



# “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。皮肤科的司蝶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病因尚不完全清楚，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，“不要整天生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