

什么是健康体检

随着生活水平的提高,人们对身体健康越来越重视,很多人都做过体检,那么什么是健康体检呢?体检多久检查才好?带着疑问,记者来到市六院体检科,请科主任马建红为大家解答。

“体检,我们通常说的是健康体检,是为了了解受检者的健康状况、早期发现疾病线索和健康隐患,主要是针对未病、初病或将病的健康或亚健康人群的体检。在这里要说明的是,体检主要做的是筛查健康隐患,做健康评估。”马建红表示,如今体检不仅是身体检查,已经延伸到很多后期的健康管理服务上,体检不等同于诊疗,它更多的是作为身体健康指标信息的收集,用来评定身体的健康情况。

“当然体检根据性别、年龄、职业等划分,体检的项目是不同的。”马建红说,男性主要筛查体脂肪率、血脂、血糖、微量元素、甲状腺、肺功能、B超、骨密度、前列腺、经颅多普勒、肿瘤筛查等;对于女性而言,主要检查妇科、子宫及附件、乳腺检查、B超、骨密度、肿瘤筛查;有性生活的女性30岁以后,建议每年做一次宫颈刮片;对于老年人而言,主要检查骨密度、心电图、B超、X光检查、心血管检查、眼底、动脉硬化

化、血糖、血脂、血流变和肿瘤筛查等。不同职业人群的体检重点也不同,比如教师由于粉尘对肺部和咽喉部的刺激,以及长期站立和不良坐姿对腰椎、颈椎的影响,应着重胸片、耳鼻喉科、腰(颈)椎正侧位片检查;销售人员饮食常常不规律、饮酒量大,易造成消化道疾患,可加做幽门螺旋杆菌、血糖、血流变等检查;伏案工作的办公室一族最应注意的是颈椎和腰椎等。如果有明确的某种疾病的家族史,应增加与之相关的体检项目。

体检多久检查一次好?马建红表示,体检间隔因人而异,要从实际出发,根据自己的年龄、性别、职业、健康状况和家族病史等,全面考虑来做出选择。健康状况良好的青壮年每年1~2次体检。但体质较差,尤其是有高血压、冠心病、糖尿病、精神病和肿瘤等带有遗传倾向疾病家族史的人,至少每年检查一次。中老年人各种疾病的患病率明显增加,因此,检查的间隔时间应缩短至半年左右。特别是步入60岁的老年人,间隔时间应在3~4个月左右,如果有条件,最好每次都能由固定的医生主持检查,以便全面、系统地掌握受检者的健康状况和对受检者进行健康指导。

本报记者 杨 淇

■简介

市六院健康管理(体检)中心,是河南省卫生厅首批准入的具有健康体检资质的医疗单位。中心总面积2000平方米,分为男宾、女宾两个体检区。配备有国内外先进的医学检验设备80余台,拥有设备齐全的流动健康体检车一辆。临床体检技术人员涵盖内、外、妇、儿、肿瘤、影像、超声、检验等20多个专业。体检项目300多项,年体检量3万余人次。体检服务覆盖全市及周边地区200多家企事业单位,还可为受检单位制定健康管理方案,提供一对一健康教育指导及上门体检、健康教育讲座等健康服务。



答疑解惑

漯河市第六人民医院
(漯河市心血管病医院)

地址: 市区八一路东段83号 电话: 0395-5966002

市二院成功完成百岁老人骨折手术

□本报记者 刘彩霞

在市二院3号病房楼14楼骨科病区,一名百岁骨折老人杨奶奶术后两天半,在大家的帮助下尝试下床站立。“慢点儿,让老人在床沿坐稳后再扶着站起来,只要老人没感觉到头晕眼花,尽早下床,让她多站几次。”在骨科主任魏春生的耐心指导和家属协助下,看到老人能够下床站立,全科医护人员都为老人感到高兴。

“这次手术能这么成功,多亏了市二院的魏主任和其他医护人员。要不是他们医术精湛,老人这么大年龄做手术都是个难题。说起来,老人五年前那一次左侧髌关节骨折,也是魏春生主任做的手术。”12月27日,杨奶奶的女儿激动地说。

杨奶奶今年101岁,一周前在家不慎跌倒,导致右髌关节活动受限,入院后发现她不仅有骨折,还合并有带状疱疹。魏春生主任认为,高龄老人髌部骨折治疗就是要尽快让患者能够坐起、能够站起,千方百计力争恢复到

骨折前的状态。患者属于超高龄老人,该院十分重视,由医务科组织骨科、麻醉科、心内科、皮肤科等相关科室进行全院会诊。在与患者家属沟通后,决定为老人实施人工半髌关节置换手术。

由于高龄老人身体机能相对较差、恢复起来慢,高龄对麻醉也是很大的考验,麻醉科主任李恒然、副主任姜春华及科室人员对老人的身体条件进行了多次评估,详细制定手术麻醉方案。经过充分的准备,12月24日下午,骨科主任魏春生、副主任张宏宇及其团队与手术室、麻醉科通力协作成功为老人实施了人工半髌关节置换术,手术非常顺利,关节置换手术只用了25分钟,做到了手术时间短、出血少,把各种风险降低到最小化。整个术中患者神志清醒,术后还对医生连连道谢。术后,老人各项指标正常。

据了解,为101岁超高龄患者实施此类手术,成功突破了该院以往髌关节置换手术的超高龄禁区,为超高龄患者手术治疗带来希望和福音。

健康提醒

感冒硬扛 易患心肌炎

感冒了,有些年轻人想着自己年轻力壮,不休息,不吃药,扛一扛就过去。但要警惕的是,有一种病和感冒有关,它的名字叫心肌炎。如果感冒症状持续两周以上,并伴随出现心悸、气短、胸闷等症状时,要警惕病毒性心肌炎,及时就诊。

专家解释,说得简单一点就是,病毒通过上呼吸道进入血液后,随血液循环进入心

脏,抵抗力差一点的患者就容易中招,引发心肌炎。

心肌炎的发病率较高,只不过它和感冒一样属于自限性疾病,大多数人都能平稳度过。但是,临床上也的确有少数心肌炎患者发病非常迅速,起病后迅速出现心衰、休克甚至猝死的案例,还有些人得了心肌炎后会发生心律失常,心脏随时可能骤停。

早期急性心肌炎一般经过严格的休息、补充营养、药物治疗后大多可以治愈,心肌细胞在3个月的休养后得到恢复,患者可以逐渐恢复活动。若治疗不及时,病毒性心肌炎会迁延不愈,还会转成慢性心肌炎,导致反复心衰和心律失常以及心病等。变成慢性病以后,很多体育运动和日常活动都会受影响。 据《健康报》

第二届魅力老爸老妈风采展

夫妻双双把歌唱

□文/图 本报记者 陶小敏
实习生 王嘉明

余润华、丁德纯夫妇住在市区棉麻小区,熟悉他们的人都知道,这对夫妻经常一起唱歌、跳舞,生活惬意。余润华今年79岁,丁德纯76岁,两人身体的硬朗。12月28日,记者来到老人家中,他们正在排练新歌,余润华弹奏电子琴,丁德纯伴唱,和谐美好。

余润华和丁德纯是我市一红歌团的明星演员,不少居民尤其是老年人对他们很熟悉,他们表演的《老两口学毛选》《夫妻识字》等说唱类小品节目,收获了一大批粉丝。丁德纯告诉记者,看到大家喜欢自己的表演,觉得做的事情很有意义,特别开心。

据了解,余润华退休前是



一名电气工程师,他和丁德纯是我市一红歌团里年龄最大的成员。“唱歌不分年龄,我们学过的歌现在有厚厚一本。”余润华向记者展示自己的红歌本。翻开细看,本子里是一首首手抄版的带有乐谱的红歌,字体工整娟秀。“这是他特意

用大点的字抄的,怕我看不清楚。”丁德纯说,本子里的每一首歌他们都喜欢唱,唱歌时心情很愉悦。

“孩子们很孝顺,俺俩一块学唱歌,一块去表演,一块出去旅游。”说起老年生活,两人都表示很幸福、很满意。

健康知识

当心脂肪肝的六大“元凶”

正常情况下,肝脏内脂肪只占肝脏重量的3%~5%,如果肝脏内脂肪的重量超过5%,即为脂肪肝,严重者脂肪含量可高达50%。脂肪肝的脂类主要是甘油三酯。造成脂肪肝的原因有:

- 1.酒精。这是最主要的原因。长期过量饮酒以及缺乏蛋白质,或食物中缺乏核黄素、泛酸、烟酸,会损害肝功能,受损的肝脏对脂肪酸的代谢发生障碍,导致脂肪在肝内堆积过多。75%~90%的慢性嗜酒者有脂肪肝,而20%~30%的酒精性脂肪肝最终将发展为肝硬化甚至肝癌。
- 2.营养过度。长期吃大鱼大肉、油炸食品以及甜食,会使肝脏的脂肪合成过多。当食物中脂肪含量过高时,超过了肝脏处理的限度,干扰了对脂肪的代谢,脂肪就会在肝内堆积,形成脂肪肝。
- 3.肥胖。约一半的肥胖者

有合并脂肪肝的倾向,其主要原因是肥胖者血液中含有大量游离脂肪酸,源源不断地运往肝脏,超过了肝脏的代谢能力,引起肝脏脂肪堆积而造成肥胖性脂肪肝。

- 4.糖尿病。约半数2型糖尿病患者伴有脂肪肝,这是因为糖尿病患者体内的葡萄糖和脂肪酸不能被很好地利用,脂蛋白合成也出现障碍,大多数葡萄糖和脂肪酸在肝脏内转变成脂肪,最终使脂肪在肝脏堆积下来,引发脂肪肝。
- 5.高脂血症。当血液中脂类过多,超过了肝脏所能承受的限度,便会造成脂肪在肝脏内的堆积,引起脂肪肝。
- 6.营养不良。这可能是最难理解的,由于长期营养不良,缺乏蛋白质,导致极低密度脂蛋白合成减少,造成肝转运甘油三酯发生障碍,使脂肪在肝内堆积。

晚综



LUOHE 啄木鸟牙科

漯河啄木鸟口腔门诊部

电话: **2690120** (漯) 医广【2019】第01-23-003号

地址: 市区人民东路479号(人民路与解放路交叉口西行50米路北)