

冬季老年人发生骨折的情况增多

专家提醒,防骨折先防骨质疏松

冬季老年人出现骨折的情况明显增多,这既和季节有关系,也与天气寒冷老年人活动量减少、衣服穿得厚、手脚协调较差等因素有关。不少老人哪怕是上楼梯、进洗手间都有可能摔倒导致骨折。专家提醒,防骨折先防骨质疏松,正确补钙是关键。

“冬季是老年人发生骨折的高发期。”德城区一医院专家称,这有内外两方面原因。首先,冬季气候寒冷,气温较低,日照时间较短,老人因为

防寒而减少户外活动,从而导致紫外线照射不足,维生素D合成不足,肌肉缺乏锻炼,骨骼内血循环减少,骨骼的钙容易被析出,加重了骨质疏松进程,使得骨骼强度和刚度下降,稍有碰撞,即可产生骨折。从外部环境方面说,冬季雨雪较多,路面很湿滑,穿着也比较臃肿,再加上老年人运动迟缓,反应迟钝,视听力减退,老年人最容易摔跤,从而导致骨折。

摔跤是老年人骨折的最

直接的原因。老年人冬季在室内活动较多,所以必须考虑“室内防摔”,室内尽量暖和一些,老人就可以减少穿衣,活动更加轻便;注意地板和鞋子的防滑,老年人最好不要穿拖鞋;楼梯、过道、卫生间的照明要充足,地面要保持干燥,防止积水、结冰;洗澡处和坐便器旁边要安装可供老人方便使用的把手。

另外,防骨折先防骨质疏松,正确补钙是关键。如果条件允许,老年人应

该通过体检,对自己的骨密度进行检测,全面掌握个人的健康信息。如果出现了骨质疏松,除了日常活动中需多加谨慎,还应该适当补充钙质。专家建议,补钙食补远比药补安全,老年人可适当多吃虾皮、豆制品、坚果、牛奶等。此外,老年人还要改掉一些不良生活习惯,如长期吸烟、过量饮酒、少动多坐、低钙饮食等。

(王乐伟)

健康资讯

德州首次调查青少年健康素养

近日,按照省疾控中心健康教育所《关于开展山东省青少年健康素养调查的通知》要求,德州市疾控中心首次在城市、农村中学开展了青少年健康素养调查。

“往年我们是开展居民健康素养调查,今年是首次进行青少年健康素养调查。”德州市疾控中心健康教育所工作人员介绍,本次调查采用自填式问卷方法对德州五中、二屯中学和陵县土桥中学的初中生共1587人进行了调查,全省统一试卷,内容包括健康知识和健康技能。

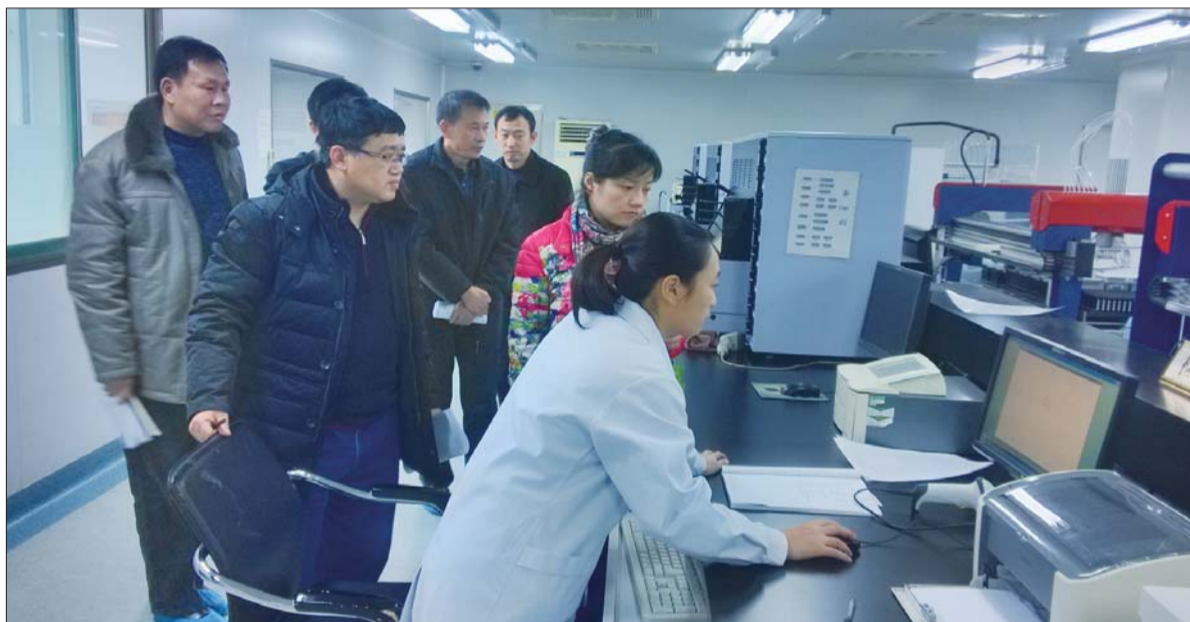
据了解,此次调查问卷由德州市健康教育所负责数据的录入、分析和汇总,目前工作已全部结束。(王立友)

市人民医院开展冬季安全生产大排查

近日,德州市人民医院召开冬季安全生产大排查大整治行动专题会议。

会上,德州市人民医院办公室副主任王明首先部署了此次安全生产大排查的总体要求和目标,并强调了排查整治的范围和重点,此次排查整治的重点内容一是组织领导机制是否健全;二是重点环节管理是否到位。

会上要求,要把“真认真、真落实、真较真、真追究”的要求落到实处;按照新修订的《安全生产法》等法律法规,对搞形式、走过场、发生事故的,追究相关负责人的责任。(郭吉显)



督查

近日,省疾控中心组织专家组对德州市人民医院、市疾控中心等9家艾滋病筛查实验室开展现场督导,督导内容包括实验室建设与管理、检测流程及原始记录、质量控制与生物安全等。

本报通讯员 姜明东 摄

曙光 专注
MEN 男性生殖健康

德州曙光泌尿专科医院

只看男科 所以更专业

健康热线:0534-2461111
咨询网站:www.dzsgyy.com
咨询QQ:863069919

地址:德州市汽车总站往东300米(山东省农村信用社北侧)



生活,对男人来说是持续不断的顶着压力前进,为的是不在女人的眼里失落自己;男人,一旦患有前列腺炎,便会感到恐惧、虚弱、自卑、有了这样的情绪,他们的呼吸感到窒息,他们的心灵感到无助和绝望。

曙光率先引进沃尔曼强能前列腺治疗系统

——国际权威技术 轻松治疗前列腺炎

德州曙光泌尿专科医院治疗男性前列腺炎权威有效。率先引进的沃尔曼强能前列腺治疗系统敢于向前列腺炎说再见。

适用范围:

沃尔曼强能前列腺治疗系统适用于急性前列腺炎、慢性前列腺炎、顽固性前列腺炎、前列腺增生、肥大、前列腺痛、尿路炎症等男科顽疾。

三大前沿治疗技术突破 彻底攻克前列腺难题

优势一: 强效消炎同时排除腺管毒素 避免复发

“沃尔曼强能治疗系统”利用聚能涡流磁透融技术、生物离子及电化学效应,直接穿透前列腺脂质包膜的屏障,多能强效杀灭病原微生物,快速消除炎症组织,解除排尿困难,肥大、增生的病变细胞组织也发生变性、脱水缩小,从而使前列腺腺体回缩至正

常水平;同时在涡流磁作用下,前列腺内液形成腔内涡流磁,不断清洗腺体的内环境,促使腺管内的毒素、脓性等有害物质正常排出,有效避免疾病复发,实现了由内而外的治疗新模式。

优势二: 治疗全程无痛苦、无创伤、无需住院

德州曙光泌尿专科医院沃尔曼强能治疗系统严格贯彻国际泌尿外科学会提倡的绿色、舒适、安全的治疗标准,诊疗全程无痛苦,无创伤,无需住院,患者可以边接受治疗,边听音乐、看报纸。

优势三: 定位分型诊疗 不受年龄限制 高效安全

国内外大量临床应用表明,沃尔曼强能治疗系统采用定位分型诊疗方法,不受年龄限制,对急性前列腺炎、慢性前列腺炎、前列腺增生、肥大、前列腺痛、尿道炎等,具



有见效快,疗程短,安全无副作用等核心诊疗优势,并且对会阴部胀痛、阳痿、早泄、性欲减退等疾病临床治疗效果明显。如果您想了解其他男科疾病问题,可拨打曙光男性健康热线:0534-2461111或QQ:863069919咨询,还可登录www.dzsgyy.com。

是谁?扰乱了她们的“幸福生活”

发言人:晶晶,32岁,客户经理

大学毕业后,我和男朋友一起留在了这个城市,开始了新鲜而又甜蜜的同居生活。当我们手牵手为事业、房子奋斗,享受一起吃苦的幸福时,一次出差却打破了所有的美好。

那次从外地出差回来,我的下身开始异常的瘙痒,有时甚至用手抓挠都不能缓解。闺蜜看我憔悴的样子,追问我发生了什么事情,我告诉她,她说:“你这个傻瓜,你可能得了阴道炎,应该去医院看看才行。”因为觉得不好意思,所以我一直没敢去医院,就偷偷的去药店买了洗液,但效果很不明显。难言的折磨,让我每一天都在坐立不安中度过。

对此,原山东妇幼保健院妇产科专家,德州时代妇科医院副院长

白素萍指出,外阴异常瘙痒,时有灼痛感,阴道分泌物增多,并且伴有些许异味,这些都是阴道炎的典型症状。患了阴道炎一定要及时到正规医院做系统的检查和规范的治疗,常用洗液不仅不能根除病菌,甚至会导致阴道内有益的乳杆菌大量减少,破坏阴道内环境的稳定。

发言人:小萍,29岁,行政内勤

我是一名销售公司的行政内勤,由于工作的原因,基本上天天是坐着的。可是自从上个月开始,我发现自己白带突然增多,觉得下体有股湿湿的感觉,甚至有的时候,多到溢在裤子上的程度,即使用了护垫也不管用。更可恶的是,最近还散发出了难闻的味道,看着前来报单的男同事怪异的眼神,我简直快崩溃了!

对此,德州时代妇科医院副院

长白素萍指出,白带增多、白带夹杂血丝,这些是宫颈炎的典型表现。宫颈炎发生于任何年龄的女性,临床上以慢性宫颈炎多见。主要表现为白带多,呈乳色,黏稠的粘液或脓性粘液,有时可伴有血丝或夹有血丝,伴外阴分泌物刺激引起瘙痒,腰骶部疼痛,下腹坠胀等临床症状。另外,慢性宫颈炎可引发女性不孕。患者应该抓紧时间去专业医院接受治疗。

发言人:小静,36岁,业务总监

我是一家大型公司的业务总监,巨大的工作压力使我的身体一直欠佳。经常感冒,嗓子发炎,怕耽误工作,即使是生理不适,我也是通过吃大量的消炎药应付了事。这样持续了一段时间,最近感到下身越来越不舒服。后来来到德城区步行街附近的时代妇科医院就诊,经

诊断为霉菌性阴道炎。

对此,德州时代妇科医院副院长白素萍指出,阴道炎是妇科常见病,小静的病情是长期服用抗生素扰乱了阴道的自然生态平衡,致病的细菌病原体大量繁殖,最终导致了局部的霉菌感染。阴道炎虽不是大病,却严重扰乱了女性正常的工作和生活。针对妇科炎症,德州时代妇科医院采取中西医结合的综合治疗方案,由权威专家对女性按症施策,将药物治疗与物理治疗相结合、病因治疗与巩固调理相结合、中西药相结合以及外治法等,全方位综合诊治,捍卫女性健康。

幸福秘籍:专业医疗守护青春

女人的一生需要很多的保护,家人的保护,爱人的保护,朋友的保护,也需要专业的医学保护,来保护她远离病痛,永葆青春。

“来时代妇科医院就诊,让我感受到专业的医疗保护。不仅仅是因为这里的专家和技术值得信赖,更重要的是时代妇科对女性的体贴和照顾,一对一的诊疗空间和周到细致的服务都让我很有安全感。希望时代妇科医院能够继续保留和发扬这一优势,使就医真正成为一件享受。”选择时代妇科医院就诊的张女士吐露了部分女性的心声。

为缓解百姓看病贵的问题,德州时代妇科医院推出多项惠民医疗政策:即日起,女性通过电话/网络预约就诊,妇科彩超、数码阴道镜、白带常规等八项妇科检查项目,每项仅需5元,全面减轻患者的经济负担。

咨询及预约专线:0534-5012345
医院地址:德州市德城区黎明街15号(步行街南)