

医院动态

市人民医院举办心脏病健康知识讲座

每周四下午开讲，你也来听听吧

本报讯（记者孙阎河）为了进一步宣传心血管疾病的防治知识，近日，市人民医院心血管内科三区在心脏康复病房宣教室，举办了第一期心脏病防治健康讲座，受到了广大患者和家属的好评。

心血管病已成为影响我国居民健康的头号杀手，其中，冠心病，是冠状动脉粥样硬化性心脏病的简称，是指冠状动脉粥样硬化使血管腔狭窄或阻塞，或因冠状动脉功能性改变(痉挛)导致心肌缺血、缺氧或坏死而引起的心脏病，统称为冠状动脉性心脏病，亦称缺血性心脏病。近年来，我国冠心病发病呈年轻化趋势，尤其是中青年男性的发病率上升最明显。所以，预防和治理冠心病就成为当前的头号难题。特别是许多人对怎样才能预防冠心病，确诊冠心病后怎样控制其发展等方面不甚了解，这就增添了冠心病的治疗难度。

为了更好地服务患者，普及冠心病知识，市人民医院心内科三区主任郑海军通过临床观察和借鉴外地经验，决定将心内科三区逐步打造成专业的心脏康复病房，并定期举办健康讲座，让患者及家属了解如何去预防动脉粥样硬化的发生，冠心病患者如何合理膳食、如何进行适当的体力劳动和体育活动、如何合理安排工作时间，并积极倡导不吸烟，不饮烈性酒的生活方式以及如何控制高血压病、糖尿病、高脂血症、肥胖症等危险因素。

在本期讲座中，心内科三区专门安排科室副主任李爱琴担任主讲，吸引了众多患者和家属前来听讲。讲座上，李爱琴用浅显易懂的语言，从不同层面介绍了心血管疾病特别是冠心病的危害和预防等内容。

郑海军表示，为加大心脏病防治知识的普及力度，今后，市人民医院心内科三区将于每周四下午4时在心脏康复病房宣教室举办心脏病健康知识讲座，就大家关心的冠心病、高血压病、心衰、心律失常等内容进行讲解，欢迎广大群众前来听讲、咨询。

焦煤中央医院成功举办

我市第二届泌尿外科新技术研讨会

本报讯（记者朱传胜）昨日下午，焦煤中央医院住院大楼多功能会议厅里座无虚席，焦作市第二届泌尿外科新技术研讨会正在这里召开，吸引了我市各级医疗机构近百名泌尿外科医护人员参加。此次会议瞄准在泌尿外科领域的国际前沿技术，以“泌尿系结石治疗的新技术”为主题，集中探讨泌尿结石和尿动力两大方面的最新进展，同时邀请省内知名专家作专题学术讲座，并以手术直播的形式对新技术进行演示。

《如何提高输尿管软镜患者



经过近两年时间的精心筹备，7月25日，焦煤中央医院内镜中心正式投入使用。图为该中心工作人员在接受患者的咨询。

本报记者 朱传胜 摄

前沿医讯

中山大学科学家团队发现新的鼻咽癌易感基因

新华社广州7月27日电（记者肖思思）中山大学肿瘤防治中心曾益新院士和贝锦新教授研究团队联合北京医院、北京蛋白质组研究中心、中山大学附属第一医院、新加坡基因组研究中心和新加坡国立大学等机构的科学家，完成了一项鼻咽癌遗传学研究，发现了两个新的鼻咽癌易感基因。

鼻咽癌是多发于鼻咽部的恶性肿瘤。临床研究表明，早期患者总体疗效好，5年生存率达90%；而绝大部分患者就诊时处于晚期，疗效差，5年生存率约为50%。因此，高危人群筛选和早期诊断是鼻咽癌防治的关键环节。寻找鼻咽癌致病因素是开展发病预测、筛选高危人群和实现早期诊断的重要基础。

该项研究主要完成人之一贝锦新介绍，曾益新院士多年来牵头建立的鼻咽癌样本资源和基因数据库，是这项鼻咽癌遗传学研究顺利完成的重要基础。在此项研究中，国内外研究者利用个体基因组中单核苷酸多态性信息，通过增加样本量和统计学效能，并验证更多的候选基因，发现了

两个新的鼻咽癌易感SNP位点rs401681和rs6498114。研究团队介绍，这项研究成果进一步揭示了鼻咽癌的发病机制。

生物信息学分析发现，rs401681和rs6498114分别与所在区域基因转录表达水平相关，提示其可能是功能性变异。个体在这些易感基因位点的序列差异，可能影响其端粒酶活性、免疫系统调节作用，最终导致鼻咽癌发病风险差异。EB病毒编码基因与这些易感基因的功能联系，再次提示鼻咽癌发生过程中EB病毒的重要性。

贝锦新介绍，随着更多鼻咽癌遗传易感基因的确定，联合其他相关危险因素，科学家们将能够不断改进鼻咽癌发病风险预测模型，并在临床试验中进行优化，最终获得精准、易用、高效益的鼻咽癌发病预测芯片产品，开展鼻咽癌高危人群筛查，并进行科学的健康管理和针对性的预防，最终减少鼻咽癌的危害。

市医学会普通外科专业委员会第四次代表大会暨学术年会召开

本报讯（记者孙阎河）日前，市医学会普通外科专业委员会第四次代表大会暨学术年会召开，来自我市各级医疗机构的100余名普外科医生参加了会议。

普外科是以手术为主要方法，治疗肝脏、胆道、胰腺、胃肠、肛肠、血管疾病、甲状腺及外伤等其他疾病的临床学科，是外科系统中最大的专科，在临床学科中占有非常重要的地位，有的医院甚至

将普外科分为颈乳科、胃肠外科、肝胆胰脾外科等。此外，肛肠科、烧伤整形科、血管外科、小儿外科、移植外科、营养科等都与普外科有着密切的关联。

会议在进行了相应的选举程序后，市人民医院普外一区主任赵永继续担任市医学会普通外科专业委员会主任委员，普外二区主任赵延兵、普外一区副主任李继东分别担任副主任委员。

会上，赵永回顾了我市近年来普外科的发展情况，并倡导全市普外科医生努力学习新理念、新技术，开展新业务，积极推动普外科事业发展，为全市人民健康保驾护航。

在随后召开的学术年会上，省医学会普通外科专业委员会副主任委员、省人民医院普外科主任、博士生导师孙培春教授向与会人员介绍了腹腔镜胃癌根治术的体

会；省肿瘤医院普外科主任、博士生导师韩广森教授介绍了解剖学在腹腔腔肿瘤手术中的应用体会；郑大一附院甲状腺外科主任、博士生导师卢秀波教授讲解了分化型甲状腺癌的治疗进展。

参会人员纷纷表示，此次会议内容丰富，课时安排合理，学术讲座涉及了普外科各个领域，为全市普外科医生提供了一场异彩纷呈的学术盛宴。

本期关注

老年人持续腹痛要警惕食管裂孔疝

——访焦煤中央医院微创胸部外科主任周海波

本报记者 朱传胜

连续两个月腹痛，偶尔还会出现烧心、返酸等症状，89岁的李老太原本以为自己只是得了胃病，谁知道病情越来越重，完全不能吃东西，一吃就吐。前不久，她来到焦煤中央医院检查后发现，自己的半个胃竟然从腹腔“跑”到了胸腔，和心、肺抢起了“地盘”。据该院医生介绍，这种病叫作食管裂孔疝。随后，该院微创胸部外科医生首次利用全腔镜技术给李老太做了手术，把“跑”到胸腔的胃重新拉回腹腔。

“分隔人体胸腔和腹腔的膈肌上有几个孔洞，叫食管裂孔。食管由胸腔进入腹腔，正常情况与这个孔洞的口径相匹配。但住住会有一些原因如慢性长期咳嗽、便秘等，导致食管裂孔在腹腔压力不断增大的情况下被撑大，使部分胃甚至整个胃，由腹腔穿过食

管裂孔，进入胸腔。”该院微创胸部外科主任周海波接受采访时说，“这种病常见于老年人，尤其以75岁以上的老年人居多。”

“严重的食管裂孔疝，单靠靠保守治疗是解决不了问题的，必须进行手术。”周海波介绍，“但是，为高龄患者做手术存在很大的风险。这位患者不仅年龄大，且体态肥胖，还有冠心病、支气管扩张、双肾积水病史。为此，我们在为患者进行了全面的手术风险评估，并制订了周密的手术方案后，成功地为患者实施了全腔镜下食管裂孔修补术。”

“我们只要在患者腹部切开几个小口，就完成了原来需要开腹或开胸才能完成的手术。因此，这种技术具有创伤小、修补效果好、术后恢复快、并发症少等优势。”周海波说。

周海波表示，食管裂孔疝症状多样，会出现不同部位、不同性质的疼痛。同一患者在不同时间疼痛部位和

性质均可有变化。当得到多种不同诊断时，患者就更不明白自己到底得了什么病。比如，一些患者还可能出现胸骨下端疼痛、胸闷等症状，多于夜间发作，有时酷似心绞痛，故极易与冠心病混淆。因此，当患者出现胸痛、胸闷等症状，在排除了心脏疾病后，一定要警惕有无食管裂孔疝的可能。

据周海波提醒，在生活中如果出现以下症状，就要怀疑自己是否得了食管裂孔疝：引发胸、背、腹部不同部位的疼痛；嗝气、反酸、烧心，严重者胸部正中痛感更明显，进食后出现呕吐，少数严重患者可并发吐血或解黑便；反复肺部感染或哮喘发作，慢性支气管炎和支气管哮喘者易引发食管裂孔疝，而后者又因胃食管反流物吸入到肺内诱发哮喘或肺部感染。因此，有慢性肺部疾病者要关注有无胃食管反流。

五院专家谈脑卒中

启动筛查防治工程
预防脑卒中发生

第二十七讲

脑卒中 预防比治疗更重要



黄华 焦作市第五人民医院脑卒中防治项目负责人，内四科主任、主任医师，中华医学会焦作分会神经内科专业委员会委员，擅长脑血管的早期血管内溶栓、脑昏迷等危重症病的救治。

最新数据显示，我国居民每年因脑卒中死亡人数约200万，而脑卒中复发率高、致死率高，加之近年来该病呈年轻化趋势，使得我国的脑卒中防控形势严峻。市第五人民医院脑卒中防治项目负责人黄华介绍，在近日举行的2016中国脑卒中大会暨第六届全国心脑血管病论坛上，与会专家强调，目前我国确诊的慢性病患者约2.6亿人，脑血管病被列为第一致死病因，并且我国脑卒中的发病率正以每年8.7%的速度上升。同时，不良的生活方式和生活习惯，使其呈年轻化趋势。

因此，提前预防脑卒中及发病后正确的紧急救治方式，对生命安全、患者康复、术后生活和生命质量都能起到关键作用。

良好生活习惯可预防脑卒中

黄华说，卒中又称中风，脑卒中是一组以脑组织缺血及出血性损伤症状为主要临床表现的急性脑血管疾病。据专家介绍，脑卒中分为缺血性和出血性两种，其中缺血性脑卒中占到脑卒中的70%~80%。缺血性脑卒中也叫脑梗塞，是指由于脑供血动脉（颈动脉和椎动脉）狭窄或闭塞，致使脑部供血不足导致的脑组织坏死。

黄华表示，治疗缺血性脑卒中的方法在不断进步，其中基础药物溶栓及机械取栓是目前最好的治疗方式，第三代支架型取栓器械可以很好地疏通血管、拉取栓子，并

有效降低血管远端的血栓形成率。

调查表明，对于急性缺血性脑卒中患者，机械取栓结合常规治疗，能显著改善患者的功能结局，与单纯常规治疗相比，接受机械取栓的患者达到良好功能结局的概率可增加45%，达到最佳功能结局的概率可增加67%。黄华强调，由于脑卒中具有发病急、病情重、变化快等特点，可在短时间内造成神经功能缺损，神经细胞坏死，使病情加重，甚至危及生命。因此，发病6小时内是脑卒中患者的黄金救治时间。

“脑卒中的预防主要靠良好的生活习惯和基础疾病的预防。公众对脑卒中的认知度提升，将有助于预防工作的开展。”黄华说。

出现症状千万别一忍了之

黄华强调，脑卒中早期症状不明显，少数人可表现为肢体麻木、失语、视力下降、黑蒙或复视等，大多数人的症状表现为一种，公众对此反应就是不重视或忍一忍。殊不知，出现以上任何一个症状，患者都应该马上去医院就诊，一旦延误了最佳治疗时机或未接受正规治疗，将会给患者带来无可挽回的后果，轻者致残或瘫痪，重者危及生命。黄华说，脑卒中病人如果得到及时、规范的治疗，其结果大多比较理想。

加强二级预防可降低复发率

对于患者来说，二次复发带来的必然是更高的致残和致死风险，对于家庭和社会来说，则是巨大的经济负担。数据显示，美国缺血性脑卒中一年内复发率约为3%~4%，这一数据在我国竟高达17.7%。患者再次发生脑卒中后，会导致已受损的神经功能障碍加重、致残，使死亡率明显增加。因此，脑卒中的二级预防，对于降低复发率、致残率和死亡率至关重要。

为构建并完善脑卒中高危人群筛查和防治体系，推动脑卒中二级预防工作，国家卫计委脑卒中防治工程委员会办公室、中国老年保健医学研究会，于2015年11月在全国启动了“从规范到实践：脑卒中二级预防诊疗优化项目”。项目开展至今，已覆盖全国25个省市、57个城市、100家医疗卫生机构，共筛查卒中患者逾3万例。 王龙卿

焦作市第五人民医院（原焦作公费医院）中美脑卒中协作组筛查与防治基地医院

身边提示

关节最爱这些营养

人的关节里面存在着一种起“润滑剂”作用的关节营养液，能防止骨头之间的摩擦。随着年龄的增长，人体消化吸收能力减弱，骨关节获得的营养越来越少，制造营养的能力也在减退，关节所需的特定营养减少了，慢慢地就会“罢工”。人体关节滑液每天需要补充充足的钙、胶原蛋白、氨基葡萄糖和抗氧化剂，来维持关节内环境的稳定。其中，钙是骨基质重要的营养素，胶原蛋白和氨基葡萄糖都是关节软骨的必需组成成分。

因此，平时应多摄取含有丰富钙质、胶原蛋白及氨基葡萄糖的食物以及不饱和脂肪酸的海鲜，可帮助保养关节与预防关节炎的发生。比如，多摄入牛奶、豆制品、虾皮、木耳、猪骨汤、鸡骨汤等食物可以补充钙质；骨胶原蛋白存在于动物软骨中，如蹄筋、肉皮类；氨基葡萄糖主要存在于贝壳或螃蟹壳中；抗氧化剂可以选择维生素C、维生素E、葡萄籽提取物等，如生姜、猕猴桃、葡萄。

时 报

在日常生活中，很多中老年人认为掉牙是正常的生理现象而没有及时修复，等到想要修复的时候却被告知需要植骨才能种牙。对此，焦作植是道口腔的负责人刘怀保指出，出现牙齿缺失后，会在牙列中间留下空隙，如果不及及时填补，会造成牙槽骨大量流失。长期缺牙的人因为牙槽骨萎缩严重而不得不通过植骨的方式来补充骨量，然后进行牙齿修复，这无疑给自身带来极大不便和危害。

刘怀保介绍，天然牙通过牙根将咀嚼力传递至牙槽骨，刺激牙槽骨的生长。缺牙后因为失去了咀嚼刺激，牙槽骨易出现流失。一般来说，缺牙时间越久，牙槽骨流失就越严重，因此很多长期缺牙及佩戴活动假牙的人牙槽骨萎缩都较为严重。而种植牙将人工牙根深植于牙槽骨中，和天然牙一样通过牙根将咀嚼力传至牙槽骨，防止骨质流失。所以，牙齿缺失后及时种植有利于保护患者自身健康。

那么，牙齿缺失后何时进行种植修复比较好呢？刘怀保认为，一般来说，牙齿缺失后三个月内是种牙的黄金期，此时牙槽骨条件较好，进行种植修复有利于骨结合。临床上，有不少牙齿缺失患者因为怕疼而迟迟不敢种牙，其实，当前先进的微创种植方法不仅降低了种植修复给牙槽骨带来的创伤，而且全程几乎无痛感，让缺牙者在舒适无痛的环境中完成牙齿修复。

有部分人认为，种植牙在冬天较为合适。因为，冬季天气寒冷干燥，在一定程度上抑制了细菌的正常繁殖，不像夏天湿热的环境容易引发感染，为患者术后伤口顺利愈合提供了保证。

那么，牙缺失患者是不是非要等到冬天才能进行牙齿修复呢？刘怀保认为，其实不然，部分人尤其是老年人身体虚弱，而冬季气温下降，如果牙齿不好影响进食，食物种类和营养摄入量不足会导致体质下降，一旦体质下降抗病能力就会减弱，病菌便会乘虚而入引发各种疾病，所以一旦牙缺失一定要及早治疗。

由于考虑到老年人体质耐受度差，有心脏病、糖尿病等慢性病的牙缺失老年人可以考虑中医辅助种植牙技术，缺牙时间长的人可以选择即刻种植技术。

最后，刘怀保提醒，种植牙手术是一种植入性手术，决不能大意，临床发现因做种植牙手术而导致感染或由于手术不到位而需要重新做手术的不在少数。因此，患者应到专业机构进行牙齿种植修复，这样术后效果才有保障。 ⑨

高永强