# 天气炎热喝水少结石患者增多

## 医生:养成良好饮食习惯,不可不吃早餐

**本报聊城5月23日讯(记者 王尚磊)** 记者从城区多家医院过膝,天气越来越热,不少人因喝水少,缺乏运动,身体内长了结石。随着天气转热,医院收治的结石病患者明显增多。记者了解到,结石病一般分为胆囊结石和肾结石两种,特殊情况下,胃部也会产生结石。

“不能等到口渴了才去喝水。”专家介绍,随着天气越来越来热,不少人喝水少,缺乏相应的锻炼,造成肾脏里面的草酸钙沉积,时间长了就形成了结石。

结石科的专家介绍,患有胆囊结石的患者多数没有良好的饮食习惯。有的人长期不吃早饭,患上了胆囊结石,在医院吃了中药后才把结石排出体外。

专家表示,如果不吃早饭,胆囊不收缩,胆汁就会一直储存在胆囊中,由于里面的胆固醇或钙质过饱和等问题,就很容易凝结成结晶体。

专家介绍,小的结石通过服用中药大约一周可自行排出体外,大一点的结石就得需要用体外碎石机。

记者从市人民医院等多家医院了解到,近期结石病患者有增多现象,其中最小的患者才3岁。

专家提醒,在夏季,喝水量更宜相应增加,每天的排尿量要保持在2000毫升左右,解暑效果好的有绿豆汤、菊花茶、绿茶等。患有结石的,要少吃菠萝、苹果、海鲜等,少吃牛奶等含钙高的食品。

### 预防结石注意事项:

小知识

不憋尿不要憋尿,多喝多尿有助于细菌、致癌物质和易结石物质快速排出体外,减轻肾脏和膀胱受害的机会。

有人认为啤酒能利尿,可防止尿结石的发生。其实,酿啤酒的麦芽汁中含有钙、草酸、乌核苷酸和嘌呤核苷酸等酸性物质,它们相互所用,可使人体内的尿酸增加,成为肾结石的重要诱因。

太咸的饮食会加重肾脏的工作负担,而盐和钙在体内具有协同作用,并可以干扰预防和治疗肾结石药物的代谢过程。食盐每天的摄入量应小于5克。

服糖后尿中的钙离子浓度、草酸及尿的酸度均会增加,尿酸度增加,可使尿酸钙、草酸钙易于沉淀,促使结石形成。

人的排钙高峰期常在进餐后4～5小时,若晚餐过晚,当排钙高峰期到来时,人已上床入睡,尿液便潴留在输尿管、膀胱、尿道等尿路中,不能及时排出体外,致使尿中钙不断增加,容易沉积下来形成小晶体,久而久之,逐渐扩大形成结石。

蔬菜和水果含维生素B1及维生素C,在体内最后代谢产物是碱性的,尿酸在碱性尿内易于溶解,有利于治疗和预防结石。

# 医院看病老年人要小心医托

## 医生:老人看病最好有年轻家属陪伴

**本报聊城5月23日讯(记者 王尚磊)** 到大医院看病,老年人可得擦亮眼睛,一些医托蹲点在大医院,专门对农村患者和老年人行骗,所以到大医院看病一定得擦亮眼睛。

“医托”是指在正规医疗机构等处,以假冒患相似疾病的患者或其家属,通过各种手段把求医患者哄骗到医疗技术质量较差、收费昂贵的医疗机构甚至无证行医点就诊,对患者进行欺骗、恐吓,甚至抢夺财物,从中牟取利润的人。今年以来,聊城市区一家大型医院门诊大厅不时出现一些不速之客(医托),他们穿梭在医院的人流中,寻找下手的目标。医院为防止患者上当受骗,在门诊大厅的显示屏上打出了小心医托的警示。

记者了解到,“医托”常常打着科研成果、老军医或部队医院等招牌,大肆吹嘘医托门诊专家如何神奇,同时散布虚假信息,诋毁其他医院的声誉。“医托”的目标往往是农村患者和老年人,尤其是单独来医院看病的老年人。“老年人来看病,年轻的家属最好陪伴。”城区一家遭受“医托”困扰的导医台工作人员表示,医托有专门的车辆运送患者出医院。

记者了解到,进入医院的医托多是以专家外出坐诊、手里有特效药等理由将患者骗出医院,然后再伺机行骗。医院提醒患者,当有陌生人与你搭讪时,应该采取不予理睬的方法;当有问题时,不要去问陌生人,应该询问导医医生;当有人介绍去别处就诊时,尤其是到不正规医疗机构看病时,就要小心了;遇到医托纠缠不休时,马上通知保安或报警110。

# 全市人口和计划生育宣传教育工作会议召开

5月20日,聊城市人口和计划生育宣传教育工作会议在市人口计生委召开,市人口计生委主任张树奎及分管宣传教育领导出席会议,各县市区人口计生局长、分管宣传教育副局长及市人口计生委业务科室负责同志参加会议。

会议传达了4月22日召开的全省人口计生宣传教育工作会议精神,并结合实际分析了全市人口计生宣传教育工作的现状和差距。近几年来,全市各级围绕转变群众婚育观念、优化社会舆论环境,开展了系列主题宣传教育活动,增强了全社会贯彻落实计划生育基本国策的自觉性,但仍存在不容忽视的问题和薄弱环节。群众的传统婚育观念没有根本转变;宣传教育服务基础建设尚不完善;新闻宣传力度有待加强;社会宣传活动效果不理想;典型宣传的带动效应较弱;人口政策的理论研究不深入。

会议要求,全市各级要清醒认识当前人口计生工作的形势任务。人口过多的基本国情没有根本改变,人口对经济社会发展压力持续增大的局面没有根本改变,人口与资源环境关系紧张的状况没有根本改变,人口计生工作面临前所未有的复杂局面和严峻挑战,迫切需要进一步深化宣传教育,积极应对舆论环境的复杂变化,善待媒体,善用网络,形成正确的舆论导向,统一全社会的思想,凝聚各方面的力量,营造良好的舆论环境和社会氛围。

(金增秀)


# 聊城市光明医院

## 聊城市光明医院肿瘤治疗中心 聊城市光明老年病医院

聊城市光明医院是以治疗肿瘤、老年病(心脑血管病)为主的专科医院,属非营利性公立医疗机构,是城镇职工、城镇居民和新型农村医疗合作定点医院,是泰山医学教学医院。医院开放床位300张,病房均按宾馆化配置,实行人性化服务,并特设扶贵病房。医院拥有国际先进的医科达高能多模医用直线加速器、X刀、飞利浦64排128层高清晰螺旋CT、飞利浦FD20通用型大平板血管造影系统等9000万元高精尖仪器设备,可对全身恶性、良性肿瘤、心脑血管等血管性疾病的诊断和系统治疗,提供可靠诊断依据和技术保证。

医院建立了聊城-北京、聊城-上海远程会诊网络,可使患者随时得到国内一流诊断及治疗服务。

市光明医院肿瘤中心开展项目

(一)肿瘤放射治疗系统①肿瘤消化放疗科②肿瘤呼吸放疗科

(二)肿瘤消化化疗系统①肿瘤消化内科②血液内科③肿瘤微创介入科

(三)肿瘤呼吸化疗系统①肿瘤呼吸内科②肿瘤乳腺内科

(四)肿瘤外科治疗系统①普外科、泌尿外科②胸外科③耳鼻喉科

(五)肿瘤妇科治疗系统①妇瘤科②妇瘤放化疗科

(六)聚焦超声刀治疗系统

不开刀、无创伤一次性治愈子宫肌瘤,对胰腺癌及其他实质脏器的恶性肿瘤的治疗有特异疗效。

市光明老年病医院开展项目①重症医学科(ICU)②急诊医学科(120急救)③心脏、内分泌科④神经内科⑤神经介入科⑥骨伤、骨病科⑦神经外科⑧康复医学科⑨健康查体中心⑩预防保健科

健康热线:0635-8902009/8902077 急救电话:0635-8900120

地址:聊城市昌润北路99号(市内乘1、17、k28、345、437路公交车到医院下车)

# 聊城市光明眼科医院

聊城市光明眼科医院是集教学、科研于一体的三级专科医院,是山东省中西医结合眼科专业委员会副主委单位,是山东省医学会眼科专业委员会委员单位,是城镇职工、城镇居民和新农合医疗保险定点医院,是山东省白内障摘除复明手术技术指导医院,为聊城市眼科研究所所在地。

医院成立于1999年,2005年整体迁新址,占地面积约40亩,总建筑面积达4万平方米,固定资产1亿元以上,医院拥有10万元以上的高科技设备百余台(件),总投资约8000万元人民币。开放病床220张,病房按照宾馆式设置,实行人性化服务。医院设有准分子激光科、近视白内障科、复明白内障科、急诊病科、青光眼科、眼外伤科、眼底病外科、斜视弱视科、神经眼科、斜视及小儿眼科、眼眶整形科、眼视光科等十二个临床专业科室。医院重视科技兴院的战略,注重人才引进和学术科研建设。近几年来先后在全国范围内引进高级专业人才23名,完成科研成果12项,特别是引入世界先进的临床路径管理,有力地促进了医院规范化发展的进程。

聊城市光明眼科医院开展的微创超声乳化治疗白内障技术,高科技非球面病变多焦人工晶体植入术,准分子激光治疗近视、远视、散光技术,各种复杂青光眼手术和青光眼植入术,急诊移植、半层移植、子母瓣移植术,复杂斜视手术和视网膜综合治疗技术,治疗各种复杂视网膜脱离、糖尿病视网膜病变及严重眼外伤的眼病休切割术,眼底荧光造影、氩离子激光及中西医结合治疗各种眼底病,眶内肿瘤、眼部整形、眼部美容技术、内窥镜下泪道微创技术等方面,均达到国内先进水平。

医院建立了北京—聊城—上海远程会诊网络,患者可及时得到国内相关知名专家的联合会诊,接受国内一流水平的医疗服务。

健康热线:0635-8411269 8902077

地址:聊城市昌润路97号(市内乘1、17、k28、345、437路公交车到医院下车)