

科学防癌 健康生活

——我院开展肿瘤防治宣传进社区活动



本报讯 4月15日-21日是第31个全国肿瘤防治宣传周,今年的宣传主题是“科学防癌 健康生活”。4月17日下午,我院公共卫生科联合消化内科到荆河街道马号街社区,开展肿瘤防治科普讲座及结肠直肠癌免费筛查活动。

活动现场,消化内科主治医师黄常勇向社区居民科普《认识你的胃肠道》,详细介绍了消化系统的结构和功能,胃溃疡发生机制、部位、危害、治疗方式等,向居民倡导健康生活方式对预防消化系统疾病的重要性。

消化内科主任、主任医师李曙晖向社区居民介绍了《结肠直肠癌早诊早治策略》。尽管结肠直肠癌的发病率和死亡率逐年攀升,但通过筛查能够实现疾病的早期发现与

预防,进而显著降低癌变风险。李主任呼吁社区居民积极参与结肠直肠癌的筛查工作,以实际行动筑牢自身健康防线。

讲座结束后,两位医生还向大家讲解了结肠直肠癌筛查工作的具体流程,指导社区居民正确采集标本及送检。

本次活动,通过普及癌症防治科学知识,倡导群众践行健康生活方式,鼓励高风险人群主动参加癌症筛查,促进了肿瘤的早诊早治。

结肠直肠癌的筛查与早诊早治

结肠直肠癌(又称大肠癌),是发生在结肠或直肠的恶性肿瘤。作为我国消化道肿瘤的“头号杀手”之一,结肠直肠癌以巨大的疾病负担给大家敲响健康警钟。

一、结肠直肠癌两大特征

内科六党支部开展“世界痛风日”义诊活动

本报讯 4月20日是“世界痛风日”,为提高广大群众对高尿酸血症及痛风的认识和重视,我院内科六党支部联合风湿免疫科、肾内科及血液室在门诊一楼大厅开展义诊活动。

高尿酸血症的诊断临界值是420umol/L,因此,世界痛风日有着特殊的含义。今年世界痛风日的主题是“数字改变痛风”。目前,数字技术正在将痛风管理从“经验医学”推向“精准医学”,从“疾病治疗”转向“健康管理”。患者不再是被动的治疗接受者,而是自身健康数据的“首席执行官”。随着技术的持续创新和政策的不断完善,数字

时代的痛风管理将实现“零疼痛、零并发症、零医疗资源浪费”的终极目标。

活动现场,专家们对患有痛风性关节炎及其它风湿性疾病的患者进行详细病史询问,耐心指导患者如何进行日常饮食控制和规范的药物治疗。同时,免费提供测量血压、血糖、尿酸等服务,并发放健康宣传手册,对群众咨询的问题进行答疑解惑。

通过此次活动的,使大家走出治疗误区,通过科学的健康管理,远离痛风和高尿酸血症对身体的侵害。现场气氛活跃,取得良好的宣传效果。

□白景芝

外科五党支部开展全国肿瘤防治宣传周义诊活动

本报讯 为积极响应第31届全国肿瘤防治宣传周“科学防癌,健康生活”主题,4月18日,我院外科五党支部联合泌尿外科二病区、门诊、医务科、公共卫生科等部门,在门诊一楼大厅举办“呵护生命‘腺’预防在‘前列’”义诊活动。院党委委员、副院长程广舟参加活动。

活动现场,免费为男性进行前列腺肿瘤标志物筛查,并就咨询问题进行现场解答,同时提供测血压、血糖服务。泌尿外科二病区副主任高小超在健康讲堂为群众进行主题科普讲座。

近年来,我国前列腺癌的发病率呈持续增长趋势,由于前列腺癌早期缺乏特异性临床症状,不易发现,前列腺癌被形容为“沉默杀手”。目前,我国新发现的前列腺癌约70%为晚期患者,导致我国前列腺癌患者的总体预后较差。因此,对高风险人群进行前列腺癌筛查,及早发现并予以规范化治疗,是改善我国前列腺癌患者预后的重要手段。

此次义诊活动,普及科学筛查理念,增强了公众健康意识,为构建“健康中国目标”提供了基层支持。

□泌尿外科二病区

人群。根据2018年WCRF/AICR报告,体质指数(BMI)每增加5kg/m²,患结肠直肠癌的风险增加5%,并且结肠癌较直肠癌的发病风险升高更多,腰围每增加10cm,结肠直肠癌患病风险就增加2%。

4.饮食 日常饮食中高红肉、加工肉类、低纤维饮食偏食会增加罹患结肠直肠癌风险。如加工肉类每日摄入量每增加50g,红肉每日摄入量每增加100g,结肠直肠癌患病风险分别增加16%。

5.生活方式 吸烟、酗酒、缺乏运动这些生活习惯会增加患癌几率。

三、如何预防结肠直肠癌

规律运动,避免肥胖。

营养干预:保持均衡的饮食,增加全谷类和富含纤维的食物以及果蔬的摄入,减少高脂肪,高热量食物的摄入。同时,减少食用腌制、化学防腐剂处理的肉制品。

戒烟、限酒。

定期进行结肠直肠癌筛查:肠镜检查是诊断结肠直肠癌的“金标准”。排便习惯改变(便秘/腹泻交替)、粪便异常(细条便/黏液血便)、持续性腹部隐痛、进行性消瘦伴贫血。

二、结肠直肠癌的危险因素

1.家族史 有结肠直肠癌家族史的人群发病风险增高,据统计,一级亲属患结肠直肠癌的人群,其发病风险是普通人群的1.76倍。

2.炎症性肠病 如溃疡性结肠炎患者患结肠直肠癌的风险高于普通人群。

3.代谢异常 糖尿病、肥胖人群的结肠直肠癌发病风险高于普通

我院走进滕州一中 开展中医药文化进校园活动

本报讯 为弘扬中医药文化,增进师生对传统医学的了解,4月25日下午,我院中医科联合中药房、理疗科走进滕州一中东校,开展中医药文化进校园活动。

活动现场气氛热烈,师生们积极参与各项体验活动。在中医四诊体验区,中医科徐庆田主任带领医疗团队为师生们进行细致的望、闻、问、切辨证,同学们排起长队,争相体验这一传统诊疗方法;理疗科苏焱超主任团队现场演示针刺、艾灸、推拿疗法,让师生们体会中医经络的奥妙;中医病房贾青护士长现场展示刮痧、耳穴压豆等中医适宜技术,师生们现场体会到中医传统疗法的神奇;中药房孙毅主任带来20



支部联建聚合力 医社同心护健康

——机关三党支部到荆河街道马号街社区开展惠民义诊活动



本报讯 4月24日上午,我院机关三党支部到荆河街道马号街社区开展“支部联建聚合力 医社同心护健康”惠民义诊活动。

义诊活动前,在荆河街道马号街社区党群服务中心,我院机关三党支部与荆河街道马号街党支部共同签署《党建共建协议书》,通过党建共建将三甲医院的“硬核医疗”转化为社区的“柔性服务”,为社区群众提供实实在在的医疗服务。

义诊现场,我院内科、内分泌科

等专家耐心解答居民的健康疑问,为高血压患者调整用药方案,为糖尿病患者制定个性化饮食运动计划,针对中老年人常见的关节疼痛问题,现场演示康复训练动作。同时,医护人员为居民免费检测血压、血糖,向慢性病患者及困难家庭发放常用药品。

本次惠民义诊活动,推动了优质医疗资源下沉社区,实现“资源精准对接、服务直达民生”,为常态化开展医疗服务下基层奠定了坚实基础。

□机关三党支部

泌尿外科仁心仁术解“男”题



本报讯 近日,一患者将一面写有“妙手回春解病痛 白衣天使暖人心”的锦旗及一封感谢信送至我院泌尿外科一病区。

患者,男,62岁,因“进行性排尿困难1年”收入院。患者前列腺增生已导致严重排尿困难,常规药物治疗收效甚微。患者常年奔走于扶贫助学一线,却因进行性加重的排尿问题不得不暂别公益事业。“每次组织活动都要频繁找厕所,严重影响志愿服务质量。”患者话语中透着焦虑。

泌尿外科一病区团队高度重视患者的诊疗,为患者量身定制了“经尿道前列腺激光剜除术”一体化微创治疗方案。手术通过尿道自然腔道进行,

体表无切口,出血量不足10ml,最大限度缩短康复周期。术后1周拔出尿管后,患者即恢复自主排尿。患者对治疗效果非常满意,特赠送锦旗并亲自书写感谢信,以表达对医护人员的感激之情。

前列腺剜除术凭借其微创、高效、安全的特性,已成为前列腺增生治疗的核心术式。通过术式创新与个性化设计,不仅解决排尿难题,更注重患者生活质量的全面提升。我院泌尿外科持续精进微创技术,近三年累计完成前列腺手术2000余例,其中高龄高危患者占比35%,用毫米级的精准为患者撑起生命尊严。

□鞠文彬

本报讯 为进一步提高急救中心各区域护士的沟通能力,4月16日,我院急救中心举办“以案说案”沟通能力提升分享会。急诊120、急诊抢救室、急诊监护室、急诊输液室、急诊病房护士参加活动。本次活动同时通过钉钉平台进行线上直播,让更多医护人员受益。

会上,大家围绕各自科室出现的典型沟通案例展开深入交流与探讨。急诊120的护士分享了紧急情况下如何与患者家属进行高

效沟通,如何快速安抚家属情绪,获取关键信息并指导家属采取紧急施救措施;急诊抢救室的护士讲述了在紧急抢救过程中,如何优化流程,减少患者家属的跑动,将家属留在患者身边;急诊监护室的护士呈现了谵妄患者的心理护理,分享了如何与患者建立信

扬中华之国粹 解百姓之烦忧

本报讯 近日,我院龙砂医学流派古中医工作室韩栋医师收到一面锦旗。赠送锦旗的夫妻二人,曾于去年3月14日-5月24日在韩栋医师处进行过一个周期的助孕治疗,近日于我院产科分娩,喜得一子。

龙砂医学流派起源于元代“医祀三皇”制度,由宋末元初“江南宗师”陆文圭奠定基础,经明、清两代医家的积累,形成在中医学史上享有盛名的学术流派,历代名医辈出。在陆文圭重视三皇文化的影响下,龙砂医家跟随陆文圭的步伐,溯三皇文明之道,循天人合一之旨,践五运六气之理,通过大量临床实证,展示出五运六气的科学内涵、科学价值和科学高度,受到国家的高度重视。龙砂医学流派是全国首批中医学术流派传承工作室建设单位之一,顾植山教授是国家中医药管理局龙砂医学流派传承工作室首席代表性传承人。2018年,韩栋医师拜师于顾植山教授。去年12月,我院龙砂医学流派古中医工作室正式挂牌成立。



龙砂妇科周期是女性独有的月周期,是龙砂医学流派代表性传承人顾植山教授基于刘完素“妇人童幼天癸未行之间,皆属少阴,天癸既行,皆从厥阴论之,天癸已绝,乃属

太阴经也”,以及傅青主“少年治肾、中年治肝、老年治脾”学术思想,将开阖枢理论应用于妇科所创立的,是将女性一生之开阖枢引入为月周

□古中医工作室

我院举办“守护造口 你我同行”第八届造口联谊会

本报讯 为提高造口人士的自我护理能力及生活质量,4月16日上午,我院门诊部、胃肠外科、肛肠外科、泌尿外科联合举办“守护造口 你我同行”第八届造口联谊会。门诊、外科大科护士长、相关科室护士长、伤口造口专科护士及40余名造口人士和家属参加会议,联谊会由国际造口治疗师张国凤护士长主持。会议设置了知识讲座、流程

演示、有奖竞答、现场答疑等环节。肛肠外科副主任曹成波做“结肠肠肿瘤的前世今生”讲座,从专业角度讲述大肠肿瘤的病因、预防筛查及术后全程康复管理。邵鹏护士长对造口并发症的预防护理、造口人士日常生活中如何穿衣、运动、饮食、沐浴等进行了详细的讲解。张亭亭、杨秀娟护士现场演示造口护理及造口袋更换流程、粘贴固定技巧。

抽签有奖竞答环节,大家积极参与并互相讨论。答疑环节,医护人员耐心解答造口人士提出的各种问题,造口人士之间也畅所欲言、互相勉励、交流自己的造口自我管理小技巧和健康经验。活动最后,医护人员为造口人士送上温馨的小礼品及美好的祝福,联谊会在欢乐、温馨、感动中圆满落幕。

□张国凤

我院开展第39个全国儿童预防接种日宣传活动

本报讯 疫苗接种是预防传染病最经济、最有效的手段,对保障人民群众身体健康具有十分重要的意义。4月25日是我国第39个“全国儿童预防接种日”,宣传主题为“接种疫苗 保健康”。为进一步提高公众对儿童预防接种的重视和认识,4月24日上午,我院开展预防接种日宣传活动。

活动通过“如接种+护理”孕妈妈课堂,以及发放宣传册、现场咨询等多种形式,向群众宣传预防接种相关知识和政策、接种时间和注意事项等,解答家长对疫苗接种的疑问,呼吁家长重视儿童疫苗接种,按照免疫规划的要求,确保适龄儿童按时接种。

“宝宝一出生首先要接种哪两种疫苗?”“接种疫苗前后宝妈要做好哪



些功课?”了解更多疫苗小知识,为宝宝保驾护航,请关注微信公众号“爱婴行动”或扫描二维码进入课堂学习。

母婴中心预防接种咨询电话:5501260

□母婴中心



我院生殖医学科开展无痛人流子宫输卵管造影术

本报讯 近期,我院生殖医学科开展无痛人流子宫输卵管造影术,为做输卵管造影的女性带来无创无痛体验。

子宫输卵管造影是不孕患者的常规检查,适用未避孕且未孕,或其他原因需要了解输卵管通畅度的人群。

传统的子宫输卵管造影术(HSG)中使用到的造影管的球囊需插入宫腔后进行造影剂的注入,造影剂注入后由于充盈的球囊会占到超过一半的宫腔空间,这些都会造成不同程度的疼痛和不适。

无痛人流子宫输卵管造影术中使用到的造影管在操作过程中不用放入宫腔内,只需造影管的锥形头顶住子宫颈外口,轻推注药即可,大概需五分钟左右,然后在造影结束后休息十余分钟,再拍一张延迟片,即可准确判断输卵管通畅度病

变情况。这样,在操作时所造成的不适感几乎和做普通妇科检查相当,基本没有痛感,仅有轻微腹胀。同时,改良法造影检查副反应较传统造影发生率明显降低。

子宫输卵管造影可对哪些方面进行诊断?

子宫输卵管造影诊断主要包括两方面:输卵管通畅度诊断及宫腔形态诊断。子宫输卵管造影还有疏通输卵管的作用,这也是部分患者做完造影之后很快就自然怀孕的原因。

无痛人流造影前需要做哪些准备?

- 1.造影日期选择月经干净后第3-7天,月经周期不准者,可适当推迟或提前。
- 2.月经干净后至造影前不能同房。
- 3.造影术前检查包括妇科检查、尿妊娠、阴道分泌物检查、经阴道B超检查等需合格,必要时进行血常规检查。

无痛人流造影检查术后有哪些注意事项?

- 1.术后一般需口服抗生素预防感染。
- 2.周内禁性生活、盆浴及阴道冲洗。
- 3.术后1周内,可能会出现少量阴道出血,不要紧张,属于正常现象,如果阴道流血量多或出血时间超过1周应及时就医就诊。

无痛人流子宫输卵管造影每日上午,每周一、三、五下午可预约检查。

□生殖医学科

导。两位护士长凭借丰富的临床经验和智慧,对案例中的问题进行深入分析,并给予专业的建议和指导。

本次活动,为急救中心护士搭建了一个良好的学习交流平台,通过“头脑风暴”式的交流,不仅拓宽了思路,还进一步强化了大家的沟通意识和技巧。大家纷纷表示,将把所学所悟运用到实际工作中去,为患者提供更优质的护理服务。

□韩梅 时东标

急救中心举办“以案说案”沟通能力提升分享会

任关系,稳定患者情绪,接受治疗;急诊输液室的护士分享了困难血管穿刺失败后的沟通模式,探讨了在繁忙的输液工作中,如何准确传达护理信息并缓解患者焦虑;急诊病房的护士分享了健康宣教时机和内容,灵活多变,变被动为主动,如何让患者及家属

主动参与到治疗护理活动中。每一个案例都真实生动,引发了大家的强烈共鸣。

现场讨论环节,大家积极参与,各抒己见,从不同角度对案例中的沟通问题进行剖析,并提出许多切实可行的解决方案。产科孙芹科护士长及徐凤护士长进行现场点评指