



健康  
维权

电话: 13939525087  
邮箱: Z20021002@163.com

六院在线·庆祝建院七十周年之惠民活动

微创外科

## 将开展“胆囊健康日”活动

编者按:漯河市第六人民医院始建于1946年,前身是武汉铁路局漯河医院,2004年铁路改革后,移交地方政府管理,被命名为漯河市第六人民医院。为庆祝建院70周年,该院将陆续推出一系列健康公益活动,为百姓带来实惠带来健康。该系列惠民活动将陆续在本栏目刊登,敬请关注!

自3月27日(农历二月十九,星期日)开始,市六院将持续开展“胆囊健康日”义诊惠民活动,每月凡是逢“6”或“9”的周六或周日(无论是阳历或者农历),特邀请省著名肝胆微创外科专家、省微创外科学会主委王旺河教授到市六院坐诊和手术。届时,有需求者可来市六院咨询和就诊。活动日内一律免除挂号费和专家诊查费。在正常收费标准的基础上,门诊彩超检查一次减20元、CT检查一次减60元;收住院的病人,微创手术费减30%。

漯河市六院微创外科,是经市卫计委正式命名的“市级医学重点专科”,拥有省内最先进的高清腹腔镜、胆道镜和超声止血刀。手术切口只有“钥匙孔”大小。副院长、微创外科主任、主任医师刘辉,是河南省医学会微创外科专科分会委员,漯河市医学会微创外科专业分

会主任委员,我市微创外科学科带头人,主攻腹腔镜和胸腔镜,有3000多例微创外科手术经验。已成功开展了腹腔镜和胆道镜联合微创保胆取石术、胆管切开取石术,腹腔镜肝胆脾肾切除术,腹腔镜胃癌、结肠癌根治术,胸腔镜肺癌根治术,胸腹腔镜联合食管癌根治术等50多种微创外科手术,填补了漯河市微创外科领域20多项空白,其中10多项技术在豫南领先。

每个人只有一个胆囊,长在肝脏下,有胆囊管与肝外胆管相通,外形像“6”和“9”。胆囊并非可有可无,健康的胆囊具有三个重要功能:储存胆汁、浓缩胆汁和分泌胆汁。

您患有胆囊结石、胆囊息肉、胆囊炎吗?

您想拥有一个健康的胆囊吗?  
您需要了解和接受微创保胆取

石术吗?

您想知道哪些情况适合微创胆囊切除吗?

那么,请来参加“胆囊健康日”活动!

省专家坐诊地点:漯河市六院门诊楼一楼微创外科、肝胆外科门诊

联系人:微创外科主任 刘辉  
联系电话:13803953168

王丹

百姓看得起病的城市二级医院  
漯河市第六人民医院  
相约六院  
健康常伴  
地址:漯河市八一路东段83号  
急诊科:5962087 病人服务中心:5966002

谢志胜口腔门诊部

## 烤瓷牙和种植牙选哪个好

很多人不清楚烤瓷牙的“工作原理”,人工种植牙的出现,就使有了对比性。我们来看看两种牙有什么区别。

烤瓷牙一般先制作金属内冠并以此为支架,在其表面用与自然牙色相似的瓷粉恢复牙外形并在真空烤瓷炉内烤制,使瓷与金属合金熔合形成烤瓷牙冠,然后将牙齿缺失区旁边的两颗牙磨损一定程度后,以它们为桥梁来固定这颗烤瓷牙。虽然这种方法成本比较低但是与牙龈接触的地方容易出现牙龈黑线会影响美观。如

果消毒不好还会造成一系列的口腔疾病。

种植牙是将人工牙根植入牙槽骨内,等到人工牙根与牙槽骨密合比较好后再在人工牙根上制作牙冠。现在,比较先进的种植技术人工牙根,它是用人体骨质相容性很高的纯钛金属制成的,这种种植技术已经成为国际牙齿修复首选的技术。种植牙的牙根会更加稳固,不会露出不美观的金属,使牙齿感觉自然逼真之外,还可以实现即刻

种牙。因为牙冠不会接触牙龈,所以种植牙不但不会损害牙龈,并且更加卫生健康。

谢志胜

牙病专家  
谢志胜  
河南省人工种植牙学组成员  
(漯河市后谢牙防所)  
地址:金山路南段双汇大厦对面

## 预防心脑血管病 警惕隐性血栓

心脑血管病是危害中老年健康的大敌。世界卫生组织对美国等20多个国家65岁以上老人的死因调查结果,死于心脑血管病的人数占总死亡人数的70%以上。在我国60岁以上的老年人群中,每年死于中风和心梗疾病的人数已超过300万,占总死亡人数的55%以上。

心脑血管病的发生,除存在高血压、高血脂、糖尿病、肥胖等人们熟知的易患因素外,临床观察发现,有许多中风和心梗疾病患者在发病前,其血压、血脂、血糖等指标均表现为正常。医学研究表明,急性性心脑血管病患者在发病前,其血液大多数处在高凝状态,即呈现隐性血栓的状态,由此可见,“隐性血栓”是潜伏在中老年人体内最危险的“隐形杀手”,也是血管里的“定时炸弹”。

医生解释,血栓是指血管中流动的血液形成有特殊结构的血块。在心脏血管中形成血栓,将导致心肌梗塞的发生,在脑血管中形成血栓,将导致脑梗塞的发生。在心脑血管病发病前,血栓的形成经历漫长的极其复杂的由量变到质变的物化演变过程。而隐性血栓是导致中风、心梗发作的最直接危险因素。

医生认为,预防心脑血管病的关键在于清除隐性血栓。处于隐性血栓状态的人群,通常可以表现出不同程度的缺血、缺氧症状,比如头痛、头昏、胸前闷、手脚发麻等,更多的人其症状轻微或毫无感觉,甚至到医院心脑血管专科做常规检查指标,包括血脂、血黏、血压、心电图、CT等一切正常,这使许多人产生麻痹思想。中风和心梗这类疾病,往往都是在患者不知不

觉中和自以为心脑血管没问题的情下突然发生的,而一旦等到发病之后再治疗,往往为时已晚。

我国已经进入老年社会,随着人们向高节奏、高强度、高脑力劳动的生活方式和高蛋白、高脂肪、高热量饮食结构的改变,必将会导致称之为“文明病”和“富贵病”的心脑血管病(中风、心梗)普遍上升,且更加趋于年轻化。

医生建议,心脑血管病是能够预防的,前提是对隐性血栓的早发现、早治疗、早预防。中老年人要坚持终身对隐性血栓进行每年不少于两次的定期监测,然后,根据检查结果,作针对性的药物预防治疗,尽早发现隐患,及时消除隐患,从而有效预防和阻止中风、心梗等心脑血管病的发生。

据人民网

## 宝宝三岁前最好别用牙膏

虽然宝宝的牙还没长齐,但为了口腔健康,不少宝妈已经开始给宝宝刷牙了。市场上宝宝的牙膏琳琅满目,还有的声称可以吞咽。事实果真如此吗?多大的宝宝可以开始用牙膏刷牙?

一般来说,3岁前的宝宝不主张用牙膏刷牙,尤其是成人牙膏。为了预防龋齿,大部分成人牙膏中都会添加氟化物,而氟化物不能残留在口中,更不能吞咽,否则会影响健康。3岁前的宝宝控制能力较差,也不能很好地通过漱口来清洁口腔,容易把牙膏残留在牙缝中,或者把漱口水、牙膏吞进肚子里。因此,对不到3岁的宝宝,家长可以用指

套牙刷蘸温开水或淡盐水给宝宝刷牙。3岁后,宝宝一般可以自理,有了一定的控制能力,吞咽功能发育也较完善了,此时可以开始用牙膏刷牙了。不过,必须要选用儿童专用牙膏,挤牙膏时量要少,黄豆大小即可。

给宝宝选牙膏,还有一些事项需要注意:尽量选择无香味牙膏。市面上不少儿童牙膏都带有水果香味,这增加了宝宝吃牙膏的可能性。孩子也不宜使用成人牙膏或含某些特定药物成分的牙膏,否则可能导致口腔菌群发生改变及某些细菌产生耐药性,反而不利于口腔健康。

据人民网

## 吃盐过多会导致哪些疾病

吃盐太多会产生许多健康问题,最常见的就是导致钠潴留引起血压升高。世界卫生组织提出的非传染性疾病预防控制目标中,就包括将食盐摄入量减少30%,以降低罹患高血压的风险。那么吃盐过多都会导致哪些疾病呢?

医生认为,盐吃过多会引起血压升高、胃粘膜损害等问题,对于心衰、肾病、水肿、肝硬化腹水等患者,食盐过多则会加重病情。体内盐分过高时,为了保持血液电解质的平衡,身体里会有更多水进入血液循环,而血管内水液过多则会加重心脏负担,引起心衰患者急性发作。同时,循环系统的水液过多,还会加大心脏泵血阻力,诱导刺激血压升高的内分泌物增多,引发血压升高。

目前,“限盐”的观念似乎已经深入人心,许多人秉持“清淡”的理念,做菜的时候少放盐,甚至不放盐。但是,一味追求饮食清淡,就能拥有健康吗?很多老年人因为血压高,需要低盐饮食,有些人甚至不敢吃盐,饭菜淡得几乎没有味道,时间久了出现头晕、乏力的现象,从早上起床就没有劲儿,甚至嗜睡。经过检查才发现,是得了低钠血症。他们没有想到,这是因为盐吃得少了。严重的低钠血症是很危险的病症,会引起恶心、呕吐、脑水肿昏迷、低血压循环衰竭等问题。如果饮食中一味追求低盐也是不对的。对于不很严重的因摄入钠过少引起的低钠血症,纠正方法也很简单,就是吃一点咸的,如咸菜、酱豆腐,饭菜中再增加一点盐。严重低钠血症患者须到医院及时就诊。总之,日常饮食不能过于清淡,要

保证自己一天的体力消耗才行。

目前医学界的推荐是,普通人每人每天盐摄入量6克,具体情况也要因人而异。医生提醒,除了做菜用的盐,很多调味品里也含有氯化钠,如味精、鸡精、酱油、蚝油、豆豉等调味品里都含有盐分。在做菜的时候,按自己的口味正常使用这些调味品一般来说是没有问题的,不过,有高血压、水肿等有问题的人,还是要适当注意。另外,除了调味品中的盐,平常吃的许多食品里也含有盐分。面包、挂面、功能面等食品,你会觉得它们是主食,不是菜,以为里面没有盐,实际上看配方就知道这里面是含有氯化钠的,而且有的含量还挺高,吃这些食品的时候要看一下配料表。除此之外,很多零食也是含盐的,如瓜子、坚果、饼干、薯片等。

进入春天,除了不要吃得过咸之外,在饮食和生活习惯方面也有许多需要注意。

医生认为,从中医上来讲,春天主风,春天风比较大,而风与肝相关,春天饮食要以养肝为主。肝病是最复杂的,中医认为,“五脏之病肝为繁”。如肝血不足的人,容易出现眼睛干涩、视力模糊、有气无力的现象,女性也更容易在春天出现月经方面的问题。肝阴虚不足的人,容易火旺,肝火上炎,觉得燥热,容易生气和发火。“血虚生风”,阴虚、血虚严重的时候就会出现“生风”的现象,如皮肤瘙痒、嗓子干痒或者头晕目眩,因为“风主动”,所以会有这种忽在忽不在的病症。肝肾不足、肝旺克脾的人,会有腰酸背痛、食欲不佳的情况。

据人民网