

走出认知“盲区” 营造孩子健康未来

■本报记者 戴余乐 文/图

新闻回顾:自电影《滚蛋吧!肿瘤君》上映以来,主人公催泪的遭遇便一直被影迷铭记。人们一边钦佩于29岁女子“熊顿”坚持抗癌的乐观精神,一边也不免唏嘘生命在疾病面前的脆弱无助。“肿瘤”,这一名词也再度成为市民和网友讨论的热点。

据了解,肿瘤分为良性肿瘤和恶性肿瘤两大类。而在大多数人看来,最常见的恶性肿瘤主要是妇科肿瘤、食管癌、肺癌、大肠癌等,多见于中老年人。然而,近日,在天津市举行的“中国金丝带公益联盟”成立大会暨“第四届中国癌症患儿家长及互助组织交流会”上,中国抗癌协会专家却表示,随着社会发展,工业污染加重,肿瘤的发病年龄逐渐提前,呈年轻化趋势。其中,儿童肿瘤的发病率更是逐年增高,特别是恶性肿瘤,已成为儿童的第二大死因,仅次于意外伤害。那么,究竟什么是儿童肿瘤,家长应如何在早期发现该病呢?



储存脐带血保障孩子健康

而延误治疗,导致病情恶化。

“之前,我们遇到的一名骨肿瘤患儿就是这种情况。”王俐告诉记者,那个小孩在患病初期,仅表现为小腿骨隐隐作痛,他的父母便误以为是生长发育的正常现象,没有引起重视。之后,患儿小腿骨疼痛加重,局部还出现肿胀,并伴有发热、食欲差、贫血等症状,这时家长才感觉问题严重。再送到医院检查时,便已经是恶性肿瘤晚期。

“因此,时刻关注孩子身体变化,及时发现异常、及时就医,非常重要。”王俐谈道,一般来说,3岁左右以及12岁—14岁是儿童肿瘤的高发期。这时,家长如果发现小孩

不明原因发烧持续一周以上,淋巴结肿大;孩子突然生长变慢或消瘦,精神不好,不哭不闹;给孩子洗澡时发现腹部、四肢有包块等,就应立即到医院检查。“通常情况下,经过合理规范的治疗,大多数肿瘤患儿是可以治愈的。”

储存脐带血 给孩子多一份“保险”

当然,需要家长们注意的是,儿童肿瘤虽多是由不成熟的胚胎组织发展而来,对放疗、化疗特别敏感,比成人肿瘤的治疗效果也要好很多。但是,有一种发病率非常高的

儿童恶性肿瘤,却始终是医学难题,那便是白血病。

据四川省脐带血造血干细胞库(以下简称“四川脐血库”)相关负责人刘脩介绍,白血病俗称“血癌”,是一类起源于造血(淋巴)干细胞的恶性疾病,其主要分为急性和慢性两种。在儿童白血病的发病率中,急性的更常见。

而急性白血病又分为急性淋巴细胞白血病和急性髓细胞白血病。目前,临床上治疗儿童急性淋巴细胞白血病,可通过检验分型,再根据恶性程度制定个体化的治疗方案,经过2年半到3年的规范治疗,其治愈率可达到80%左右,甚至更高;但

是,急性髓细胞白血病单靠化疗存活率却相对较低,其中,一些亚型预后更差。

怎么办?难道这类患儿就没有恢复健康的可能了吗?对此,刘脩认为,造血干细胞移植是目前治疗急性髓细胞白血病的最佳方法之一。

“经临床医学证明,造血干细胞移植可广泛应用于血液系统疾病以及自身免疫疾病。在其它实体瘤的治疗中,如淋巴瘤、生殖细胞瘤、乳腺癌、小细胞肺癌等也具有良好的效果。”刘脩介绍,过去,造血干细胞移植主要是指骨髓移植。而现如今,随着医学的进步,人们发现,在脐带血中也含有丰富的造血干细胞,可用于治疗多种疑难疾病。“因此,我们建议广大备孕或即将生产的准妈妈,将脐带血自存或捐献出来。这不仅能为自己孩子和家人留下一份健康保障,还可为更多血液病患者带去康复的希望。”刘脩说道。

相关链接:

如何预防儿童恶性肿瘤

据王俐介绍,大多数小儿恶性肿瘤属于先天性和胚胎性恶性肿瘤,即父母生育时或母亲怀孕时患有某些疾病,或长期受到某些化学物品、电离辐射、服用某些激素或其他药品所导致。因此,要预防儿童恶性肿瘤,需从“源头”做起。

首先,准妈妈要养成良好生活习惯,不吸烟、不酗酒,不吃霉烂变质的食物。准妈妈在怀孕期间,特别是怀孕前3个月,应尽量避免感染,不乱用抗生素,避免接触放射线。孩子出生后,要合理补充营养,多观察孩子身体情况,一有异常及时就医。

健康工作室主任:程和平 新闻热线:13981393110 邮箱:2008hepingy@163.com

医说

食补加运动 远离骨质疏松



张鹏(右),乐山市第二中医医院骨一科主任、副主任中医师,从事骨伤科临床工作近20年。擅长采用中西医结合的方法,治疗骨伤疾病。

■本报记者 戴余乐 文/图

日前,记者在乐山市第二中医医院(乐山市市中区中医医院)骨一科采访了解到,近年来,因髋部骨折而到该院进行治疗的患者呈逐年上升趋势,其中,主要以老年患者居多。

“前段时间,我上街买菜,一不小心被小石子绊倒。当场,就出现了下肢不能动的情况,到医院一检查,便发现是髋部骨折。”回忆起当时受伤的情况,市民刘婆婆告诉记者,“我摔下去时,手还撑了一下地,理应是手破皮,但没想到,髋部竟然骨折了。”

那么到底为什么老人的骨头容易“受伤”呢?专家解释:

张鹏介绍,由于年龄增长,营养摄入不均衡,女性绝经后雌激素分泌减少等原因,不少老人都患有骨质疏松症。而该病不仅会导致老人周身骨痛、身材变矮、驼背等,还会影响老人骨骼韧性,使其抗撞击的能力变差。一旦遭受轻微外力,就可能发生骨折。因此,只有远离骨质疏松症,老人的晚年才能更“安全”。

可是,怎样才能预防老人骨质疏松呢?

对此,张鹏表示,首先,在饮食上,老人应多食用富含钙质食品,如牛奶、豆制品、虾、海带、木耳、黑芝麻等;戒烟限酒,少吃高糖、高脂、高盐类食物;补钙时应注意不空腹补钙,补钙后多喝水,高钙食品避免与菠菜同吃。

在生活习惯上,适量进行全身运动,以保持正常的性腺功能,加快骨的形成和钙沉积的速度,减少钙的丢失。一般来说,老人运动可以选择跑步、网球、太极拳、门球、跳舞、广播体操等。但需要注意的是,运动项目或运动强度、难度宜小,每天练习后感到稍有疲劳为度,休息后可完全恢复为宜。

“当然,保持心情舒畅,少生气、少思虑,也是预防骨质疏松的关键。”张鹏认为。

市人民医院 荣获省第十六次地方志优秀成果奖

本报讯(记者 戴余乐)记者日前获悉,四川省第十六次地方志优秀成果奖评审工作现已圆满结束。公示审核结果,此次评奖共有220项成果获奖,其中志书类73项、年鉴类101项、旧志整理类10项、其他地情资料类29项、论文类7项。乐山市人民医院整理编纂的《乐山市人民医院志(1894~2010)》,荣获志书类优秀奖。

据了解,为拯救医院文化遗产,让“仁爱济世,精诚行医”的办院宗旨发扬光大,2011年5月,市人民医院便启动了院志编纂工作,并专门成立院志编辑办公室,从机关后勤及临床一线抽调出5名青年职工参与修志。

在克服了时间紧、生手多、不熟悉修志业务等诸多困难后,同年9月,市人民医院完成了院志初稿任务,并按照修志“三审三校”的原则,由各科室及编委会对初稿及二稿进行初审、互审和复审。2012年12月,通过全院各科室的协助配合,市人民医院耗时一年半,终成定稿。

据悉,《乐山市人民医院志(1894~2010)》有8篇、27章、74节,共60余万字,珍贵照片54幅,涵盖和浓缩了医院116年的历史。其中,大部分资料源自1991年“院志”油印版(简称91版),新院志则是在其基础上,着重增加了1991年至2010年的内容,并进行了大量的走访、查证、照片及实物搜集工作。



为进一步增强医院反恐防暴应急处置能力和实战经验,提高医护人员的安全意识,推进平安医院建设,8月19日,解放军42医院邀请夹江县特警大队民警,现场指导全院人员和保安学习面对突发情况的应急技能。图为防暴制暴演练现场。潘用胜摄

市中区临江区 狠抓流动人口管理

本报讯(曹晓群 李正庸)近年来,市中区临江区计生办采取多种举措,狠抓流动人口的人口计生管理,促进了计生工作全面发展。

据了解,为做到工作不留死角,临江区计生办切实加强了网络化管理。首先,在辖区内的租房、隔河等7个村、社区设立一只由计生联络员、协管员组成的网络小组,协助计生干部对社区流动人口登记建档;利用流动人口信息平台,对流动的育龄群众,实行严格管理;加强与相关部门的协作,对已办理居住证但还未建立流动人口信息档案的流动人口及时跟进,形成齐抓共管,综合治理的工作格局。

为全面启动乡村医生健康双签约服务工作以来,五通桥区卫计局充分利用动员会、举办板报墙报、悬挂标语等形式大力宣传相关知识,营造签约服务氛围。截至目前,该区签约户数 and 签约率均得到大幅提升。图为村民与村医进行健康签约。五计摄

广角

为全面启动乡村医生健康双签约服务工作以来,五通桥区卫计局充分利用动员会、举办板报墙报、悬挂标语等形式大力宣传相关知识,营造签约服务氛围。截至目前,该区签约户数 and 签约率均得到大幅提升。图为村民与村医进行健康签约。五计摄



乐山正健医院专家提醒: 定期妇检,女性才能更健康

痛。但由于长期驾车,很多司机都会出现腰椎疾病,罗佳也就没有太在意。只是在空闲时,抽空到住家附近的诊所理疗按摩,效果虽不明显,但也没有进一步恶化。

8月12日,正值轮休的罗佳陪伴朋友到乐山正健医院进行妇科体检,本来不打算为自己检查的她,在朋友的劝说下,也一同参加了妇检。

但检查结果出来后,却让罗佳大为吃惊,“朋友的各项指标全部正常,而自己却患有中度宫颈糜烂。”罗佳无奈地告诉笔者,“我平时很爱干净,也没有什么身体异常,怎么会患上宫颈糜烂呢?”

久坐影响女性宫颈健康

“25岁至45岁的女性,本就是妇科疾病高发人群,再加上职业、生活方式

等问题,更易被疾病‘骚扰’。”田英谈道,特别是从事财务、文员、平面设计、司机等职业的女性,因长期久坐,会导致阴部透气不良、血液循环受阻等,因此,很多人都患有不同程度的宫颈疾病,如宫颈糜烂、宫颈炎、宫颈息肉等。

然而,由于子宫颈上几乎没有痛觉神经,女性在患病初期,就鲜少会出现身体异常。再加上,大部分宫颈疾病的症状多表现为下腹部或腰骶部疼痛,这就容易让女性产生误判,以为是患上腰椎疾病,导致错误治疗。

“因此,当女性出现腰部不适,且白带异常时,就需引起高度重视,及时到医院检查治疗。”田英谈道,目前,乐山正健医院治疗宫颈疾病引进了新一代德国LEEP刀技术。该技术是一种非侵入性治疗方法,能产生强大的能量穿

过软组织而聚焦到宫颈内的病变组织。并且,由于聚焦部位的强大能量堆积,可使蛋白变性、病变组织细胞不可逆性坏死,促进组织重建。

医生提醒——

女性每年至少进行一次妇检

据田英介绍,现在,由于健康意识不足,对疾病的认识不清等,定期进行妇科检查的女性依旧不多,这就直接导致一部分女性有病不自知,患病未及时治等。

因此,为了自己和家人健康,育龄期女性每年至少应进行一次常规妇科检查;有3年以上的性生活史或21岁以上有性生活的妇女,应每年进行一次细胞学检查;性生活后阴道出血、绝经以后

阴道有分泌物,尤其是血性分泌物者应随时检查;65岁以下没有任何症状者的人群,也应该定期常规检查。

那么,哪些妇检项目是每年必做的,其主要是检查女性哪方面问题呢? B超检查:目的主要是检查有无子宫肿瘤、子宫内膜异位、子宫畸形、卵巢肿瘤、盆腔内炎性肿块或脓肿等。是一种无创、无创伤的检查,但需在憋尿情况下进行。

电子阴道镜检查:是目前筛查宫颈疾病较好、较新的检查设备。能准确地及早发现宫颈微小病灶,尤其是宫颈光滑滑者可早期发现癌前病变;能指导选择性的定位活检。

性激素六项:女性出现月经周期紊乱、闭经、生殖道异常出血、妇科相关肿瘤、不孕症等,需要常规检查性激素六项。

相关链接:

克服这些坏习惯 从此远离妇科疾病

一、盲目节食。过度减肥,会影响月经来潮,甚至导致经量稀少或闭经。并且,有些女性,为了爱美而长期服用减肥药、使用美容保健品等,这也容易扰乱体内激素的正常代谢,致使女性更易患上子宫肌瘤。

二、过度清洁。女性的生殖系统有天然的屏障和自洁作用,盲目使用清洗液会破坏阴道内菌群平衡,引起霉菌性阴道炎、细菌性阴道炎等。

三、忽视腰腹疼痛。不是月经期,却出现下腹胀、腰酸腹痛并伴有白带增多,极有可能是盆腔炎、宫颈炎;而突然下腹痛,则需警惕卵巢囊肿蒂扭转、黄体破裂等。

四、不洁性行为。调查资料显示,多个婚外性伴侣比单一固定性伴侣者患宫颈癌的危险高2—3倍。

(小西)

乐山正健医院 微创妇科 咨询电话:0833-3366666 地址:市中区高庙门