



峨边群众“足不出县”做血透

本报讯(记者 方方)“在椒江亲人的帮助下,我们终于能在家门口做血液透析了,不仅减少了体力上的折腾,也节省了不少时间和费用。”近日,由来自浙江省台州市椒江区的社会帮扶资金200万元人民币援建的峨边彝族自治县人民医院肾内科血液透析室正式投用。这让一年多来一直陪伴父亲做血液透析的峨边群众张娟高兴不已。

“大多数病人一周需做2—3次血透,一次大概4—5个小时。以前,我们峨边没有血透室,群众只能到县外去就诊,路上折腾不说,很多人当天不能返回,还得在县外住上一晚,就医成本增加不少。”峨边彝族自治县人民医院院长王方告诉记者,该院肾内科血液透析室开诊当天就有7名群众享受到了“家门口”的医疗服务。

据悉,峨边彝族自治县人民医

院肾内科血液透析室由椒江区援建,市中医医院以紧密型医联体形式给予全面技术帮扶。室内配置有血液透析滤过机2台、血液透析机8台、双级反渗透水处理系统1套及各种抢救设备,可以同时满足10位病人进行血透,也可以针对不同的病人进行个体化血液净化治疗。血透室的投用也填补了该县医疗服务领域又一空白,结束峨边尿毒症患者每周血

透不得不“往外跑”的历史。

此外,在椒江区牵线下,来自浙江的明峰医疗集团向峨边彝族自治县人民医院及峨边彝族自治县中医医院各捐赠了一台32层24排CT和高压注射器、医用显示器

等医用设备,总价值700万元。该套设备投入使用后将在现有CT辅助诊断基础上,更加准确、快速和高效地对检查部位进行断层扫描,为临床医师对疾病的诊疗提供更加可靠的帮助,提升诊断能力。



市人民医院“营养体重管理门诊”11日开诊 私人订制 科学减重

据统计,我国成人超重率为30.1%,肥胖率为11.9%。与10年前相比,成人的体重超重率上升了7.9%,肥胖率上升了4.9%。超重和肥胖已成为全球引起死亡的第六大风险,是不可忽视的健康问题。

为给超重及肥胖人群提供更好、更专业、更有针对性和更方便的医疗服务,11月11日,乐山市人民医院营养科营养体重管理门诊将正式开诊。该门诊将根据检测者的体质特征,一对一为其制定个性化、科学、不节食、安全的健康计划,让检测者保持理想体重。

记者 戴余乐

科学控制 为身体“减负”

“为什么我喝水都会胖?”“最近好像瘦了点,但为什么感觉瘦下来之后频繁感冒生病呢?”……很多人在减肥路上都会有这样那样的烦恼,其实,可能是方法不对。

市人民医院营养咨询门诊主任张艳介绍,减肥是一件关乎人体健康的大事,需要在专业人士指导下以及用专业的方法来完成。多项研究证据表明,科学合理的营养治疗联合运动干预是目前最有效、最安全的基础治疗方法。对于轻、中度肥胖人群,医学营养治疗是有效的治疗方案。

临床上,医学营养减重有着严格的适应症、禁忌症及科学性流程,减重前医生会详细了解减重者的疾病史、饮食史、生活方式等信息,做必要的检测,评估是否有必要减重,是否适合非药物减重方法,又该适合哪一种食物减肥方法。减重过程中还会及时了解患者的饮食适应情况,定期监测体成分及部分生化指标,以保证安全

性、有效性。

医学营养减重采用的减重方法主要着重减少身体脂肪,肌肉丢失极少。不像单纯的低能量减重方法,减重的同时导致肌肉量丢失过多,从而导致患者代谢率下降,继而导致能量消耗降低,一旦恢复均衡饮食就容易出现体重反弹。

个性化方案 助患者健康减重

“我院的体重管理门诊是由专业的营养师团队组成,具有丰富的临床营养实践经验,针对每个患者的身体情况制定个性化的饮食方案和计划。”张艳介绍,在减重的同时,营养师团队还会更多关注患者的血糖、血脂、血压、胰岛素抵抗等各种指标。

同时,营养科体重管理门诊还专门开设了“健康减重营”微信群,群里的学员学着自己每天饮食打卡、晒餐、晒运动,由专业权威的营养师在群里给大家指点解惑,陪伴并督促大家在减肥的道路上坚持下去。

据悉,市人民医院营养科体重管理门诊开诊时间是2020年11月11日,每周三全天。



聚焦全球抗疫新技术

新冠病毒疫苗、智慧无人疫苗接种舱、ECMO(体外膜肺氧合)、高度自动化的核酸检测系统……第三届中国国际进口博览会的各大参展商带来多款位于技术前沿的抗疫“神器”,全球抗疫新技术含金量十足,让人目不暇接。

▲11月8日,在公共卫生防疫专区,GE医疗展示“诺亚”发热门诊解决方案。

▶11月7日,工作人员在松下电器展示展示非酒精类消杀产品“便携式除菌喷雾”。这款产品被称为“小魔棒”的产品生成的除菌成分不含酒精。

新华社记者 李任滋 摄



市中区人民医院口腔科引进锥形CT 让牙科成像更精准

本报讯(记者 戴余乐)为给广大口腔疾病患者提供更高效率的口腔医疗服务,近日,市中区人民医院引进了口腔锥形CT机(CBCT),现已调试安装完毕,即将投入使用。

据了解,口腔锥形CT机可从三维角度对组织情况进行反映,清晰显示患者口腔组织位置关系。可发现口腔X光片照射角度不能

发现的、或者更细微的病变。具有扫描速度快、扫描覆盖面广、无间隙采集容积数据等特点,便于各种方式、各个角度的影像重建,且可以任意地、回顾性重建。

与传统CT相比,口腔锥形CT机射线剂量低,牙齿、颌骨成像更加清晰,能更清楚地显示牙齿根管数目形态,发现变异细小根管、早期根尖炎

症和牙根折裂等传统检查无法确定的病变。同时,准确检测牙槽骨吸收的量,可以在无创的条件下评估牙周病的严重程度,方便医生术前评估。

目前,口腔锥形CT机可应用于种植、正畸等治疗前的诊断分析。同时,还能全面满足牙体牙髓、牙体修复、牙周等各个亚专业的临床诊断需要。

乐山市卫生健康委员会 协办
乐山市健康教育协会 协办

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

供暖季别忘了开窗通风 居家办公环境消毒有讲究

唐子匀

秋冬季是呼吸道传染病的高发季节,在新冠肺炎疫情防控常态化形势下,应继续做好个人防护,防范呼吸道传染病的发生。近日,沈阳市疾病预防控制中心的专家为百姓介绍了供暖季节来临后,居家、办公环境消毒防病的注意要点。

沈阳市疾病预防控制中心消毒科副主任技师贾平鹭提醒,天气寒冷干燥等自然因素、室内活动增加和通风不畅等人为因素,均会增加呼吸道传染病的发病风险。所以日常防护必不可少,如坚持勤洗手、少聚集、常通风、戴口罩、保持一米的社交距离等不可松懈。“在供暖季节,需要格外注意开窗通风,千万别因为怕冷而拒绝开窗。”贾平鹭表示,办公室、家里的空气消毒主要靠开窗通风的方式,每天开窗通风次数应该在2—3次,每次20—30分钟。开窗时注意保暖。户外空气质量较差时,通风换气频次和时间可以适当减少。

疫情期间,不少人养成了使用消毒剂的习惯,居家环境究竟需不需要经常消毒呢?贾平鹭表示:“如果没有跟任何新冠肺炎确诊病例、疑似病例、无症状感染者接触过,如果家中没有从中高风险地区回来的人员,家还是相对安全的环境,就不需要消毒。日常办公、家居环境,常通风、勤洗手、做好清洁就可以,消毒剂不可滥用。”此外,提醒大家:不得在有人的条件下使用化学消毒剂对空气消毒;使用消毒液对儿童的塑料玩具、坐便器等用品消毒之后,一定要反复多次用清水进行冲洗;含氯消毒剂和洁厕灵千万不要混合使用。两种产品混合后会释放大量氯气,会对呼吸道造成伤害。

据《中国科普网》

快乐一点
无限乐山
下载无限乐山APP 掌握乐山最新资讯

乐山日报·健康周刊
技术支持单位

- 乐山市人民医院 医教处: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:2131451
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
- 乐山市市中区人民医院 急救:2121999
厚德诚信 精医创新
- 乐山老年病专科医院 急救:2150330
敬老·精医·创新·卓越
- 乐山市市中区中医医院 急救:2124120
悬壶济世 救死扶伤
- 乐山友谊医院 健康热线:2555120
仁爱·精诚·责任

**创建食品安全城市人人参与
共享健康幸福乐山家家受益**

食品安全保障
食品安全责任重于泰山

乐山日报公益广告