

元宵节临近,选购食用汤圆也需因人而异

心血管病人早餐不宜吃汤圆

本报3月1日讯(记者 樊伟宏 通讯员 门晓丽 孙艺萌) 元宵节将近,各种汤圆食品也都摆上了超市供市民选购。然而,医生表示,对于有心血管疾病的朋友来说,汤圆却不宜多吃,特别是不宜当做早餐。

据张店区中医院医生介绍,吃汤圆时要缓慢、小口,避免汤圆哽住喉头或气管。由于汤圆含高量“糖分”,加上花生、芝麻、鲜肉馅含“高油脂”及“高热量”,一定要少量食用,不要一次吃得太多。“汤圆表皮多以糯米粉为食材,黏性高,不易消化。对于肠胃功能不佳者、老年人、儿童,在食用汤圆的时候就

应特别留意,以免造成消化不良或吞咽阻碍;汤圆馅料繁多,其中油脂含量均较高,会影响心血管病患者病情;另外,甜馅料会使糖尿病患者血糖升高;花生、芝麻、豆沙馅等会加重肾脏病患者病情,应特别注意;对于体重超重或高脂血症、高血压、糖尿病的患者,都不宜过量摄取含大量油脂及糖分的汤圆;对于痛风病患者,高油脂的食物会影响尿酸的排泄,增加痛风病复发的可能。”

而有的市民常用汤圆做早餐,但因为汤圆内含有的营养物质并不均衡,所以建议市民还是应该注意搭配食材。



元宵节临近,元宵热卖。 实习生 李洋 摄

周村区人民医院通过二甲综合评审

本报讯 近日,市卫生局组织等级医院评审专家组对周村区人民医院进行了二甲综合医院评审。对医院院务管理、医院服务、后勤保障、临床医技、药事、护理、院感等方面,通过检查资料、抽查病历、实地察看、追踪检查等多种检查形式,对医院各方面工作进行了客观、准确、全面、专业的评审检查。经评审,专家组宣布该医院二级甲等医院现场评审顺利通过。

下一步,周村区人民医院将继续努力建立完善持续改进的长效机制,规范医院管理,提高医疗质量,改善医疗服务,建成领先的现代化二级甲等医院,保障人民群众健康。(吴玥)

市八院开展医疗规范化服务培训

本报讯 近日,市中西医结合医院(原市八院)开展了以“聚团队、促成长、融氛围、创未来”为主题的全员培训活动,全院300多名员工参加培训。

本次培训授课形式丰富多彩,通过蓝丝带爱心传递工程启动、新时代白衣天使宣誓以及全员参与的激情互动,活跃了课堂气氛,提升了员工的沟通技巧、团队精神和服务能力,突出了“聚团队、促成长、融氛围、创未来”主题,营造了激情工作、快乐生活的良好氛围。会上,院长段明福还为新引进的北京中医药大学教授、全国知名消化肝病专家徐光福博士发放了聘书,此举也拉开了医院2015年人才引进与人才培养的大幕。(李爱学 赵丽娅)

护航健康

刚过春节,市第一医院的医护人员就坚守在救护一线上,为市民健康护航。据了解,在假期中,市第一医院41个专家门诊全部开放,7天接待门诊患者7484人次;急诊量535人次,出车88次,接回患者76人次,其中交通事故35人次,酒精中毒14例;入院患者597人次,开展手术34台。

本报通讯员 程方 周燕宁 摄影报道



淄博春节假期发放临床用血202400毫升

本报3月1日讯(记者 樊伟宏 通讯员 张俊玲 魏巍) 记者近日从市中心血站获悉,今年春节期间,淄博临床用血平稳,节前备血完全满足了全市各医院临床用血需求。

春节期间,淄博临床用血比较平稳。据统计,市中

心血站共发放红细胞悬液696个单位,机采血小板62个治疗量,急症送血31余次,累计发血202400毫升。

与去年春节期间相比基本持平,全市各医院临床用血需求得到了满足,为市民生命安全做好了充分保障。

春节7天假期全市急救伤病1041人次

本报3月1日讯(记者 樊伟宏 通讯员 王雷 王雅南) 近日,记者从市急救指挥中心获悉,自农历除夕(2月18日15时)到正月初七(2月25日15时),淄博120共受理呼救电话3547个,调度派车1201车次,救治伤病1041人次,处置3人以上重大事件医疗急救7起,其中道路交通事故5

起,打架斗殴事件2起,共救治病人28人,无现场死亡。

春节期间疾病以外伤、车祸伤、心血管疾病、脑血管疾病为主。与日常急救相比其中心脑血管疾病、消化系统疾病、酒精中毒所占比例上升明显,车祸伤下降明显约5个百分点,全市无重大突发公共卫生事件发生。

14年间60万新生儿筛查疾病

市三院将打造省内领先分子诊断平台,减少患儿罕见病发病

本报3月1日讯(记者 樊伟宏 通讯员 吕春明) 罕见病又称“孤儿病”,其中,80%的罕见病由遗传缺陷引起,50%的罕见病在出生时或儿童期会发病,而仅有1%的罕见病拥有有效的治疗药

物。因而,在目前的针对罕见病预防和治疗方法中成本最低也最简单易行的,就是通过严谨的产前筛查和出生前的遗传学诊断,尽量避免罕见病患儿的出生。

淄博市妇幼保健院作为

淄博新生儿疾病筛查中心,自2000年起开展了新生儿疾病筛查,截至2014年底,近60万名新生儿接受了此项筛查,共筛查出了300多例罕见患儿。目前,中心致力于打造全市乃至省内领先的分子诊断平台,可以

对染色体病中的由于结构突变引起基因不平衡的疾病进行诊断,可以诊断的有染色体9种微缺失微重复而引起的患儿严重疾病,以更强的实力帮助孕妇孕育健康宝宝,减少罕见病的发生。

假期结束首件事先为肠胃“减负”

本报讯 春季假期已过,尽管已重新回归规律的生活,但假期中连续的大鱼大肉,让肠胃首当其冲受到伤害。假期中饮食不节对人体胃肠道造成了负担,假期后应注意调整饮食、清理肠胃。

据市七院医生介绍,春节期间,面对美食,人们常常会在不知不觉中吃下比平常更多的食物,因此肠胃在经历了几天超负荷运转后很容易产生问题,严重的可能引起急性肠炎、胃溃疡等疾病。节后适当调理肠胃,最简单的做法就是清淡饮食。与节日饮食中肥甘厚腻相反,节后饮食要减少油腻,少糖、少盐,肉类不要放太多,并尽量使用瘦肉等少油腻的食材。(孙建博)

节后工作易恍惚收假更需收心

本报讯 春节刚过,节日期间各种活动,让习惯了朝九晚五工作的上班族身心疲惫。上班后,很多人感到无所适从,精神状态欠佳。

对于这些状态,市第五人民医院医务科科长董汉振说,统称为“节后综合征”。就是人们在假期之后的各种生理、心理表现。对此,董汉振说,要恢复良好的生活习惯,保证充足睡眠,吃好早餐;同时多饮水、多锻炼,减免节后“余兴”节目;最好合理安排工作,对于旧工作、新问题,要先易后难,先松后紧,各个击破。如果一周后上班状态仍不佳,最好到专业医院就诊。(孙秀珍)

假期吃好的不住嘴,节后当心还“牙债”

牙齿“疲劳”易引发急性牙周病

本报3月1日讯(记者 樊伟宏 通讯员 郭艳) 近日,记者从淄博口腔医院获悉,经医院调查发现,春节后因为牙齿问题来医院就诊的患者有明显增多,牙病症状主要表现为牙疼和牙齿发黄发黑,多是因

牙周问题和牙隐裂引起。

据淄博口腔医院口腔特诊科主任林淑芬介绍,牙周病初期常无明显的自觉症状,有些仅表现为刷牙出血,容易引起人们忽视。春节长假期间人们往往娱乐过度,休息不好,进食数量及次

数也比平时增加很多,诱发了炎症的急性发作,引起疼痛。而牙隐裂则是因为裂纹常深入到牙齿内部,是引起牙痛的原因之一。裂纹产生的主要原因是在市民进食食物时咬硬的物体,如,山核桃、蟹脚、骨头等,常发生于

后牙,尤其是上后牙。

“春节期间吃东西多了,牙齿过于疲劳,就容易引起急性牙龈炎或者急性牙周炎,市民除了有良好的刷牙习惯,定期去口腔医院进行牙齿检查外,还要注意选择合适的食物。”林淑芬表示。