



健康周刊



找记者 上壹点

B03

齐鲁晚报
齐鲁壹点

2022年3月16日
星期三

关
注
健
康
生
活

□ 美编：赵秋红
□ 编辑：徐良

德州市疾病预防控制中心

参加核酸采样, 请注意这些问题!

目前,德州已报告多例新冠肺炎确诊病例和无症状感染者,轨迹涉及商场、超市等公共场所及诊所、药房等人群密集场所。德州市对风险区域立即进行管控,并启动相关人员核酸检测工作。但大量人群短时间内集中采样时,如果防护不当,容易造成交叉感染。德州市疾控中心提醒市民市民在参加核酸采样时,注意以下六个问题。

1、接种新冠病毒疫苗后,48小时内不要前往核酸采样点进行采样检测。近期有核酸检测需求

的市民,请在完成核酸检测后再接种疫苗。

2、采样前2小时请勿进食,采样前30分钟请勿吸烟、喝酒或嚼口香糖。

3、排队等待时,讲秩序,防聚集。前面受测者采样结束后不要立即上前,更不能马上取下口罩等候采样。应该在保持1米以上安全距离的基础上,待医务人员完成双手消毒,拿出新棉签后,迅速上前摘下口罩,张嘴发出“啊”的声音配合采样。采样完毕后,立刻戴好口罩。

4、不要用手直接接触医务人员操作台上的物品,更不要把钥匙、手机、身份证这类物品放在台面上。

5、一定要避免采样结束后马上到旁边的垃圾桶吐口水,这是非常危险的传播病毒的动作。医务人员采样时使用的棉签是无菌的,采样后产生唾液是正常现象,可以直接吞咽,无需担心。

6、采样结束后,立即回家用肥皂或洗手液,配合流动的清水仔细洗手。

每个人都是自己健康的第一责任人。疫情防控,人人有责,为了彻底打赢这场与新冠疫情的持久战,广大市民朋友请自觉遵守疫情防控指南!

(徐良)



德州疾控健康教育

山东大学齐鲁医院德州医院心内科

冠脉内旋磨术为患者打通生命路

近日,山东大学齐鲁医院德州医院心内科介入团队成功为一位冠脉严重钙化的患者实施冠脉内旋磨术,并成功植入支架。该技术的开展对冠脉复杂病变及钙化病变的精准化治疗起到积极作用。

患者为德州邻近地市的老年男性,患有高血压、高脂血症、糖尿病,近期患者频繁出现胸痛、胸闷不适,并出现双上肢疼痛,伴有乏力等症状,每次持续10至20分钟。患者到当地某三甲医院就诊,冠脉造影检查显示,最严重的左前降支近中段狭窄近90%,当地医院建议其尽快到上级医院诊治。患者经多方打听后来山东大学齐

鲁医院德州医院,心内科主任李克清仔细评估了患者的冠脉造影检查,造影结果比预期还要严重,冠脉不但走形迂曲,而且严重钙化。

冠脉钙化病变是冠状动脉介入治疗难攻克的堡垒之一,由于病变组织坚硬,普通球囊难以充分扩张病变部位,支架通过困难,极易造成手术失败。即使勉强置入支架,发生支架内再狭窄或者支架内血栓的风险也很高。而有效办法是冠脉旋磨术,采用呈橄榄形的旋磨头,选择性地消融、修饰纤维化或钙化的动脉硬化斑块,使球囊容易通过及扩张,提高支架的释放质量,达到理想的支架

贴壁和展开效果,降低支架内血栓发生率和再狭窄率。但是这种手术耗时长、风险大,稍有不慎就有冠脉穿孔、心包积液的风险。

经与患者及其家属沟通,李克清带领心内科副主任董宏伟、副主任医师张强对患者病变血管的管腔形态、结构及钙化程度进行充分评估,通过旋磨技术将坚硬钙化管腔的钙化物质磨除,进而成功植入了支架。经过两个小时的紧张操作,手术顺利完成,患者冠脉内血流恢复正常,支架贴壁良好,术后未再发作胸痛不适,目前患者已经康复出院。

(高洁)

德州市中医院

穴位埋线减肥,让您轻松享“瘦”

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 徐良 通讯员 刘珊珊

针灸是中国传统医学瑰宝,在调理肥胖中也能发挥重要作用。针灸穴位埋线减肥就是当下绿色、经济、安全的减肥方法之一。那什么是穴位埋线?减肥原理是什么?埋线疼吗?能瘦几斤?会反弹吗?德州市中医院针灸科主治医师张方涛为您详细解答。

中医讲秋冬主收藏,特别是寒冷的冬季,身体接收到的指令就是要储存脂肪以抵御寒冬,都不适合减肥;而春主生发,春季身体机能慢慢恢复活跃,正是身体推陈出新的时候,这个时候减肥往往能起到事半功倍的作用。

穴位埋线就是将可吸收性蛋白线埋入相关穴位,蛋白线在被吸收的过程中可对穴位产生持续的刺激,一方面抑制人体亢进的食欲和胃肠消化吸收功能,从而减少能量的摄入,另一方面可以使人体迟钝的交感神经恢复活跃,增加能量消耗,促进体内脂肪分解。

“我们使用的穴位埋线材料是可吸收高分子胶原蛋白线,它对穴位的刺激更加温和,避免了传统羊肠线所带来的过敏和感染等不良现象。在操作方面我们使用的是非常细的一次性专用无菌埋线针,无需麻醉,手术和切口,痛苦小,安全可靠,因此更容易为大家所接受。”张方涛介绍,穴位埋线的疼痛程度介于针灸和打针之

间,不会产生难受的刺痛。另外,每个人对于埋线减肥的反应是不一样的,有的人埋一两两次就瘦十几斤,而有的人没有任何体重的变化,有的人虽然体重下降不多,但身体其他问题得到了改善。

很多减肥反弹的原因大部分都是因为节食后的暴食,穴位埋线是通过调节身体代谢功能来达到减肥的目的,无需节食,只要不暴饮暴食即可维持稳定的状态。

张方涛提醒,埋线之后,两天内针孔处应避免碰水,并停食海鲜、辣椒等食物2-3天,避免腥膻发物和辛辣食物的刺激,以免引起埋线处的反应。两次埋线时间一般是间隔两周,四次为一疗程。

一次手术解除两种病痛

德州市第二人民医院多学科诊疗破难题

“一次手术治好了我的两个病,咱医院技术就是高!”近日,61岁的段先生为德州市第二人民医院为其一次性解决两种病痛的肿瘤多学科诊疗(MDT)服务竖起大拇指。

据了解,段先生平日总感觉进食不畅,直至腹部疼痛难忍,并且眼睛和尿液发黄。经检查,段先生患上了严重的食管癌和胆总管梗阻合并胆管炎。段先生慕名找到德州市第二人民医院首席专家、胸外科主任王春堂。王

春堂发现,患者眼睛黄染严重,肝功能异常,食管癌也到了中期,治疗起来会非常棘手。

王春堂立即组织多学科诊疗(MDT),邀请了肝胆泌尿外科、医学影像科、介入诊疗科、肿瘤内科、病理科、手术麻醉科等相关科室会诊,制定了科学严谨的治疗方案:首先由介入诊疗科解决胆总管梗阻问题,将胆总管结石推入肠道,恢复肝功能,再进行新辅助化疗控制食管癌,让肿瘤缩小降期后,再由胸外科和肝胆泌尿外

科一起通过微创手术解决食管癌和胆囊结石问题。患者及家属对该治疗方案非常认同。

首先,介入诊疗科专家在影像引导下,采用经皮肝穿刺的方法,用导丝将胆总管结石推入肠道,患者胆总管梗阻问题得到了解决,肝功能很快恢复正常,眼睛黄染也消失了,为下一步新辅助化疗扫清了障碍。接下来,段先生在接受先进的新辅助化疗两周期后,进食不畅症状明显好转,食管肿瘤较之前缩小了三分之二,具备了手术切除的条

件。最后,胸外科和肝胆泌尿外科密切配合,采用胸腔腹腔镜联合微创手术,完全切除了食管肿瘤和胆囊结石,手术取得了圆满成功。段先生在术后两周后出院,身体恢复良好。

近年来,德州市第二人民医院为肿瘤患者精心打造了先进的肿瘤多学科诊疗(MDT)服务模式,多学科参与协作会诊,发挥各科室专家专业优势,共同为患者量身定制最佳治疗方案,让患者最大限度获益,得到了广大患者及家属的一致好评。

(张月华)