



# “喝点热水暖暖身子,别冻感冒了”

## “把脉基层·健康群众”公益巡诊走进南定镇大旦村,医护人员与患者互送暖意

18日上午,“把脉基层·健康群众”大型公益巡诊第六站来到了南定镇大旦村。义诊即将走到半程,天气一下子转凉,但是山铝医院的医护人员还是早早赶到现场,没有丝毫懈怠。“越是天冷我们越要加把劲,不能让乡亲们等我们。”

本报见习记者 张朕宇

### “每个科室都忙,没有白来一趟”

这次义诊,医院派出了内科、外科、儿科、疼痛理疗科、皮肤科的五位专家,一上午共接诊近百名村民,在冷风中,为大家送去了浓浓的暖意。

每次义诊都是内科的医生最忙,而有几次义诊有些科室的医生空有“为人民服务的心”,却“有劲没处使”。这次义诊,每个医生都没有白来一趟,都用自己的专业知识为患者提供了帮

助。皮肤科的司噪医生给几位患荨麻疹等皮肤炎症的老人做了检查,提出了有效的解决方案。儿科的殷祖华医生接诊了几个厌食、鼻炎、出虚汗的儿童。而外科的王欣医生也接诊了几名患者,并和疼痛理疗科的彭昕医生共同为患者提供了治疗的方案。“此次接诊40多名村民,其中颈椎病占到了半数。”彭昕说。

### “保持好心态,活一年赚一年”

在内科主任赵现成接诊的近百名村民中,大多老人都患有高血压,而一位低血压的老大爷一下子引起了他的注意,患者的高压也才80。据老人自己介绍,今年他已是86岁了。“我前段时间喝硫酸,想死没死成,现在成了活受罪了。”医生不忍问他详细原因,只能是开导老人家好好活着。“我现在吃东西就吐,身上也没力气。”赵现成给老人分析原因,“您的胃黏膜破损相当严重了,很难吸收营养。”赵现成给老人开了

养胃的药,并嘱咐他千万别再想不开了。

而今年已90岁出头的孙女士心态特别好,听说义诊,老人家拄着拐杖也过来了。“我走路离不开拐杖了,耳朵聋,眼睛也花。”“老大娘,您这个岁数已经特别棒了!”医生给老人做了心电图、测血压以后,发现老人的指标都很正常,“老大娘,您这身体实在难得。”“到了我这个年纪,我也知道,活一年就是赚一年,没什么好怕的。”孙奶奶笑呵呵地说。



18日上午,山铝医院义诊走进南定镇大旦村。

本报记者 王鸿哲 摄

### “边看病边抽奖,省时又贴心”

在义诊现场,医护人员也得到了乡亲送来的温暖。

王女士膝盖不好,关节炎让她走路只能迈着小步子。彭昕给她做了一会儿按摩,并送给她一张100元钱的理疗卡,“您拿着这张卡去医院,我免费给您做三次针灸。”王女士家就在义诊点附近,回到家后她又提来两壶热水。

“大家都倒点热水喝,天这么冷,你们别冻着了。”王女士的举动让山铝医院的工作人员都很感动。

义诊现场,由于天气较冷,医护人员提前进行了抽奖活动。不少患者都领到了自己的奖品。

“能看病,还能领到奖品,我们生活在这里很幸福啊!”王女士说。

专家提醒

## 冠心病年轻化 医生提醒控三高

冠心病是冠状动脉性心脏病的简称,近年来已成为国民健康的最大杀手之一。山铝医院的内科主任赵现成主任医师向记者介绍,冠心病分为好几种类型。“有隐匿型、心绞痛型、心肌梗死型、心力衰竭型、猝死型等类型,每种类型都不能忽视,心肌梗死和猝死突发性特别强,它们夺去了很多人的生命。”

据悉,冠心病的主要诱因是冠状动脉粥样硬化。“目前对动脉粥样硬化的原因尚不完全清楚,有遗传、年龄、性别的原因,但更主要的还是三高。高血压、高血糖、高血脂,再加上不良的生活习惯,累积下来患冠心病的概率大大增加。”赵现成还告诉记者,冠心病的患者以前大都是老年人,但现在已呈年轻化趋势。“有些年轻人剧烈活动一段时间以后,就会觉得胸闷、胸痛,这很可能就是冠心病的征兆,不重视是不行的,我建议还是去医院做详细检查为好。”

关于冠心病的预防,赵现成告诉记者,“冠心病跟遗传也有关系,但是我们做好人为的预防,就可以把发病率降到最低。”养成良好的饮食习惯,少盐少糖少油,多做运动增强体质。保持良好的情绪,“不要整天活在巨大的压力之下,为了工作伤身体,完全是得不偿失。”“还有重要的一点,不管是冠心病还是其他的心脑血管的疾病,控制好三高是关键。”

本报见习记者 张朕宇