

聊城市东昌府区中医院:

# 为心脑血管患者保驾护航



目前,心脑血管疾病已成为导致人类死亡的首要原因。随着冬季的到来,心脑血管病又进入了发病的高峰期。预防心脑血管疾病,关键在于改变不良生活方式和不合理的膳食结构。近日,时逢聊城大集,东昌府区中医院心脑病科主任魏秀娟带领科内人员走上集市对百姓进行心脑血管疾病及糖尿病的健康宣传。

冬季气温逐渐降低,人体新陈代谢缓慢,心脑血管病人

身体受冷空气刺激,血管骤然收缩,易导致血管阻塞,从而诱发心脑血管疾病的发作和复发。魏主任提醒大家注意以下几个方面:1、保持乐观情绪,认真对待疾病,学会尿糖测定,了解病情变化。2、合理的改善饮食,控制糖类摄入量,饮食要多样化,主食以杂粮为主,如米面,豆面,富含纤维食物,膳食中纤维有降低血清胆固醇浓度的作用。每日摄入纤维量35克-45克为宜。具有降脂功能的常见食品还有洋葱、大蒜、香菇、木耳、芹菜等。尽量少吃动物内脏,肥肉,蛋黄及动物油等,减少脂肪及胆固醇的摄入。3、戒烟酒,注意劳逸结合,适当锻炼,如无并发心血管的患者,

适当采取有氧运动。4、降低食盐摄入,国外建议健康成年人食盐日摄入量不超过2.3克,大约是1茶匙;50岁以上人群、高血压、糖尿病患者食盐日摄入量不应超过1.5克。低盐食物包括香草与调味料、低盐调味品等。5、要定期复查血糖,尿糖,在运动时携带含糖食品,有低血糖反应(头昏,出冷汗,饥饿感)时服用。如出现发热,视物不清,心悸,恶心,胸闷等立即就医。6、勤洗澡,多换衣,保持皮肤清洁,防感染,穿软底鞋防局部受压引起糖尿病。7、进补要适宜,我国民间素有冬季进补的习惯,冬季人们运动本来就少,加之大量进补热性食物和滋补

药酒,很容易造成血脂增高,诱发心脑血管疾病,因此,冬季进补一定要根据个人的体质进行。8、心态要平衡,情绪激动是心脑血管病的大忌,冠心病、糖尿病患者尤其要放宽胸怀,不要让情绪起伏太大。避免精神紧张、情绪激动、失眠、过度劳累、生活无规律、焦虑、抑郁,这些因素可使脂代谢紊乱。中老年人不要长期打麻将、下棋,保持心平气和,尽量少生气。9、定期体检,定期做身体检查,监测血压、血脂、血糖浓度。

东昌府区中医院心脑病科是以中西医结合治疗心血管疾病的特色科室,技术力量雄厚,以西医规范化治疗为主,辅以中医特色治疗,注重整体调理

及个体差异,运用中医特色技术,为不同的患者提供最佳的治疗方案。

心脑病科所有医护人员,会以精湛的技术,优质的服务,为心脑血管患者健康保驾护航!如有心脑血管疾病及糖尿病疾病的情况需要咨询,可拨打东昌府区中医院心脑病科十二楼热线电话0635-8425017。



## “感谢中医帮了我”

西医反复治不好的病,中医能治好吗?东昌府区中医院内一科主任王建龙跟我们分享了他的一个诊疗病例,年近九旬的患者臧大娘经过中医治疗恢复了正常生活。

臧大娘今年87岁,有冠心病史,最近因骨折导致顽固性低血压,入住重症监护室,予以升压泵持续给药维持血压,治疗9天,因升压药物减量则血压

下降,难以出离监护室。家属通过亲戚介绍,找到王建龙,希望有更妥善的治疗方式。

老人的孩子认为,臧大娘难以脱离升压泵,随时有离世的危险,因为老人意识清晰,做子女的希望多陪陪老人,尽孝,要求转到普通病房中。王建龙反复跟家属及老人沟通,给予患者人文关怀的原则,遂转入内一科。其后王建龙反复

向病人及家属了解病人的发病情况和治疗情况,发现患者既往曾多次出现低血压反应,一般持续不到2小时,平卧后即可自行恢复。根据本次出现顽固性低血压是在骨折发生后,创伤导致气血损伤是主要病因。王建龙遂给予中药口服以补气,随后逐渐给予泵入的升压药物减量,虽然其中出现两次反复(血压突然下降),最

后还是有惊无险地把升压药物撤下来了。其后巩固治疗近一周,患者脱离危险期并顺利出院了。

“之前也没想到中医能有这么好的功效,王主任采用的办法让我母亲又回到了正常生活。”臧大娘的家属对王建龙十分感激。王建龙说,现在很多人得病后会选择吃药片,输液打针等方式,原因是方便快捷,吃

药“不苦”,但有时候却无法取得理想的效果。其实,中医不仅在治疗上能够针对患者的病情开出个性化处方,而且中药颗粒逐渐普及,有杯子和开水,五分钟就能喝到中药;同时,随着膏方的普及,中药也不意味着“苦”。王建龙建议,如果身体出现不适,多方求医问药却没有效果,可以考虑寻求中医医生的帮助。

壹点问暖>>>

# 金柱大学城A区两栋楼可放心用暖

### 办理缴费卡时会通知,不会收取滞纳金

本报聊城11月21日讯(记者 王成) 20日,壹粉“Burning”通过齐鲁晚报客户端齐鲁壹点情报站反映称,金柱大学城A区27号和28号两个楼的业主不能办理供热缴费卡。

11月20日,记者联系到该壹粉。壹粉表示,虽然目前供暖正常,但是27号和28号两个楼的150多名业主却不能办理缴费卡,因为没有缴费卡所以到现在也没有缴费。“不办卡心里没数,怕以后给咱停了怎么弄。”该壹粉说,他担心会不会影响今后的供暖。

记者就该问题向聊城热电供热公司相关工作人员进行了咨询。工作人员表示,办卡还需要再等等,可以办卡

的时候会有通知。该工作人员还表示,业主目前可以放心用暖,现在他们是先把能供暖的先供上暖,等后期发了卡可交取暖费,不会收取业主的滞纳金。

2018供暖季到来,为了更加直接有效地帮用户解决供暖实际问题,齐鲁晚报·齐鲁壹点问暖活动从8日启动。在“壹点问暖”期间,您可以通过下载齐鲁壹点APP就所遇到的供暖问题直接@各个热企,也可以线上参与供暖话题的讨论。全省26家热企在线回复用户反馈的供暖问题,帮助居民解决供暖实际问题。

与此同时,全省各地300多名记者也同时在线,协调热企为用户服务。市民可以

就关心的供热问题上直接与热企进行咨询,不仅热企会直接给予回复,记者也会陆续为读者协调解决供热难题,全程参与报道。直观了解您的诉求,倾听您的心声,有我们陪伴,让这个冬天不再寒冷。



找记者,上壹点

## 聊城2岁幼童反锁家中 消防队员“梯降”救人



消防人员利用挂钩梯空降救援。

本报聊城11月21日讯(记者 郭庆文 通讯员 马庆斌 宋建洲) 11月20日下午5时许,聊城东昌府区一位年轻妈妈,一时大意将2岁大的幼童反锁家中。情急之下,家长拨打119求助,消防救援人员借助挂钩梯“梯降”入户,救出被困幼童。

接到报警后,当地消防部门紧急赶往现场。消防人员到达现场后了解到:由于家长去接孩子哥哥放学,将其锁在了家里,孩子因为调皮在屋内将门反锁,家长回来后却发现房门无法打开,随即与119联系。孩子在屋内已经被困半小时左右。

由于房门被反锁,钥匙已经无法打开,考虑到破拆房门

可能会吓到孩子,同时造成更大的经济损失,消防人员决定利用挂钩梯空降救援。经消防人员侦查后发现,该住户家住4楼,除客厅安装有防盗窗外,其余房间均可从窗户进入屋内。门内不时传来孩子的哭闹声,情况紧急。

确定施救方案后,救援随即展开,一组救援人员准备救生绳、安全吊带、挂钩梯等救援工具,另一组救援人员联系5楼住户,准备从5楼卫生间“梯降”至4楼进行救助。在得到5楼住户配合后,由一名消防队员做好个人安全防护,沿挂钩梯缓降至4楼,成功打开4楼卫生间窗户,进入屋内将房门打开,将幼童安全交付家长手中。

## 海德公园4号楼供暖问题得到解决

本报聊城11月21日讯(记者 王成) 近日,壹粉“奔跑的蜗牛9127”通过齐鲁壹点情报站反映称,他所在的海德公园小区4号楼暖气在晚上出现停暖情况,希望得到帮助。

11月20日,记者联系到

该壹粉。“它白天正常供暖,我们也不确定晚上什么时间停的。”该壹粉说,家里18日和19日连续两天晚上都出现了停暖的情况。此前他曾就这种情况向热企咨询,热企工作人员回复道,是有用户放水导致的。

随后,记者联系了聊城热电供热公司相关维修人员了解情况。维修人员表示,刚开始供暖可能会不稳定,工作人员进行了积极的处理,暖气循环完一圈后慢慢就没事了。11月21日该壹粉致电记者,表示问题已得到解决。

### 声明

河北新丝路商务服务有限公司聊城分公司由原聊城市柳园南路振华量贩三楼306室搬迁至聊城市东昌府区闸口鲁西科技市场东南独立三层楼新丝路艺术培训机构

### 声明

陈立明龙山西街依中园小区1号楼2单元1楼东户,回迁购房协议原件及房款收据原件遗失,特此声明作废。