



健康周刊



B02

齐鲁晚报

2021年10月26日
星期二

关
注
健
康
生
活

冬令进补正当时

德州市妇幼保健院首届膏方节开幕

俗语说“冬令进补，开春打虎”，冬季是进补的好时节，而冬令进补首推膏方。10月23日，德州市妇幼保健院第一届膏方节正式开幕，多位知名中医专家现场义诊，为市民量身定制专属膏方。

膏方节活动包括膏方制作成品展示及品尝、体质辨识、食疗咨询等中医药食疗养生健康服务，拔罐、刮痧、耳穴压豆等中医非药物疗法体验，让广大市民切身身体

验了中医药的魅力。活动开幕当天，中国中医药研究促进会中医微创专业委员会副主任委员刘刚、山东中西医结合学会微创妇科专业委员会副主任委员张英杰、山东省中医药研究院附属医院主任医师王瑜三位知名中医专家现场坐诊，为市民们量身定制专属膏方。

膏方又称膏滋，是在中医理论指导下，根据人的不同体质、不

同临床表现而形成不同的处方，经煎、熬、去渣、浓缩后，制成的半流质膏状剂型，具有扶正祛邪、抗衰延年、纠正亚健康状态、防病治病的作用。“中医认为，人的体质、症状各有不同，因此膏方的制定也需要因人、因时、因地制宜。只有经过辨证论治才能引药归经，药物的有效性才能更贴合个人体质，真正起到调补的作用。”德州市妇幼保健院中医科主治医师张

洪妹表示，定制膏方与成品膏方相比，针对性更强，“只要是病情相对稳定，需要长期服用中药治疗的疾病，都可以考虑以膏方的形式用药。”

据悉，德州市妇幼保健院第一届膏方节将持续至11月22日。咨询电话0534-2360031。地址：德州市妇幼保健院沿街中医馆、门诊大厅中医儿科门诊。

(徐良)

高龄脑卒中患者跑赢黄金4.5小时

德州市中医院专家：别让脑卒中“卒”不及防

78岁的刘先生患有高血压、冠心病、糖尿病等多种慢性疾病，近日，在家中看电视时突然出现右侧肢体无力，家人立即将其送至德州市中医院就诊。经过询问病史、体格检查并结合颅脑CT，医生排除了刘先生脑出血的可能，脑病一科主治医师李倩为老人做了溶栓处理，配合予以针灸、耳穴压豆、穴位贴敷等中医适宜技术。由于送医及时，老人右侧肢体活动恢复正常，未留下任何后遗症。

脑卒中俗称脑中风，分为缺血性脑卒中和出血性脑卒中两大类，素以高发病率、高致残率、高死亡率、高复发率而著称。李倩提醒，如出现口语不清、嘴歪、肢体麻木无力、头痛、头晕等表现，就需要考虑是否属于脑卒中。具体可通过让对方复述一句

话、让对方做微笑、让对方举起双手等办法进行初步判断，如有异常，必须及时就医治疗。时间就是大脑，时间就是生命，一定及时去最近的医院就医，避免留下终身遗憾。

一般来说，有心脑血管疾病家族史的人更易发生中风。同时，中风随着年龄的增长发病率增加，且男性高于女性。高血压、高血脂、糖尿病、房颤、吸烟、酗酒、肥胖、运动量少都是中风的高危因素。但是，这些因素都是可控可防的。李倩介绍，有基础疾病或者其他高危因素的患者，应定期进行血常规、肝肾功能、血脂血糖检测、心电图、脑血流图检查及心脏彩超、颈部血管彩超等，必要时可行颅脑磁共振检查，以及时有效地发现脑卒中潜在的危

险。平时饮食种类应多样化，多吃水果、蔬菜及富含纤维素的食物，注意低盐低脂饮食，也要注意肉蛋奶鱼虾的适量补充，还要注意戒烟戒酒，控制体重，坚持适度运动。

李倩还强调，急性缺血性脑卒中的救治时间窗是4.5个小时，在这个时间内要尽快拨打120电话，将患者送到有脑卒中救治绿色通道且具备急诊静脉溶栓和血管内治疗能力的医院进行急救，以降低致残风险，挽救患者生命，提高患者生活质量。重症患者在救护车到达前，尽量让病人原位仰卧，解开衣服扣子，头肩部垫高，头偏向一侧，防止呛咳或窒息，不可随意搬动病人。不要盲目给病人喂水、饮料或药物，以免延误病情。

(刘珊珊)

无任何不适的他却被确诊为前列腺癌

德州二院专家：早诊早治是关键

65岁的王先生在德州市第二人民医院查体时，超声检查提示，前列腺增生伴钙化，前列腺特异性抗原(PSA)处于临界状态。但王生生无尿频、尿急、尿痛、尿等待、腰痛等任何不适。尽管无临床症状，德州市第二人民医院泌尿外科副主任医师李培林还是建议他进一步核磁检查。核磁检查提示，前列腺增生；可见0.8cm异常强化结节。李培林建议王先生施行“超声引导下经直肠前列腺穿刺活检”。

超声医学科主任医师石洪柱为其施行了超声引导下经直肠前列腺穿刺定位，经直肠对前列

腺进行系统穿刺+靶点穿刺，手术用时15分钟，顺利完成。术后病理提示，前列腺腺癌(早期)。

王先生的前列腺癌在德州市第二人民医院得到早期诊断和系统性治疗，达到了良好的预期效果。

在全球范围内，前列腺癌发病率是男性恶性肿瘤第2位。近年来，我国前列腺癌的发病率和病死率均呈现明显的持续增长趋势，这与我国人均寿命的提高、前列腺特异性抗原(PSA)筛查的普及、影像诊断技术的提高相关。大多前列腺癌患者确诊时已经是晚期，对前列腺癌治疗效

果及长期生存率产生直接影响。

石洪柱提醒广大中老年男性朋友，前列腺癌早诊早治是治疗效果和长期生存的关键。医学影像学检查和血PSA检验是常用筛查方法。但是，前列腺穿刺活检仍是确诊前列腺癌的金标准。临床上使用最广泛的是超声引导下经直肠或经会阴前列腺穿刺活检，该技术有实时引导、操作简便、费用低、并发症少、痛苦小、穿刺准确、取材成功率高等特点。因此，在怀疑前列腺肿瘤时，施行超声引导下前列腺穿刺活检是非常必要的。

(张月华)

聚焦产后护理 关注盆底康复

2021 第六期天衢科技论坛举行

为进一步推动德州市产科医疗护理团队的发展，为广大女性提供从孕期直到产后完整一体化优质护理服务，10月23日上午，2021年度第六期天衢科技论坛——“ERAS在产科护理中应用进展暨产后盆底康复效果探讨”在德州美丽华大酒店举行。德州市科协党组成员、副主席王立国，德州市立医院党委书记、院长段立新出席活动并致辞，来自德州各县区23家医院的医护骨干150余人参加本次大会。

本次活动由德州市科协主

办，德州市护理学会承办，德州市立医院协办。现场，首都医科大学附属北京妇产医院马乐教授，山东省立医院中心院区产科护士长王晓亚，德州市人民医院护理部主任张晓慧，德州市立医院副院长、母婴管理健康中心主任李凤玲，德州市立医院产二科护士长李晓莉等专家围绕《盆底康复治疗方案》《产科危重症识别和安全管理》等主题展开讲解。

专家们的授课内容丰富多样、贴近临床，紧扣学科前沿，实用性、可操作性强。与会人员围

绕盆底康复治疗、目标指标管理、产科危重症识别和管理、人文关怀、ERAS理念在产科应用等产科专业领域热点、难点问题进行了深入探讨。

本次论坛聚焦女性产后康复，将进一步提升全市产科临床救治服务能力，为广大患者带来更多的健康福祉。德州市立医院将以此为契机，进一步优化医疗服务流程，提高全市产后快速康复及助产专业的影响力，不断创新护理服务模式，切实保障母婴安全健康。

(徐良)

经济技术开发区

开展全区住宅小区

消防安全联合夜查行动

为切实加强全区住宅小区火灾防控工作，进一步督促火灾隐患的整改，提高消防安全管理水平，确保人民群众生命财产安全。10月14日下午，经济技术开发区召开住宅小区消防安全联合夜查行动部署会，开发区公安分局王清超局长、消防大队教导员原玉玺、大队长李鑫及各派出所所长及民警参加了会议。

会上，王清超局长指出：一要认真认清形势，加强组织领导。要切实加强组织领导，建立工作机制，将住宅小区消防安全集中整治作为防范火灾、保障人民生命财产安全的重要举措；二要齐抓共管，合力部署推进。要建立健全信息共享、情况通报、联合执法等工作机制，各尽其职，各负其责，努力营造“部门联动、全员上阵，人人有责、人人尽责”的消防监管良好局面，切实形成执法合力，有效推进住宅小区综合治理工作开展；要强化督导，狠抓责任落实。公安分局和区消防救援大队将采取实地核查、档案检查等形式，对住宅小区基础信息排查工作不到位、整治措施落实不到位、治理效果不明显的，采取约谈、通报等形式督促整改。

王清超局长强调，要以此次会议为契机，消防救援大队与公安分局共同开展此次夜查行动，排查住宅小区消防设施完好情况、消防通道畅通情况、电动车充电情况，全体人员务必履职尽责，切实把消防工作放在心上，把安全责任扛在肩上，坚决打好专项整治工作的攻坚战，确保经济技术开发区火灾形势持续稳定。

(王漂漂)

白云山和黄中药

开展党建系列活动

10月22日，白云山和黄中药有限公司联合颐寿连锁、新湖街道状元府社区党支部，开展党建系列活动，大家一起回顾党史，总结疫情防控与精准扶贫相结合的优秀经验。

活动中，党员重温入党誓词，倾听公司、社区、连锁代表讲话，还积极参与了“党员先进报告会”，与老党员、优秀共产党员等进行了热切交流，了解他们的心声，从而增强党组织的凝聚力。

最后，白云山和黄中药有限公司向社区优秀党员捐赠了一批白云山板蓝根颗粒及生活用品。

□编辑：徐良

□美编：赵秋红