易引起慢性缺水,从而导致头痛、背痛、腰痛及全身性的轻微疼痛和不适。充分补充体内水分后,很多人的慢性疲劳综合征、背痛、头痛、偏头痛、颈痛、肌肉痛、关节痛等症状都能减轻。

此外,我们平日吃的一些食品和药品包含有害成分,这些有害物质通过肾过滤后,才以尿的形式排出体外。一旦缺水,这些废物可能在肾里积累,轻则结石,重则影响肾功能。血液中水分减少,还会大大增加形成血栓的可能。

## 上班族每天最好喝2升开水

郑州大学医学院的柯其广大夫介绍,目前已经进入夏季最热的时期。对小周这样的“坐班族”来说,虽然体力运动少,但空调房里干燥,补水更重要。每天最好饮用2升(4斤)白开水、纯净水、矿泉水、

淡茶水也行,但切勿用碳酸饮料、果汁等代替。

一般来说,饮水多少可以参考自己的体重。每1公斤体重可以对应30毫升水。如果重60公斤,那每天最好补充1.8升水。每天早起,喝一杯白开水很有益。

此外,不能等到渴了才喝,口渴信号出现时,身体的缺水情况已比较严重了,最好每隔1~1.5小时喝300毫升水。

## 你缺水吗?可以自测一下

自己身体是否缺水?柯其光介绍,我们可以根据两个指标自测一下:

一是每天小便不少于5次。尿量是判断缺水与否的重要指标之一。成人每天一般必须排掉1400~1500毫升尿液。一天小便5~7次,才表明身体补水充分。

二是看小便颜色。如果尿液颜色较深,那就赶紧多喝水。正常的小便应该呈淡黄色、清晰透明。



## 图案是怀旧的 标语是新潮的

昨天上午,在火车站附近的一个小商品城内,一家商户销售的“文革”题材的怀旧搪瓷茶缸特别吸引人。一位40多岁的张先生买了两个后说:“小时候能有一个这样的茶缸,那可是很让人羡慕的事,现在再看到这种色彩和造型,仿佛又回到了童年。”

据商家介绍,这种茶缸按照传统的制作方法生产,看在眼里、拿在手里都不精致,可就是这种不精致让人感觉很亲切。图案大多以“文革”时期的画面和色彩为基调,但很多都进行了时尚的改造,加入了一些现在才有的语言,怀旧又新潮,这种茶缸不仅经历过那个年代的人喜欢,就连不少20岁左右的年轻人也常常爱不释手。

晚报记者 马健文/图

# 耳鼻喉专家齐聚省公安医院会诊 暑期,学生忙补“健康课”

放暑假了,很多学生、家长将利用假期给健康“补课”,近日,在河南省公安医院耳鼻喉诊疗中心,笔者发现,趁暑假期间治疗鼻炎的学生患者还真不少,专家刘晚庄主任介绍说“就这两天,每天都有二十多名学生做治疗”

## 补健康 比补习班更重要

小林今年14岁,马上就要升入初三了,年纪不大,却是个不折不扣的“老鼻炎”。一直以来,由于父母对鼻炎的忽视,加之学业紧张,小林都是靠吃药、滴药水来缓解症状。父母原本打算给他报几个补习班,在暑假好好“充电”,无奈最近小林的鼻炎越来越严重,鼻塞、流鼻涕不说,注意力根本就无法集中。于是,小林的“充电”计划只能因此搁浅,还得抓紧补上“健康课”。昨天,小林在父母的陪同下来到省公安医院治疗,以便获得更好的学习效率。

北京空军总医院王教授分析说,像小林这样情况临床上并不少见,家长们或许认为这不过是小毛病,吃个药就可以了。殊不知,孩子得

了鼻炎如果不及治疗,不但会使得孩子的记忆力下降,学习成绩退步。严重时,还会产生肺气肿、肺心病、哮喘等严重的并发症。因此王教授呼吁家长,比起让孩子去上各种补习班,暑假给孩子的健康“补课”更重要。

## 治鼻炎 别自己埋“祸根”

青少年时期,机体各器官的形态发育和生理功能的不完善,造成抵抗力和对外界适应力较差,因此更容易引发鼻炎。而且由于治疗不及时,选择的治疗方法不当,往往造成鼻炎久治不愈。为何会出现这样的情况?王教授说,鼻炎类型有多种,每种鼻炎的治疗方法都是各不相同。患者如果未查清具体病情,就凭感觉自己治疗,势必会适得其反。王教授提醒家长给孩子治鼻炎千万不要走入治疗误区:把鼻炎当感冒治疗、滥用药物、自用土方法。

据公安医院耳鼻喉中心对接诊的青少年鼻炎患者的总结分析,有近三成的青少年鼻炎就诊者都是反复发作的“老病号”,有的病程迁延多

年,还产生多种并发症,严重影响了学习和身体健康。因此,专家提醒,如果患有鼻炎应该早治疗。

## 高科技,轻轻一点治鼻炎

为孩子治鼻炎,家长最关心的就是要安全、要无痛,如何避免误诊、漏诊,减少错误治疗带来的病痛。只有到正规医院,用上可靠的治疗技术、有经验的医生治疗,才能为孩子顺利治好鼻炎。

河南省公安医院作为青少年儿童耳鼻喉疾病重点防治单位,专业的诊疗技术,专用的医疗器械,确保了治疗的安全和减少了治疗的痛苦,尤其是近年来新引进的美国杰西等离子内窥镜低温消融,对各类鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、打呼噜等疾病的治疗效果尤为显著。该技术在内窥镜内窥镜放大几十倍的视野下,利用专用的探头,精确的对鼻腔病变部位轻轻一点进行消融治疗就可治好,此疗法又能有效避免治疗过程对鼻腔正常黏膜组织及神经系统的损伤,真正做到微创无痛、出血少,治疗快,不易复发,安全系数高,特别适合于身体发育尚未完全的学生患者。

**相关提示:** 暑假关爱学生耳鼻喉健康,专家会诊活动在河南公安医院进行当中,北京空军总医院、北京同仁医院、上海第二医科大学、广州中山医院等全国多位知名专家联手为学生患者会诊,患者可提前通过0371—6630 0808电话预约。预约者就诊时免挂号费、免专家会诊费、免常规耳鼻喉检查费;治疗费减免200元。

