



健康生活事业部总监:程和平
新闻热线:13981393110
邮箱:2008hepingy@163.com

珍爱生命健康 远离非法行医



本报(记者 戴余乐 文/图)6月14日上午,市中区卫生和计划生育监督执法大队在乐山中心城区海棠广场开展了医疗安全宣传咨询活动。活动现场,大队执法人员通过现场宣讲的方式,耐心细致地向群众讲解非法行医的危害、怎样辨别“假医生”“黑诊所”等非法行医行为。同时,公布“无证行医”典型案例,以案说法,提醒广大群众通过正规途径前往正规医疗机构就医,发现问题及时举报。现场还悬挂宣传条幅、设立宣传展板,执法人员发放“非法行医”科普宣传资料等,增强群众安全就医和自我防范意识。

健康体检送上门 特困人员有“医”靠

本报(潘虹宇 记者 王倩)近日,乐山美年大健康体检中心联合九三学社乐山市委会组成公益体检爱心团队,前往乐山市社会福利院康复园区开展公益体检活动,帮助院内的特困人员全面了解自身健康状况,让他们足不出户享受到专业的医疗服务。本次公益体检包括B超、心电图、肝肾功能检查、骨密度检测、血糖血脂、血常规、DR等检查。体检前,医务人员详细耐心地询问受检者的基本信息及身体状况,并建立个人专属体检档案,福利院的工作人员和志愿者则引导他们有序排队,逐项参与检查。“平时要多注意饮食习惯,记得有规律地监测血压、血糖指标。”体检过程中,医护人员向福利院工作人员强调了体检的重要性,讲解了常见慢性病的预防、控制措施等健康知识,提醒大家要密切关注身体变化,对疾病做到早发现、早诊断、早治疗。“非常感谢乐山美年大健康体检中心和社会爱心人士对福利院的关心和关爱。”乐山市社会福利院副院长张琴表示,本次公益体检活动让院内医护人员对特困人员的身体健康状况有了更清晰的了解,后续将根据本次检测结果对他们的健康问题有针对性治疗,让老人们的生活更加安心、舒适和健康。

乐山卫生健康系统

圆满完成中高考医疗卫生保障任务

■ 记者 戴余乐 文/图



医护人员坚守在考点外

完善应急预案 做好中高考医疗保障工作

为做好中高考期间医疗救治保障工作,市卫生健康委精心部署安排了中高考驻点医疗保障工作,进一步完善应急预案,全力配合做好中高考医疗保障及应急处置相关工作。记者在市中区卫生健康局了解到,按照“1点1车1医护”(一个考点

一辆救护车一名医生一名护士),市中区定向派驻了由医疗骨干组成的考点医疗救护组,前往乐山城区3个中高考考点,开展医疗保障工作。在各考点配备碘伏、速效救心丸、丹参滴丸、葡萄糖等20余种常用药品,以及血压器、氧气瓶、急救包等医疗救

护器材。同时,开辟了中高考医疗救护绿色通道,做好人员、技术、药品、物资、交通和通信等各项准备,一旦发生意外伤害病事件,快速应对,及时做好医疗救护,全力保障考生、考务人员及考生家长的身体安全。

高标准严要求 卫生监督检查全覆盖

为保障考试顺利进行,给考生提供一个卫生安全的考试、住宿环境,全市各级卫生监督机构统筹联动,以高标准、严要求开展了考前卫生监督检查。期间,乐山全覆盖检查了纳入中

高考考点学校的生活饮用水卫生、传染病防控工作预案、学校环境卫生、学生宿舍卫生情况,检查了校医务室传染病防控相关工作及饮用水设备卫生状况和清洗消毒记录,对餐饮器具消毒、防尘、防鼠、防蚊蝇“三防”、

考场和宿舍及周边环境消杀、公共用品的消毒清洗进行指导。通过中高考考点专项检查,有力促进了涉及考点和公共场所单位落实各项卫生管理制度,消除了卫生安全隐患。

“医”路同行 守护考生身心健康

中高考备考期间压力大,不少考生在考前会有焦虑、失眠、压力大、紧张、担心等负面情绪,为此,乐山市人民医院、市精神卫生中心等医疗机构,开通了线上线下心理咨询服务,为考生提供情绪疏导、心理支持及危机干预等服务。通过医院公众号、网站等发布中高考健康指南,引导考生和家长增强健康意识,做好考试期间呼吸道、肠道等传染病的预防保健以及养

成健康膳食、作息习惯。同时,就中高考考生如何应对“考前焦虑”等给予指导建议,帮助考生保持身心健康、从容应考。

同时,为保障考生考试期间的就医需求,各医疗机构还在中高考期间,为考生开通了优先就诊“绿色通道”,可享受优先分诊、优先挂号、优先接诊、优先缴费检查取药等服务,确保考生能够得到快速、便捷、有效的救治。



6月14日,随着中考最后一门科目的结束铃声响起,一年一度的中高考正式落下帷幕。连日来,为给广大中高考考生提供健康、安全、有序的考试环境,乐山市卫生健康委全面统筹,各部门充分发挥职能作用,做好中高考期间医疗救治、传染病防控、卫生监督等工作,圆满完成了中高考医疗卫生保障任务。

肾癌有哪些症状? 如何预防肾癌?

■ 记者 严俊铭

肾癌,一种容易被忽视,却又常见的泌尿系恶性肿瘤。发病率居中国泌尿生殖系统肿瘤的第3位,仅次于膀胱癌和前列腺癌,且发病率呈逐年上升趋势。对于肾癌这一“沉默的杀手”你了解多少?快来听听乐山市市中区肿瘤医院腹部、血液肿瘤内科主治医师王珊的讲解吧。

什么是肾癌?

肾癌是指来源于肾脏各种恶性肿瘤的统称,也称为肾恶性肿瘤。在成人中,肾癌病理类型包括肾透明细胞癌(占70%以上,最常见)、肾乳头状细胞癌、肾嫌色细胞癌等。而儿童中,最常见肾癌病理类型是肾母细胞瘤。

肾癌的高危因素有哪些?

- 1、遗传因素。遗传性肾癌占全部肾癌的4%左右,常见的类型包括VHL病、BHD综合征,遗传性乳头状肾细胞癌和遗传性平滑肌瘤病肾癌等。
- 2、吸烟。吸烟与多种恶性肿瘤的发病率增高相关,其中就包括肾癌。
- 3、高血压与肥胖。高血压和高体重指数是与肾癌危险性升高相关的独立因素。
- 4、不良饮食习惯。可能诱发肾癌,长期高脂、高蛋白饮食和低植物纤维饮食,会增加肾癌的发生风险。
- 5、药物因素。长期服用解热镇痛类药物,高血压利尿类药物,也可能增加肾癌的发生。
- 6、职业因素。长期接触化学类物质,如印刷油墨、煤炭及石油化工等,也可能增加肾癌的发生。

肾癌有哪些症状?

血尿、腹部包块和腰痛被称为“肾癌三联征”。早期肾癌多数没有临床症状,出现上述症状时往往意味着疾病已进入晚期。“肾癌三联征”的发生原因为:1、血尿,肿瘤侵犯肾盂肾盏出现血尿;2、腹部包块,肿瘤增大在体表可被触及;3、腰痛,肿瘤使包膜张力升高或压迫到周围神经导致腰痛。

如何预防肾癌?

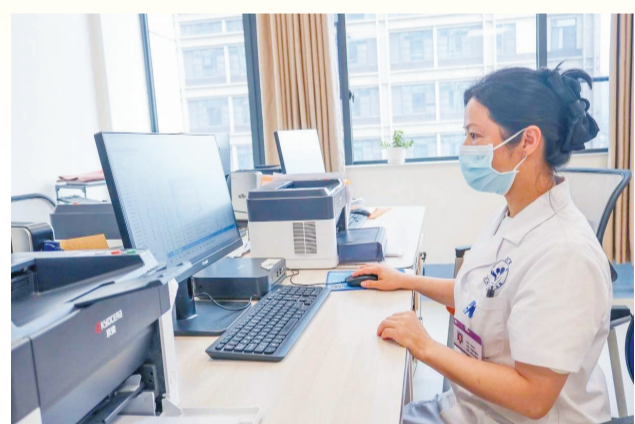
- 1、养成良好的生活习惯,包括饮食均衡、健康作息、适量运动、戒烟限酒等。
- 2、定期体检有助于早期发现肾癌。若发现有肾脏疾病,应积极治疗并定期复查,防止病情恶化。
- 3、有家族遗传史的人群更应加强预防意识,定期进行遗传咨询和筛查。
- 4、肾癌患者在治疗后应定期复诊,预防肿瘤复发。

疾病预防与控制

乐山市疾病预防控制中心 协办

汪华玲 双手托起新生命

■ 记者 戴余乐



工作中的汪华玲

受访者供图

产科是迎接新生命诞生的地方,被称为“生命的摇篮”。作为守护“生门”的人,乐山市妇幼保健院产科副主任汪华玲,带领团队迎接新生命的到来,在全程管理下让孕妈妈安全健康生产。汪华玲已经记不清曾为多少个宝宝的降生“托举”,凭借过硬的专业能力,她赢得了不少准爸爸的赞许。

“用自己的双手迎接一个又一个小生命,真的是发自内心的高兴,这也是我坚守临床26年的力量。”汪华玲多次这样说。

产科和其他科室不一样,一遇急症,往往就是生死大事。随着高龄产妇增多,高危妊娠、瘢痕子宫怀孕的情况也明显增加。之前,一名怀孕34周的二胎产妇出现胎心慢等症状。通过检查,汪华玲确定产妇系胎盘早剥,遂立即开通绿色通道,最终成功挽救了两条生命。

产科是一个特殊的科室,有希望、有欢笑,但更多的是医护人员忙碌穿梭的身影。汪华玲和同事们坚守在产房、手术室,紧张地忙碌着,迎接新生命的到来。

为进一步规范孕期全流程管理,汪华玲在就诊过程中不过放过每一个细节,详细掌握孕妈妈病史、产检情况,用爱心、耐心和细心陪伴着每一个孕产妇。

“作为一名合格的产科医生,除了要保证孕产妇和新生儿的生命安全,孕产妇的心理状态也是不可忽视的重要问题。”汪华玲谈道,部分女性在怀孕期间受孕激素、环境、工作等影响,会出现焦虑或抑郁的情况,如未及时干预或疏导,可能造成严重后果。因此,在每一次就诊过程中,医生都要保持高度负责的状态,详细问诊,了解孕产妇心理健康状态,并提供个性化指导。

“记得有一个孕妈妈,孕期胎儿情况不稳定,加之自身孕期反应特别大,导致情绪焦虑,甚至一度想放弃。”为此,汪华玲从该孕妇产检初期开始,便一直为其

进行心理疏导,根据孕妈妈身体情况提供运动、饮食等建议,缓解其孕期不良反应,帮助孕妈妈平稳度过整个孕期,最终顺利分娩了一健康男婴。

为普及孕产期保健知识,及时掌握孕妈妈健康情况,汪华玲还通过微信,为她们进行健康宣教,帮助孕妈妈做好体重管理。同时,为节省其看病就诊时间,孕妈妈在当天产检结束后,无需在医院等待检验报告,汪华玲会在报告结果出来后,在微信上为孕妈妈们解读,根据情况安排复诊,让孕产妇在家也能方便灵活地进行孕产期咨询。

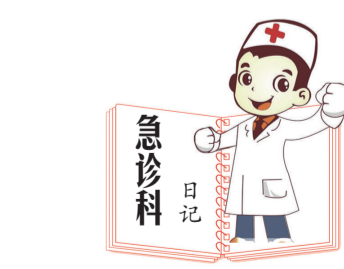
“产科技术的发展,需要一代又一代人不断传承和创新。”作为产科专家,汪华玲总是将自己的所学所思所悟和临床实践相结合,做好“传帮带”,帮助年轻人不断成长。

被蛇咬伤 怎么处置?

■ 2024年6月17日 星期一 乐山市人民医院

随着气温升高,蛇虫类进入活跃期,人们在户外活动时难免与这些动物“狭路相逢”。近期,乐山市人民医院急诊科接到多例被蛇咬伤的患者,该院急诊科主任熊伟表示,户外活动务必注意防蛇,万一被蛇咬伤应科学处置,并尽快赶往医院。不少蛇类都有毒,若应对不当,容易受伤甚至危及生命。如果被蛇咬伤,我们该怎么办呢?

1.第一时间用清水冲洗伤口,拨打120或立刻前往医院。切记:尽量减少活动,乱动容易加速蛇毒扩散。
2.近心端10-15cm绑扎伤口。不要胡乱包扎伤口,包扎错误不仅耽误时间,还可能妨碍后续治疗,甚至可能导致患者远端皮肤缺血坏死。
3.解下身上的配饰。例如,如果被咬的是手指,要第一时间将手上的饰品,如戒指等摘下来,不然等到手指肿胀起来,戒指拿不下来,会很麻烦。
4.尽量记住蛇的基本形态和颜色,特别是蛇体、蛇头,最好能拍下蛇的照片,以便医生判断蛇的品种,进行针对性治疗。



5.注意,民间流传的用嘴吸、用火烤伤口,甚至将伤患部位直接切除等方法都是错误的,一定不要效仿。此外,熊伟提醒广大市民,除了毒蛇,隐翅虫、蜜蜂、红火蚁等昆虫叮咬人体也可造成伤害,重则致命,也需格外留意防范。 记者 钟蔚蔚

快乐献血 自在嘉州

献血咨询电话: 0833-5188116
团体预约电话: 0833-2503103

乐山市公民无偿献血领导小组办公室 乐山市中心血站 广告

乐山健康

乐山市卫生健康委员会
乐山市健康教育协会

广告

乐山日报·健康周刊

技术支持单位

- 乐山市人民医院 急救:2119310 急救:2119328
仁爱济世 精诚行医
- 乐山市中医医院 院办:2441183 急救:2446120
倾心为病人 德技双馨
- 乐山市妇幼保健院 院办:6268111
仁心仁术 呵护生命
- 乐山市精神卫生中心 心理咨询:5868866
仁爱 至善 笃诚 求精
- 乐山老年病专科医院 急救:2150330
敬老·精医·创新·卓越
- 乐山市市中区人民医院 急救:2121999
厚德诚信 精益求精
- 乐山市市中区肿瘤医院 急救:2600241
敬慎 精诚 守正 弥新
- 乐山友谊医院 健康热线:2555120
仁爱·精诚·责任