

乳腺癌成威胁女性健康的“头号杀手”

市妇幼保健院关注乳腺健康



近日,乳腺癌又成为广大市民讨论的热点话题,泰安市妇幼保健院(市儿童医院)成人外科李树河提醒大家,近年来我国乳腺癌增长迅速,如有发现早期症状应尽快去医院检查治疗。

“就目前来看,乳腺癌在女性恶性肿瘤中排名第一。”李树河主任介绍,并且乳腺癌的发病率并没有停滞不前,反而以3%-5%的速度递增,我国大中型城市,乳腺癌发病率已高达万分之四以上,上海已近万分之七。

李树河主任说,我国最小的乳腺癌患者年仅4岁,“《2013

年中国肿瘤登记年报》最新发布的数据显示,我国每年乳腺癌新发病例大约达到21万,到2021年,乳腺癌患者预计将达到250万。”李树河主任解释道,男性也有患乳腺癌的风险,男女比例约为1:100。

“当乳房出现异常,如肿块、疼痛、溢液时应及时前往医院检查就诊,以免延误病情。”李树河主任建议,乳腺疾病检查应列入常规体检项目,并且女性朋友应重视体检,上海肿瘤医院《中国乳腺癌现状报告》中显示,在中国只有5.2%的新发乳腺癌是通过定期乳房筛查发现的,而在美国这一比例则

高达60%。

泰安市妇幼保健院(市儿童医院)一直以来关注女性乳腺健康,收到社会各界的广泛好评。李树河主任说,治疗乳腺癌方面,他们一直以重视改善生活质量、提高生活质量为目的。以手术为主要手段,辅助放疗、化疗、内分泌治疗、生物与基因治疗的综合措施效果显著。

泰安市妇幼保健院(市儿童医院)成人外科将继续关注乳腺健康,为更多的女性朋友的健康保驾护航。在治疗乳腺癌方面,专家将合理选择个性化治疗方案,比如保乳术、前哨淋巴结活检、乳房再造等。

“我们将开展外科和影像学相结合的方法,确定乳腺癌最合理的治疗模式,也就是新辅助化疗、合理手术治疗、个体化的全身治疗、临床随访,将最大可耐受治疗转向最小有效治疗。”李树河主任说。

专家简介

李树河:泰安市妇幼保健院(市儿童医院)成人外科主任,山东大学医学院乳腺外科专业硕士研究生,泰安市健康教育巡讲团成员,泰安市肿瘤、普外、胸外专业委员会委员,泰安市抗癌协会理事。

个人特点:妙手仁心,手术细腻精致,工作严谨,把手术与美结合起来。风险评估,脚踏实地,稳中求胜,一步一个脚印。

熟悉其它临床各专业,知识面广泛,大大减少了误诊误治的几率。

擅长普外科尤其是乳腺、甲状腺专业,在外科其它专业(胸外、泌尿、骨外科、美容整形外科)同样有一定的建树。现代外科越来越精细,创伤也越来越小,越来越注重美观。力求以最小的创伤、低廉的花费达到患者满意的恢复,临床疼痛治疗赢得了病人和社会的信赖,



很多患者慕名而来。

曾荣获泰安市劳动模范、泰安市卫生系统两好一满意示范标兵。

足迹遍布泰山区、景区各卫生院及岱岳区、高新区、济南市长清区万德镇的许多卫生所,与其中大部分卫生所建立了良好的关系。并前往城区多个社区做“粉红丝带”运动宣传,在多个社区、乡村做巡回健康讲座。

联系电话:0538-6627839

南丁格尔志愿护理服务总队泰山医学院附属医院分队成立

1月14日上午,中国南丁格尔志愿护理服务总队泰山医学院附属医院分队成立大会在泰山医学院附属医院隆重召开。来自泰山医学院附属医院和泰安地区的志愿者代表300余人参加了大会。

上午九点,会议开始,泰医附院李长勤院长指出中国南丁格尔志愿护理服务总队泰山医学院附属医院分队的成立,将吸引更多护士参与到志愿服务活动中,让具有医学专业知识、有服务社会意愿的护理人员走出医院,走向社会,去帮助更多需要帮助的人。

总队理事长、全国第38届南丁格尔奖章获得者王雅屏肯定了泰医附院近年来开展的志愿服务活动,并提出四点要求,一是继续发展志愿队伍,以南丁格尔为榜样,号召更多的护理工作加入志愿服务队;二是加强志愿者培训,不断提高南丁格尔志愿护理服务水平,树立良好的护理志愿者公益形象;三是提倡志愿服务与本职工作有机结合,合理安排工作和志愿服务的时间,做



到“自愿、无偿、利他”;四是提高服务质量,积极开展志愿服务科研工作,促进志愿服务的可持续发展。

泰山医学院附属医院志愿者宣誓,承诺以南丁格尔为榜样,尽己所能,帮助他人,服务社会;践行红十字人道、博爱、奉献精神,开展护理志愿服务;保护生命、维护健康、传播健康理念,促进社

会和谐进步。泰山医学院附属医院志愿者代表唐欣元作表态发言。

中国南丁格尔志愿护理服务总队成立于2007年7月成立,是全国第一个由护理专业人员组成的志愿者组织。泰山医学院附属医院作为中国南丁格尔志愿护理服务总队第69分队,是泰安市首支中国南丁格尔志愿护理服务分队。今

后,泰山医学院附属医院分队将积极拓展志愿护理服务项目,走进社区、厂矿、学校、敬老院、家庭等场所,开展义诊、健康教育、慢性病护理指导等服务,让护理人员在志愿服务中奉献自我、展现风采,为维护和保障人民群众的身体健康作出不懈努力。(和树芸)

选购老花镜也要先“验配”

人到了一定年龄都会出现老花,看书看报都需要拿远一点才能看清楚。按照一般的规律,40岁时约有100度左右的老花,50岁时约有200度的老花,60岁时约有300度的老花。但每个人都有个体差异,可能本身有近视、远视、散光等屈光问题,同一年龄的人老花度数也不完全相同,且两只眼睛的度数也可能相差很大。所以,老花镜不能随便买,一定要经过验配才准确。

中老年人验配老花镜不需要像儿童那样要求散瞳,但也要30分钟左右。专家解释,仅仅用电脑验光还是不够的,验光师会在电脑验光的基础上,再进行适配调整,特别是有散光的人,一定要调好轴线。调好正确的度数后,验光师一般会要求配戴者试戴15分钟,如果15分钟之后视物没有任何不适,说明这个度数才适合你。还要排除白内障、青光眼以及一些眼底疾病之后,才能验光确定度数。

街边的老花镜往往双眼的度数相同,瞳距固定,但绝大多数中老年人都存在近视、远视或散光等屈光不正的情况,而且双眼屈光程度不同,如果随便买副眼镜,不但无法使视觉达到最佳效果,反而会产生视觉干扰,出现眼痛、头痛、头晕等眼疲劳症状。

就算配了一副度数准确的老花镜,也不意味你就可以一直戴着而不用更换了。专家表示,中老年人随着年龄的增加,老花的程度也会加深。一旦老花镜不合适就得及时更换,否则会给生活带来诸多不便,眼镜度数不够时,更容易出现视疲劳。另外,老花镜使用时间长了,镜片会出现划痕、老化等现象,造成通光量下降,影响镜片的成像质量。

很多人遭遇这样的困扰,本来有近视,现在又出现老花,戴近视镜或老花镜都无法满足看近又看远的需求。

针对这种情况,渐进多焦点眼镜成了很多人的优先选择。专家介绍,常见的传统框架眼镜是单焦单屈光度的眼镜和“双光”的双焦双屈光度的眼镜。而渐进多焦点是指在同一块镜片上可同时拥有看远距离、中等距离及近距离所需的不同屈光度,而且其屈光度是以逐渐变化的方式,从高处的远用度数逐步过渡到低处的近用度数。渐进多焦点眼镜便于那些进入老花状态的中老年人,尤其适合于原有近视、散光等屈光不正、素有戴框架眼镜习惯的人。

要提醒的是,戴渐进多焦点初期,大多数人会有不适的感觉,如出现程度不同的眼胀、头晕,所视物体有漂浮感,看旁边的物体不清晰,变形,下楼梯时感觉不踏实。多数人需要1-2周的适应期,甚至更长。此外,某些眼病患者或慢性病患者也不适宜戴渐进多焦点眼镜,如高血压眩晕、眼肌麻痹、斜视、比较重的白内障、眼底病等都不适宜。因此在考虑配戴前,最好先到医院眼科咨询。

据羊城晚报

雾霾天持续,给呼吸道“加压”

医生:出门戴上口罩,饮食以清淡为主

本报泰安1月18日讯(记者 路伟) 近日,泰安多次遭受“霾”伏,已经发布两次霾黄色预警信号,受恶劣的空气影响,医院里呼吸道疾病患者明显增加。医生称,老人和孩子是最容易受影响的群体,由于雾霾严重,不少年轻人也咳嗽不止。

连日来,泰城多次遭遇雾霾天气,空气质量达到重度污染级别,首要污染物均为PM2.5。受雾霾天气影响,呼吸系统疾病患者明显增多。记者在泰山医学院附属医院门诊楼看到,呼吸科门诊候诊区不少市民前来就

诊。“这几天老是咳嗽,还憋得难受。”61岁的陈先生等待着叫号。在泰安市中心医院呼吸科门诊,同样有很多人是在等候就诊。而在呼吸科病房,一些呼吸系统疾病患者只能“挤”在走廊。

“最近一段时间,特别是这周,呼吸科门诊量增加不少。”泰山医学院附属医院呼吸科主任孟玲说,从来就诊的患者构成来看,患有慢性阻塞性肺炎和哮喘的人比较多。“呼吸道一些疾病无法根治,如果有外在的刺激,很容易引起发病。”

泰安市妇幼保健院(市

儿童医院)马强医生说,现在病床已经全部住满,住院的主要是3岁以下的孩子。“3岁以下的孩子免疫力不强,空气中的颗粒通过呼吸进入体内,容易引发感染。”马强说,除3岁以下孩子,一些年纪比较大的儿童中过敏体质的容易中招。

“与往年相比,今年患呼吸道疾病的病情更加严重,这与雾霾天有一定的关系。”孟玲介绍,以往患呼吸道疾病的主要是老年人和孩子,但是如今呼吸道疾病年轻化趋势越来越明显了。“年轻人忙于工作,不能不出门,所以雾霾天

对年轻人的影响不小。”

据孟玲介绍,雾霾天空气中可吸入颗粒进入体内后易引发感染,从而患病,因此市民出门时尽量戴上口罩。“市面上卖的口罩就可以,有些人买了N95口罩,其实完全没必要,只要能防止可吸入颗粒就行。”另外,雾霾天不要开窗透气,虽然长期关窗空气不好,但是雾霾天空气更糟。“有晨练习惯的市民也出门了,雾霾天出去锻炼会起到相反的效果。”

饮食方面,医生建议市民少吃油腻食物,以清淡为主。