

医讯

1月20日、21日,全国抗纤维化专家周静怡主任莅临郑州,为老慢支、哮喘、肺气肿、慢阻肺、肺心病、间质性肺炎等肺病患者免费会诊。名额有限,请提前预约。
预约热线:0371-86688255 86688233 周静怡:毕业于哈尔滨医科大学,中华医学会呼吸分会成员、副主任医师、北京协和纤维化防治中心主任,对内科各系统的常见病、多发病的治疗积累了丰富的临床经验。尤其在间质性肺炎、慢性支气管炎、肺气肿、肺心病等慢性肺纤维化疾病的中西医结合诊治上有独到的见解。

致肺病患者家属的一封信

尊敬的家属:

如果您家中有患特发性肺纤维化、老慢支、肺气肿、肺心病、尘肺、慢阻肺、间质性肺炎等肺病的亲人,如果您想了解他的病根,那么请您一定耐心地看完以下内容:
其实,各种慢性肺病都是肺部纤维化的一个过程,所不同的只是纤维化的程度,轻者可能只是感觉到咳嗽、呼吸不顺畅、运动后喘不上气……但一旦发展到严重程度,则是呼吸困难、走几步路都气喘、憋闷,从而不得不依赖激素类药物以及吸氧维持生命,甚

至呼吸衰竭!

打个比方,把肺比作一块海绵,氧气就是水。健康人的肺就像是干净的优质海绵,有很好的吸水 and 放水功能。而如果海绵里吸进了胶水,又没有得到及时的清理,海绵就会随着胶水的凝固变硬,吸水孔也被堵住。具体到病症上,这时就会出现呼吸困难。
“肺纤维化无法逆转,严重的只能换肺”。直到现在很多医生都会告诉您这样的答案。难道能眼睁睁地看着亲人遭受肺病的折磨吗?

不用担心!我们要把一个喜讯带给大家,中国医学科学院抗纤维化科研团队经过长达十年的研究,发现了可安全逆转纤维化的科研成果——“复方CFX”。(人民卫生出版社2008年出版的《器官纤维化基础和中医药防治》医学教科书196页,也记录了这一医学界的新成果。)
家住帝湖花园70岁的丁先生,老慢支、肺气肿已经10年,一直用各种药物治疗,病情却无法控制,甚至已经出现了肺动脉高压,两肺CT显示中度纤维化,每天靠吸氧维持。

经过抗纤维化治疗后,症状明显缓解,CT造影显示两肺阴影缩小……以前丁先生的治疗只停留在消炎、激素的对症方法上,越治越重。而抗纤维化的治疗则让丁先生彻底告别咳、喘、憋,重新拥有了一个健康的肺。
希望这个消息能带给您和您的亲人一点帮助,走出疾病的折磨。也祝愿所有肺病患者早日康复!

河南纤维化康复中心
2013年1月16日

郑大一附院病理诊断报告五小时可知

日前,郑大一附院引进一台国际最先进的全自动全密闭快速组织脱水机,使该院病理科病理组织块脱水时间从8小时缩短至2小时,在大大缩短病理诊断出具报告时间的同时,提高了组织处理的脱水质量和效果,有效提升了该院病理科的服务效率和服务水平。

据郑大一附院病理科主任李文才教授介绍,这台全自动全密闭快速组织脱水机投入使用后,病理科可实现多批次处理,技术员工作无峰值压力及快速诊断(5个小时出具病理诊断报告)的目的,一方面,患者可在最短时间内得到确诊的病理诊断报告,缩短了住院时间、节省了诊疗费用及缓解了长时间未确诊的压力与焦虑;另一方面,医院加快了病床周转率,可为更多患者提供高质量的服务,满足不同层次的医疗服务需求。
曹咏 周厚亮

珊瑚钙 人体“黄金”钙

“经常饮用碳酸饮料和喜好饮茶者需特别注意补钙,因为饮料中含有的磷会消耗人体内的钙以及茶中含有的单宁酸会干扰人体对钙、镁、钾等多种矿物质的吸收。”全球高尚营养品元素HOLLAND & BARRETT的营养分析师指出。而天然的珊瑚钙可补充包括钙在内的多种人体必需微量元素,维持整体健康平衡,且其易于吸收的特性更是对消化功能有限的中老年人尤其可贵。
珊瑚钙中钙与镁的含量比例恰好为2:1,这种钙与镁的黄金比例最适合人体吸收利用。以外,其所含的钙在体内能形成一种“离子型钙”,比无机钙或有机钙等目前使用中的钙制剂原料更容易被吸收入血液,最终沉积在骨骼上。
记者 张玉韩

河南召开国际基因工程学术发展论坛

1月15日,一项由中美共同见证的基因新技术、新成果大会在郑州召开。会上,世界著名抗衰老研究领域权威专家约翰·费林博士就“超力健基因食物是如何逆转生命衰老的机制”作精彩演讲,引起与会专家及中老年朋友的关注。

本次大会主题为“国际基因修复工程学术发展论坛”,由美国费林基因修复工程研究中心、美国超力健国际集团、郑州五行和健康咨询有限公司联合举办,在我省尚属首次。据悉,美国抗衰老研究一直走在世界前沿,特别是关于基因科学已经研究了50多年,并取得了优秀成果。
晓蕾

三天纪律八项注意 十面霾伏咋突围

近日,多地出现较严重的雾霾天气,不但给市民的出行带来了不便,同时也引发了公众对于雾霾天是否会影响自身健康的关注。雾霾天会不会引发疾病?戴口罩能否起到预防作用?生活中我们该如何应对雾霾天气?相关专家提出了“三天纪律八项注意”。

记者 刘书芝 李鹏云



八项注意

待在家里少出门

减少出门是自我保护最有效的办法,尤其有心脑血管病、呼吸疾病者以及儿童老人。

雾霾天气少开窗

空气重度污染时,应避免开窗换气。确实需要开窗透气的,应尽量避开早晚雾霾高峰时段,可以将窗户打开一条缝通风,时间每次以半小时至一小时为宜。

出门别骑车 尽量别运动

骑车时会吸入更大量空气,雾霾天气下空气是被严重污染的,骑车越快,吸入的化学成分就越多。所以,雾霾天气下,最好选择坐公交车上班,尽量降低运动量。

雾霾天气应戴N95口罩

普通口罩对于2.5微米的空气颗粒基本起不到什么作用,要阻挡PM2.5就需要医用的N95口罩。佩戴的时间不宜过长,老年人和心血管疾病的人要避免佩戴,以免呼吸困难导致头痛。

进门应先洗脸、漱口

进入室内后就要将附着在我们身上的霾及时清理掉,洗脸、漱口,是非常必要的。

定时清理鼻腔很重要

雾霾天气下,早晚清理鼻腔很关键。洗鼻方法:洗净双手后,捧温水,用鼻子轻轻吸水并迅速擤鼻涕,反复几次,鼻腔的脏东西就全部清理干净了。

雾多、日照少 适量补充维生素D

这个季节雾多、日照少,由于紫外线照射不足,人体内维生素D生成不足,必要时可补充一些维生素D。

少吃刺激性食物,饮食宜清淡

雾天的饮食宜选择清淡易消化且富含维生素的食物,多吃新鲜蔬菜和水果,多喝水。少吃刺激性食物,多吃些梨、枇杷、橙子、橘子等清肺化痰食品。

三项纪律

长时间紧闭门窗

辟谣:每天应开窗10至20分钟

许多人认为雾霾天气就要紧闭门窗,这是不对的。因为每个人外出回家时都会携带许多微生物和细菌,如果不开窗通风,屋内的微生物和细菌含量将逐渐累加,甚至多于室外空气。同时,家中如有流感患者,则更需每日对室内空气进行换气、流通,否则密闭环境下流感病毒会传染给家中其他成员。而对于开窗时间,专家建议每天10至20分钟即可。

雾霾天多吃黑木耳、猪血

辟谣:吃黑木耳猪血不可预防

微博上认证为“广东省中医学协会药膳委员会委员”余自强的博主发微博介绍了几种预防PM2.5的攻略:戴口罩、洗肺,吃凉拌黑木耳、猪血等。

对于微博的说法,相关专家表示,阴霾对呼吸道健康有很大影响,黑木耳的主要成分是木耳多糖,它能够吸附空气中的污染粒子,但是在消化道里它是不被消化的。“空气中的污染颗粒更多的是在呼吸道,木耳多糖无法对它产生作用。吃黑木耳、猪血能预防PM2.5的说法不太科学。”

那么如何减少空气污染对身体的影响?专家建议,多吃富含维生素、植物化学成分的蔬菜水果(一般指颜色比较显眼的蔬菜水果),如葡萄、橘子、紫甘蓝、紫薯、番茄等。

雾霾天气吸根烟能净化体内气体 辟谣:纯属无稽之谈

微博上有人说,雾霾天气严重时吸根烟能净化体内气体。这种说法不可信。烟草本身对人体包括气管黏膜、肺组织等多个器官都会造成损伤,烟民的气管黏膜已被破坏,而在大雾天气吸烟,无疑对气管是“雪上加霜”的危害,将会加重对气管黏膜的破坏。

另外,因雾霾天气室内开窗通风时间减少,如果在室内吸烟,无疑会造成二手烟对家庭成员的影响。在室外吸烟的话,因空气中的有害物质很多,且加上汽车尾气等都不能得到及时消散,此时吸烟即是三种有毒气体进入体内。

医院管理培训大师吴来京 受邀丰益肛肠医院授课

1月12日~13日,医院品牌营销顾问吴来京受邀到郑州丰益肛肠医院为该院员工授课。
据悉,吴来京是中国快乐医院管理第一人,也是实战派大客户营销培训专家、中国医院管理俱乐部创始人、TTT国际职业培训师,曾先后为多个政府部门、全国知名三甲医院进行管理服务理念培训。
培训现场,郑州丰益肛肠医院张院长说:

“这次请吴来京教授来讲课,目的是通过培训,打造医院的品牌,提高医院职工的综合服务能力和组织能力,更好地为河南的百姓做好医疗服务。”张院长还告诉记者,丰益肛肠医院非常重视医务工作人员的培训,经常邀请全国各地不同专业的专家为员工做各种形式的讲座。使每一位医护人员的综合素质不断提升,也进一步提高了医院的综合实力。而丰益肛肠医院领

导也非常重视此次培训,在培训前吴来京还与医院领导进行深入沟通,了解医院管理现状、员工现状,包括员工心态、素养、沟通执行力等。
为期两天的培训,吴来京通过案例分享、互动体验及视频欣赏,结合一些医院员工的具体案例进行分析,指出员工在工作中如何提高医患沟通效率,如何提升工作效率,更好地为患者服务。
周华