健康维权
电话：13939525087
邮箱：Z20021002@163.com

心血管疾病常见治疗误区

心血管疾病在我国发病率极高，然而临床中发现，广大患者对心血管疾病的防治存在认识误区，走出这些误区是有效降低心血管疾病发生率和死亡率的重中之重。

误区一：老年人才得心血管疾病

有些年轻人认为，冠心病和高血压是老年人的专利病。其实不然，就高血压而言，仅在我国6岁～18岁的中小学生中，发病率就已达到8%。因此，对于有高血压家族史的年轻人，应定期测量血压，特别是在30岁以后更应如此，以便及早发现、及时治疗。

冠心病是由冠状动脉粥样硬化导致的心脏病，动脉硬化过程早在青年甚至幼年时期就已经开始。当然，血管只有狭窄到一定程度，或合并急性血栓形成时才会带来明显症状。由于饮食、生活习惯及外界环境等影响，目前我国的冠心病发病年龄明显提前，很多年轻人出现了冠心病心肌梗死，甚至因此死亡。

误区二：运动量越大越好

现代人特别是办公室一族，工作生活紧张，没时间锻炼，偶尔有一点放松时间便跑到健身房狂炼一番，或是一口气爬到山顶，以为这样对身体有好处。殊不知，这样做的危害更大。这类人由于长期工作紧张，体能透支，疾病已悄然而至，一旦激烈运动超出身体承受能力，发生意外的可能性大大增加。其实，运动后有点喘、微微流汗、讲话不累，这样的运动强度才是适当的。若活动后气喘吁吁、大汗淋漓、明显感到疲乏，甚至有头晕目眩等不适症状，就说明运动过量了。

误区三：尽量不吃药

很多冠心病患者平时犯心绞痛的时候，总是先忍着，尽量不吃药，认为经常吃药，以后就无效了。其实不然。心绞痛的急救用药如硝酸甘油等，只有长期吃且每天吃的频率很高的时候，才可能产生耐药性；间断服用，甚至一天吃上三四次，并不会形成耐药性。另外，心绞痛发作时及早服药治疗，减少发生急性心肌梗死的可能性。

据健康网

■简 介

李兰波，市中医院内二科主任，主任中医师，1989年毕业于河南中医学院中医系。2000年被河南省中医药管理局选拔为“112人才”，曾在北京中日友好医院进修，为河南省中西结合心血管学会委员，漯河市心血管学会副主任委员，擅长中西医结合治疗内科杂病，尤其对心血管疾病，糖尿病的诊断、治疗与抢救积累了丰富经验。

3月28日至3月29日，市六院邀请北京大学教授朱恒鑫来院授课，医院领导班子全体成员、中层以上干部、临床和医技科室百余名医护人员参加培训。 **徐艳红 摄**

近日，召陵区万金镇计生办联合镇卫生院扎实开展春季“生殖健康进家庭”优质服务活动，图为计生办工作人员与卫生院妇产科医生为前来咨询的群众讲解，生殖健康、优生优育方面的知识。 **薛书凯 摄**

全市食用农产品市场销售质量安全工作会议召开

落实质量监管办法 确保舌尖上的安全

本报讯（记者 刘 丹）为了贯彻落实食药总局《食用农产品市场销售质量安全监督管理办法》（总局令第20号，以下简称《办法》），3月30日上午，全市食用农产品市场销售质量安全工作会议在市政府二楼会议室召开。市食品药品监督管理局的相关负责人以及我市众多食用农产品批发商代表参加了会议。

会议提出了本次安全监督活动的目标任务，并对具体实施办法进行安排部署，要求在3月30日～6月30日这3个月时间，按照大整治、大规范、大提升的工作思路，集中系统上下力量和资源，以贯彻落实《办法》活动为抓手，对全市食用农产品市场销售质量安全进行一次彻底规范整治，通过整治，推动全市食用农产品市场销售食品安全进入良性运行轨道。

会议指出，针对当前我市食用农产品市场销售质量安全状况不容乐观的现状，刚刚组建的食品药品监管队伍要想在这个新职能、新领域内短时间就把工作迅速推开，要做好以下四点：第一要打好攻坚战。组织食品安全执法监管人员加强学习，做到知法、懂法、用法。针对食用农产品市场开办方、销售经营主体和贮存服务主体进行宣传指导，让他们把履行相关责任义务变成自觉行动，从源头上把好关。第二要打好阵地战。明确监管责任，强化日常监管，严查违法经营，净化市场环境。第三要打好持久战。建立长效监管机制，多方位保证销售环节质量安全。第四要打好协同战。加强各相关部门的协作配合，消除监管漏洞和盲区，确保食用农产品市场销售质量安全监督管理工作落实到位。

舞阳县中医院

开设“孝心基金”

近日，舞阳县中医院在新门诊病房大楼前举办了首届“孝心基金”启动仪式，现场共有员工和父母近300余人参见了启动仪式，共有200多名父母领取了“孝心基金卡”，由于其他原因未到现场的员工父母，医院会将基金卡发放至父母手中。

舞阳县中医院为向全体员工倡导爱老、尊老、敬老的良好风尚，大力弘扬中华民族的良好传统，推进员工道德建设，让每位员工学会感恩社会，感恩父母，树立新时期孝道理念，医院成立了“孝心基金”，凡自愿参加的员工每月和医院按照1∶1的比例共同出资，存入父母的账户，同时，指定专人负责，定期和父母进行沟通，银行卡由父母支配。通过这种方式既表达自己的一份感恩之心、仁孝之意，也敦促自己作为职工不断增强对医院、团队和本职工作的责任意识，最终架起一座在事业和家庭之间的桥梁，增进了解，相互支持。

基金发放仪式现场，舞阳县中医院院长罗越岭代表班子成员做了致辞，感激医院在“爬坡”阶段家人对医院工作的支持，同时强调医院会继续发扬忠孝文化，增强员工的凝聚力，构建和谐的工作氛围，为每一位员工的家庭排忧解难，让医院成为每位员工的另一个家。 **韩 豪**

300元抢价值16000元口腔现金存折，全省限量50本，申领电话：0371—8888 2777

德国标准种牙月启动 口腔现金存折河南首发

近期，河南种植牙市场乱象频生，有的人种牙伤口迟迟不愈合，有的人种植牙严重歪斜，有的人术后不久植体脱落。德国弗莱堡大学访问学者刘院长指出，市面上超低价种牙是种植牙市场大陷阱，极具诱惑力的超低价种牙容易转移人们的关注焦点，超低价植体质量和技术堪忧，易造成牙槽骨不可逆的损伤。4月，植得口腔、《大河报》启动“德国标准种牙月”公益行动，为顾客定制德国标准种牙方案，开辟一条安全无痛舒适种牙绿色通道。

抢约口腔存折爆满，300元抢现金存折机不可失

前台是人，咨询区是人，候诊区还是人，听说植得“德国标准种牙月”启动，而且还有300元抢价值16000元口腔现金存折活动，咨询热线从早到晚响个不停，很多打了电话怕“抢”不到口腔现金存折的市民干脆直接到植得口腔现场报名抢约。“全省才限量50本，要不是早点预约肯定抢不到，抢到了口腔现金存折全家都能用，一下子能省16000元，”现场一位顾客的说法引起了大家的共鸣。

据悉，现场有近一半顾客是冲着300元抢价值16000元的限量版的口腔现金存折来的，另外是看中了植得开展的“德国标准种牙月”活动。据统计，活动刚开始，预约抢限量口腔现金存折的市民已有26位，而口腔现金存折目前仅剩最后24本，想种牙的市民请赶紧拨打电话预约，千万别错过这次千载难逢的机会！

德国标准种牙月，打造德式种植牙样板工程

在“德国标准种牙月”，植得全套德国设备和德国无痛舒适数字化种植术，让种牙十分轻松，3D打印的种植导板能帮你更精准地将种植体植入预定位置，种牙无痛、零伤口、无出血即刻负重。

“德国种植体独特的外表设计和涂层材料兼具硬度和韧性，能在植入数分钟内就开始与牙槽骨的成骨细胞快速结合形成一定的稳定性。”植得高主任说，优质的种植体在术后止痛中也起着很大的作用。很多患者回家后就开始食用简单的食物，如果种植体稳固度不够，会引发剧烈疼痛，还会导致种植体松动、脱落。卓越的德国、瑞士种植体及德国种牙技术，数十年来一直走在全球前列，数千万人使用后给予好评。

德国标准种牙月抢口腔存折，植得种牙省大钱

植得“德国标准种牙月”，顾客300元即可申领价值16000元口腔现金存折，全省名额仅限50名，发完即止。

6类缺牙人适合领口腔存折：1.单颗、多颗牙缺失。2.全口或半口牙缺失。3.牙齿松动。4.活动假牙不适者。5.活动牙修复失败者。6.烤瓷牙失败者。漯河的朋友申领存折可免费乘坐直通车或拨打电话：0371—8888 2777

王 丹

（豫）医广[2015]第12-04-608号