

走路快的人记性好

波士顿医学中心的神经学专家们表示,他们观察了大约2400位平均年龄62岁的男性和女性,一共追踪了11年,这个研究显示,走路速度比较慢的男性或女性,年老之后记性变差的风险多了1.5倍,而且与脑容量比较小以及记忆力、语言、判断能力较差有关系。而65岁以上,且握手力道最强的人,中风或是短暂缺血性中风(TIA)的风险低了42%,但是对于65岁以下的人则没有影响;研究也表示,握手力道比较强的人,脑容量较大,尤其在寻找相似物品的测验时,成绩也比较好。

不出远门享受知名专家服务

齐鲁名医团周六赴新泰义诊



齐鲁名医下基层

主办:山东省卫生厅 齐鲁传媒集团
承办:齐鲁晚报

部分义诊专家简介

程宝泉:山东大学齐鲁医院消化内科,主任医师,瑞典Karolinska Institute博士后,山东大学教授,硕士研究生导师,中华消化学会胰腺组委员。近年来在中外核心期刊发表论文60余篇,承担山东省科技厅中青年科学家基金、山东省科技攻关、山东省卫生厅山东省自然科学基金课题多项,参与国家自然科学基金课题四项、卫生部基金两项。擅长消化系统疑难疾病和复杂疾病的诊治,熟练掌握消化内镜诊治技术,熟练掌握消化疾病的超声介入治疗技术,多年来操作内镜诊治近万例患者,实施X线及超声介入治疗2000余例,长期在临床一线工作。

董亮:山东大学齐鲁医院呼吸科副主任,主任医师,山东大学教授、博士生导师。现任中华医学会呼吸病分会中青年委员会委员,山东省医学会呼吸病分会副主任委员。从事呼吸内科临床、教学、科研工作二十余年,擅长支气管哮喘、慢性阻塞性肺疾病、肺部肿瘤的诊断与治疗,以及重症肺炎等其他危重症抢救与治疗。目前以第一作者在国际著名专业杂志(SCI收录期刊)发表论文15篇,在国内核心期刊发表学术论文50余篇。先后获得山东省科技攻关、山东省医学会等多项科研成果奖。

刘天起:山东省千佛山医院大外科副主任,心外二科主任,山东省心脏移植中心主任,山东省心脏移植与材料工程技术研究中心主任,山东大学教授,硕士生导师,山东省器官移植泰山学者岗位主要成员,山东省医学会胸心血管外科专业委员会副主任委员,山东省医学会器官移植专业委员会副主任委员,中国医师协会大血管外科学术委员会委员,中国医师协会心血管外科委员会瓣膜外科专业委员会委员,中国医师协会心脏重症分会委员,中华现代外科学杂志常务编委。擅长各种复杂先天性心脏病的外科手术,各种心脏瓣膜置换术、冠状动脉搭桥术、主动脉瘤及急性主动脉夹层介入及手术治疗。在省内外率先开展了心脏联合移植手术、二尖瓣置换+射频消融术、微创二尖瓣置换术及微创二尖瓣成形术等国内先进技术。

王清:山东省千佛山医院主任医师,医学博士,硕士研究生导师,山东中医药大学教授,山东省心脏起搏与电生理学学会委员。对心血管常见病如冠心病、高血压病、心力衰竭、心律失常、心肌炎等具有丰富的临床经验,尤其擅长高血压病及其并发症的诊治;擅长心脏电生理的诊断与心脏介入诊疗患者的围术期管理;对疑难、危重疾病的诊治积累了丰富的临床经验,具备诊治和抢救疑难、危重病人的能力。

姜宝岐:山东省口腔医院口腔种植科主任,主任医师,硕导,山东省口腔医师协会种植专委会副主任委员,山东省修复与重建专委会常委。作为第一作者发表SCI论文一篇,第二作者SCI论文一篇;作为主编编写口腔医学专著三部,副主编参编著作三部;在各类学术期刊发表论文10篇。曾获省厅级科研进步二等奖一次,三等奖一次。主持省自然科学基金项目一项、省科学技术发展计划项目一项,作为第二位研究人员参加国家十一五攻关课题一项、省自然科学基金项目一项。有较全面的口腔医学各科诊疗知识,能够熟练进行口腔颌面外科各类手术操作,特别擅长于口腔种植外科手术和口腔种植修复技术。

孙钦峰:山东省口腔医院牙周科主任,主任医师,硕导。从事临床及教学工作20年,擅长牙体缺损修补、根管充填、牙齿

12月14日,由本报联合省卫生厅、各地市卫生局、省内部分知名综合(专科)医院等举办的“齐鲁名医下基层大型公益巡诊活动”第一站将走进泰安新泰市中医院。活动发起不到一周时间,就有齐鲁医院、省千佛山医院、山大二院、省口腔医院等十家医院确定参加活动。根据当地群众需求和常见疾病发病情况,参与医院安排了技术实力和患者口碑俱佳的一流专家参与首站义诊,专业涉及呼吸、心外科、心血管、消化、骨科、口腔、泌尿、儿科、皮肤科等,让当地群众不出远门就能享受到省级名医的医疗服务。



疼痛、牙龈出血、肿胀等疑难病的诊断治疗。主持参与山东省自然科学基金、国家自然科学基金等多个项目,《新形势下口腔临床实习遇到的问题及对策》获山东医学会颁发的优秀教研论文二等奖,《引导组织再生术屏障膜作用最佳时间的研究》获2003年省科技进步三等奖,《增强IgA应答抗原牙周炎DNA疫苗的实验研究》研究成果国际领先,并获山东省科学技术进步二等奖。

萧畔:山东大学第二医院泌尿外科主治医师,泌尿外科学博士。对泌尿外科疾病诊治有着较为深厚的理论基础和临床经验。主要研究方向为泌尿系统结石的微创治疗、肾囊性疾病病因及治疗等。擅长经尿道输尿管镜碎石术、经皮肾镜肾结石碎石术及各类泌尿外科常规手术。对于泌尿外科疑难、危重、复杂病例的诊治有一定的水平,近年获得教育部专项基金立项1项,发表学术论文10余篇。

张兆华:山东大学第二医院儿内科学科主治医师,临床医学博士,从事儿科临床工作16年,擅长儿科常见病多发病的诊治,尤其是小儿心血管病及危重症的救治。主持山东省卫生厅课题一项,院种子基金课题一项,参与省部级课题多项;在专业期刊发表论文多篇,其中SCI收录4篇;作为副主编出版著作2部,参编多部。2013年当选为山东省医学会围产医学分会青年委员会委员。

武玉国:新泰市中医院院长,肿瘤科学术带头人,主任医师,硕士学位,美国加利福尼亚州大学博士学位在读,泰山医学院肿瘤学专业硕士,中国抗癌协会临床肿瘤协作中心会员,全国改革创新十大杰出医院院长、山东省优秀中医医院院长、泰安市专业技术拔尖人才。创建了泰安市县市级医院第一个肿瘤科,开展新技术、新项目30余项,获泰安市科技进步奖3项。主持申请国家发明专利1项,实用新型专利3项,发表论文20余篇,编书数部,学术论文《“和与孝”为核心的中医院文化体系建设》获“全国卫生事业管理与公共卫生改革”优秀理论成果评选一等奖。

徐勤伟:新泰市中医院副院长,神经外科主任,主任医师。新泰市卫生系统唯一入选泰安市“151倍下英才培养工程”第三层次,连获两届泰安市青年科技奖,新泰市专业技术拔尖人才。山东省神经外科专业委员会委员,山东省激光医学会神经外科专业委员会委员,淮海经济区神经外科专业委员会委员。擅长诊治脑出血、频发短暂性脑缺血发作、颅内动脉瘤、脑血管畸形、硬脑膜动静脉瘘等。发表著作2部,获泰安市科技进步三等奖3项,国家实

用新型专利3项。

刘杰:新泰市中医院眼科主任,眼科副主任医师,山东省眼科医师协会委员,新泰市科技工作先进个人。熟练掌握各种眼科手术,尤其擅长利用小切口白内障手术和白内障超声乳化手术治疗各种难治性、复杂性白内障;各种眼底出血、葡萄膜炎、视网膜脱离、严重眼外伤、糖尿病性视网膜病变、青光眼等的诊治。获泰安市科技进步二等奖和三等奖。

高震:主任医师,山东省知名呼吸内科专家,济南哮喘病医院学术带头人,“AFC国际标准化哮喘/气管炎治疗体系”专家组核心成员。本科毕业于山东医科大学,硕士研究生毕业于上海铁道学院。毕业后一直致力于慢性呼吸系统疾病的研究与临床研究,在哮喘、慢阻肺、肺心病等多种慢性呼吸系统疾病的治疗方面总结了宝贵的经验。曾多次参与国际及国内哮喘高端防控论坛,进行学术交流和展示。近年来,高主任积极参与新技术、新疗法的研发与创新,“AFC国际标准化哮喘/气管炎治疗体系”即是其重要成果之一,经临床验证,该体系治疗效果突出,是目前国内为数不多的中西医结合推广技术之一。

刘儒安:济南中德骨科医院专家,主任医师,教授,国内知名椎间盘疾病诊疗专家,曾在某三甲医院从医四十余年,在脊柱与四肢创伤、结核、肿瘤、骨病、先天性畸形等疾病的治疗方面积累了丰富经验。对手外科、显微外科与脊柱外科有深入研究并取得卓著成果,曾多次参加国内外学术交流,发表学术论文多篇。尤其擅长诊治脊髓与神经压迫症(含颈、腰间盘突出、椎管狭窄等)、骨折、脱位、整复及内外固定、断肢(指)再植、关节置换、疼痛病。

张国财:济南中德骨科医院专家,主任医师,国内知名关节病诊疗专家,中国老年骨质疏松委员会委员,从事骨科临床工作三十余年。擅长采用微创技术,中西医结合等方法治疗股骨头坏死、退行性关节炎、风湿类关节炎等骨科疾病。在国内率先提倡使用多种介入联合治疗股骨头坏死的“鸡尾酒”疗法,该疗法曾荣获卫生部科技进步突出贡献奖。多次应邀参加国内外骨科骨伤研讨会,先后荣获中英国际骨伤骨病研讨会二等奖、“中华医学科技奖”三等奖、“中华医学会”论文优秀奖等。

赵晔:主治医师,曾在北京三甲医院从事妇产科工作十多年,有着3000余例各类微创手术的成功经验,在《实用妇产科》、《中国实用妇产科》等省级以上医学杂志发表论文多篇。在运用“三镜联合”介入微创技术治疗女性不孕症方面有着较深的造诣。擅长治疗女性输卵管堵塞、积水、粘连,以及绝育结扎术后的输卵管再通术。此外,对于多囊卵巢打孔术、巨大子宫肌瘤剔除术、子宫纵膈切除术、子宫内异位灭活等高难度手术也有较高的成功率。

成爱华:毕业于北京中医药大学,中国著名白癜风专家,现任山东威海白癜风医院院长、华海白癜风医院院长;人大代表,国家有突出贡献专家。全国医院优秀院长、全国恪守医德十佳院长、全国优秀中医医院院长、全国杰出创业女性、中国优秀科技企业企业家,是全国医院管理突出贡献奖及中华名医突出贡献金奖的获得者。她带领科研团队潜心攻关,创造性提出“黑白同病、黑白同治”全新理论,研发成功具有独立知识产权的“黑白同治”治疗白癜风新技术,经专家鉴定与临床验证,疗效达国内领先水平,该技术成为建国以来唯一由政府部门面向全国推广的白癜风科技成果。

雾霾来袭,警惕心脑血管病复发

最近一段时间,雾霾在众多城市弥漫。

雾霾会对心脑血管疾病产生剧烈影响:一方面,雾天气压低,人们容易烦躁,导致血压升高;另一方面,雾霾中大量的有害物质也易引发心脑血管疾病。

老人最易“受伤”

雾霾天最“受伤”的是哪些人?老年人、孕妇、儿童、心脑血管疾病患者和呼吸系统疾病患者等都在其中,老年人因血压高、抵抗力差、防范意识弱,成为首要“危险对象”。

在雾霾肆虐的冬季,居家老人最需要改变的习惯就是晨练:早晨是一天当中雾霾最严重的时候,气温也最低,容易诱发心脑血管疾病。建议老人将晨练改到室内,并避免激烈的运动项目。

当不得不外出时,佩戴口罩是防止污染物由鼻、口侵入肺部的最佳方法。在回到室内后,需清洗暴露在外的部分,包括口鼻和皮肤。此外,饮食方面也需注意:老人普遍认为冬日要进补,但对于有心脑血管风险的老人,食物需以清淡为主,少食刺激性食物,而且不能吃得太多。吃太多除了容易造成肥胖,引发各种心脑血管疾病之外,还容易导致肠胃疾病、大脑早衰等多种问题。

需要提醒的是,冬季水分流失快,平时应注意补充水分,以降低血液黏稠度。生活中则需要保持心情舒畅,避免过度疲劳、情绪激动,预防心脑血管疾病的发生。

提前预防是关键

对于雾霾带来的心脑血管疾病风险,除了平时小心谨慎外,还有更加积极的方式来应对。美国加州大学洛杉矶分校药理学教授、康宝莱营养学院及营养咨询委员会成员路易斯·伊格纳罗博士就有预防心脑血管疾病的一个妙招:一氧化氮!

1998年,伊格纳罗博士和其研究伙伴因发现一氧化氮(NO)在心血管系统中拥有独特信号分子的作用而荣获诺贝尔生理/医学奖。这个研究证明了一氧化氮可以起到保持血管清洁、预防中风、维持正常血压的作用,从而达到预防心脏病的效果。

用一氧化氮提升心血管系统机能还有一个好处:因为人体自身也可以产生一氧化氮,所以避免了副作用的出现。由于人体自身产生的一氧化氮极不稳定,伊格纳罗博士和世界知名保健品品牌康宝莱共同研发了一款补充一氧化氮,从而帮助强化心血管系统、免疫系统和神经系统的优秀产品:奈沃科粉。奈沃科粉以精氨酸、瓜氨酸、牛磺酸、维生素C、维生素E及叶酸等为主要原料制成,众所周知,L-精氨酸是产生一氧化氮的基础物质,可以在L-瓜氨酸和几种关键的抗氧化剂的协同作用下,让人体产生大量的一氧化氮。除了补充一氧化氮,奈沃科粉还具有缓解体力疲劳,提高缺氧耐受力的保健功能。