

市人民医院两个党支部联合开展义诊活动

本报讯（记者孙阎河）七一日前夕，市人民医院医技党支部联合门诊党支部，到市福利院开展义诊活动，在炎炎夏日为老人送去健康。

到达福利院后，市人民医院医技党支部和门诊党支部的20多名党员分别和老人交谈，详细询问老人的身体情况，解答他们提出的健康问题，并根据每位老人的身体状况，制订合理化健康保健方案。同时，该院医技党支部的党员携带自己配制的试剂、检查用具，在党支部书记何全利的带领下，对福利院进行寄生虫病筛查、慢性病筛查。之后，在相邻的河南省第二慈善医院检验科开展“饱和生理盐水集卵试验”，对送检的标本进行详细检查。检查过程中，何全利还结合标本实际，对河南省第二慈善医院检验科的工作人员进行了现场培训，详细讲解了寄生虫标本的检查方法、注意事项，对常见的寄生虫卵特点和检查要点作了进一步说明。

活动结束后，大家纷纷表示，在今后的工作中要发挥党员的先锋模范作用，转变作风、树立形象、服务大局，更好地为患者服务。



6月29日,河南理工大学第二附属医院10余名医护人员携带药品和设备,与焦作物资集团公司扶贫工作队到修武县周庄镇曹村进行义诊,受到村民的欢迎。本报记者 王龙卿 摄

身边提示

不同人群怎么补碘

碘是合成甲状腺激素必不可少的重要原料，它可促进生长发育、调节新陈代谢等。当前，我国居民中一般人群整体处于碘营养适宜的状态，但特需人群还面临碘营养缺乏的风险。若碘摄入不足可引起碘缺乏病，轻度会引起地方性甲状腺肿（俗称“大脖子”）；严重的会导致亚临床克汀病、克汀病的发生，对儿童、妊娠期妇女等都会有不同程度的伤害。为贯彻落实“因地制宜，分类指导、科学补碘”的策略，国家卫生健康委员会疾病预防控制中心委托中华医学会地方病学分会、中国营养学会和中华医学会内分泌学会制定了《中国居民补碘指南》，用以科学指导碘摄入。

对于一般人群，除了居住在水源性高碘地区的居民不需食用加碘盐外，其他居民都应食用加碘盐以满足每日碘需求。妊娠期妇女、哺乳期妇女、婴幼儿等是碘的特需人群。妊娠缺碘导致的甲状腺激素合成不足会引起早产、流产及死胎发生率增加，还会严重损害胎儿脑和神经系统发育。孕期碘的推荐摄入量应从孕时的120微克/天增加到230微克/天，哺乳期要达到240微克/天。因此，妊娠期和哺乳期妇女应食用加碘盐及含碘丰富的海产品，如海带、紫菜等。母乳喂养的婴幼儿，当母亲碘摄入充足时，能满足0~6月龄婴儿的需要；非母乳喂养的婴儿的奶粉中必须加碘（保证每100千焦中含碘2.5~14微克）；7~12月龄婴儿可以从辅食中获得部分碘；13~24月龄幼儿可摄入少量加碘食盐。儿童和青少年时期应食用加碘食盐。

碘过量所致甲减、甲亢患者应该尽可能忌用富碘食物和药物；自身免疫甲状腺炎患者适当限碘，可以食用加碘盐，但适当限制海带、紫菜、海苔等富碘食物的摄入；若是甲状腺全部切除或完全破坏所致甲减，食用加碘盐或未加碘盐均可；若甲状腺腺叶切除或甲状腺组织尚有残留、碘缺乏所致甲减患者，可正常使用。

需要提醒的是，妊娠期患有甲状腺疾病的妇女也要摄取足够的碘，食用加碘盐即可。此外，对于自身免疫甲状腺炎和甲减的妊娠期妇女，还要定期监测甲状腺功能，及时调整左甲状腺素剂量。

（据《生命时报》）

焦作市地方金融监督管理局关于焦作市小额贷款公司2017年度年审拟通过名单的公示

根据《河南省小额贷款公司年审办法》（豫政金[2015]141号）等规定，经第三方中介机构对各县（市）区监管部门上报的小额贷款公司2017年度行业年审材料进行专项审查，现将年审拟通过市级复核的公司名单予以公示。公示期：2018年7月4日至2018年7月10日，监督举报电话：（0391）3569131。

2017年度小额贷款公司年审拟通过名单：焦作市中站区亿利小额贷款有限公司、焦作市中站区富多多小额贷款有限公司、孟州市东方小额贷款有限公司、孟州市九顺小额贷款有限公司、沁阳市鸿丰小额贷款有限公司、沁阳市曙光小额贷款有限公司、武陟县泽丰小额贷款股份有限公司、武陟县新象小额贷款股份有限公司、博爱县鑫鑫小额贷款有限公司、焦作市焦作新区天天小额贷款有限公司。

小额贷款公司规范经营“十严禁”：一、严禁进行任何形式的非法集资。二、严禁吸收或变相吸收公众存款。三、严禁发放高息贷款。四、严禁向其股东发放贷款。五、严禁对外担保。六、严禁开展理财业务。七、严禁设分支机构。八、严禁抽逃注册资本。九、严禁核准的经营区域以外开展业务。十、严禁违法违规宣传。

欢迎社会各界监督。

焦作市地方金融监督管理局关于焦作市融资担保公司2017年度年审拟通过名单的公示

根据《河南省融资性担保公司年审办法》（豫政金[2015]142号）等规定，经第三方中介机构对各县（市）区监管部门上报的融资担保公司2017年度行业年审材料进行专项审查，现将年审拟通过市级复核的公司名单予以公示。公示期：2018年7月4日至2018年7月10日，监督举报电话：（0391）3569131。

2017年度融资担保公司年审拟通过名单：焦作中小企业担保投资有限公司、焦作市信达中小企业投资担保有限公司、焦作市华信投资担保有限公司、孟州市中小企业信用担保有限责任公司、沁阳市诚信担保有限公司、武陟县中小企业担保有限公司、温县财源中小企业担保有限公司、修武县兴业中小企业担保有限公司。

融资性担保机构规范经营“八不准”：一、不准吸收存款或变相吸收存款。二、不准开展违法违规理财业务。三、不准发放贷款、受托发放贷款、受托投资。四、不准误导社会公众向企业存款。五、不准为违法违规借贷行为担保。六、不准擅自设立任何形式的分支机构。七、不准虚假出資、抽逃注册资本金。八、不准进行任何形式的违法违规宣传。

欢迎社会各界监督。

焦作市地方金融监督管理局
2018年7月4日

市人民医院泌尿内科

首次自主完成超声引导下经皮腔内血管成型术

本报讯（记者孙阎河）为肾功能衰竭患者实施人工动静脉内瘘手术是维持性血液透析治疗的重要方式，更是守护血液透析患者“生命线”的重要环节。日前，市人民医院泌尿内科副主任郭林及住院医师蔡晓雯，首次自主完成超声引导下经皮腔内血管成型术（PTA），治疗动静脉内瘘闭塞并血栓形成，为我市广大血液透析患者增添一分保障。

郭林介绍，我国每年有数百万尿毒症患者，大多数患者依赖血液透析维持生命，而动静脉内瘘是患者血液透析的重要

通道。所以，尽可能延长内瘘的使用寿命，是提高血液透析患者生活质量的重要保障。现在，动静脉内瘘的主要并发症有血管狭窄、血栓形成、假性动脉瘤等，其中血管狭窄是最常见的并发症，一旦出现狭窄或闭塞进而失去功能，血液透析患者将失去“生命线”。

经皮腔内血管成型术是指经皮穿刺血管，送入球囊扩张导管，对血管的狭窄部位进行扩张，使狭窄部位矫正至正常血管内径。目前，动静脉内瘘狭窄的传统治疗方法主要有狭窄段切除术、内膜剥脱、内瘘再造和人造

血管。近年发展起来的DSA造影下动静脉内瘘球囊扩张术和支架植入术，可以最大限度延长动静脉内瘘的使用寿命，但DSA对人体有辐射，而且造影剂可能对尿毒症透析患者带来不利影响。超声引导下PTA治疗动静脉内瘘狭窄，与传统治疗方法相比具有更多优势。比如，创伤小、操作简单，一般在15~60分钟就能完成；对血管破坏少，保护血管资源，延长患者的透析年限；操作时可实时显示导丝、球囊导管的行进情况，减少血管穿孔等并发症；无辐射伤害，费用相对较低；术后恢复期短。

据了解，这位患者今年47岁，规律性血液透析8年，入院前动静脉内瘘杂音消失4个小时。入院后，经左上肢血管彩超显示，动静脉内瘘吻合口处及流出静脉明显狭窄，局部并有血栓形成。为了减少患者的创伤、保护血管，在与患者充分沟通后，郭林和蔡晓雯为患者实施了超声引导下经皮腔内血管成型术。术后，这位患者内瘘通畅、血流量改善，在250ml/分钟以上。

郭林说，成熟的动静脉内瘘一般要求吻合口的直径大于

6mm，内瘘距体表距离小于6mm，吻合口的血流量大于600ml/分钟。患者在使用动静脉内瘘进行血液透析时血流量一般在180~300ml/分钟。动静脉内瘘狭窄致血流量不足是导致血液透析充分性下降的主要原因之一，既往治疗动静脉内瘘狭窄或闭塞的方法往往为外科切开内瘘重建，创伤大、内瘘血管资源损耗严重，甚至部分患者到了无血管可用的程度。

据悉，我国目前仅有部分医院使用超声引导下经皮腔内血管成型术治疗动静脉内瘘狭窄和闭塞。

为消化道疾病患者守护健康

——记市第五人民医院内镜室主治医师王树凯

本报记者 朱颖江

他原本是一名内科医生，因为在一次治疗中对胃镜产生兴趣，继而转行成为内镜室特检医生。4年的内镜室工作经历，让他更加坚定自己的选择，通过胃镜检查为消化道疾病患者守护健康。他，就是市第五人民医院内镜室主治医师王树凯。

半路转行干上特检

王树凯从郑州大学医学院毕业后，来到市第五人民医院内科工作。4年前，王树凯收治了一名误吞鸡骨头 的患者。通过钡餐造影检查，鸡骨头卡在患者食道最狭窄处，如果不及时取出，鸡骨头划破患者食道会引起大出血。随后，该院内镜室主任在胃镜下准确地将卡在患者食道内的鸡骨头取了出来。

这位患者转危为安后，王树凯对胃镜产生了浓厚的兴趣，在征得医院的同意后转入内镜室，从临床医生转为内镜室特检医生，从此沉迷于各类消化道疾病的检查研究中。

内镜室的主要检查机器是胃镜和肠镜，这对于从事临床的王树凯来说都很陌生，但他没有被此难倒，而是重新开始学习。在郑大一附院进修期间，他不仅跟着带教老师学，还利用休息日到医院看其他老师如何为患者检查。

进修结束后，王树凯回到医院没多久就用行动证明了自己的能力。他独自操作机器，熟练地将卡在患者食道第三狭窄处的枣核取了出来。患者的家属激动万分，拉着他的手不停地 说“谢谢”。

用胃镜治疗消化道疾病

王树凯说，胃镜检查是目前诊断消化道疾病最好的方法，医学界称其为“消化道守护神”。医生通过胃镜检查可对患者胃肠内的情况一览无余，可以发现胃黏膜中

5mm左右的微小病变。

“胃镜检查消化道疾病是其他检查不能替代的。”王树凯说，“肿瘤标志物检查也可以提前发现人体癌变，但它的特异性是有限的，不是说某个肿瘤标志物升高就能代表特定部位的肿瘤，也不是所有的肿瘤患者都会出现肿瘤标志物升高。同样，大便潜血检查也不能代替胃镜检查。因为，早期胃肠道肿瘤因为表面无糜烂、溃疡等，可导致出血的改变，其大便潜血多显示阴性，很难发现早期胃肠道肿瘤。所以，要想尽早地发现早期胃肠道肿瘤，胃镜检查是目前最直观、最准确的方法。”

王树凯说，胃镜检查不仅可以用来确诊消化道疾病，还可以用于治疗食管、胃及大肠癌早期、癌前病变。此外，在胃镜检查的基础上，医生还可以对早期消化道息肉实施内镜下黏膜切除术，极大地提高了患者的生活质量。

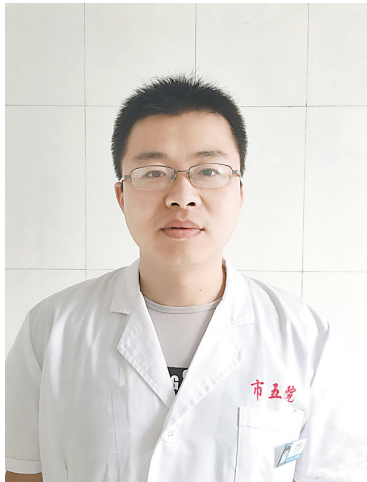
所谓黏膜切除术就是在内镜直视下将消化道最里面的黏膜层，采用圈套的方法进行切除，好像削苹果皮一样，将有病变的黏膜剥离下来，而不需要像传统的外科手术那样将大部分胃或有病变的食管、肠管切除。

消化道疾病可防可控

不久前，一名年轻的女孩因胃疼到市第五人民医院内镜室作胃镜检查。这名女孩今年24岁，经营一家服装店。王树凯在检查前，详细询问了她的饮食习惯。

这名女孩称，从开始经营服装店至今，她几乎没有按时吃过饭，每天只有饿的时候才会吃东西，吃的东西也很简单，有时候是一个鸡蛋饼，有时候是一杯牛奶，每隔几天还会约上好友胡吃海喝一顿。少吃、不吃是她保持身材的“法宝”。

王树凯了解这名女孩的饮食习惯后，心中已经有了大概的判断，应该是胃炎导致的疼痛。随后，经过胃镜检查证实了他的判断，这名



王树凯。 本报记者 朱颖江 摄

女孩胃黏膜出现充血、水肿。

随着人们饮食结构的变化，大家在尽享美味的同时，胃肠道的负担也在加重。据悉，我国消化道疾病的发病率逐年提高，胃癌已成为我国发病率仅次于肺癌的第二大恶性肿瘤。其实，消化道疾病是可防可控的。

王树凯说，胃病是临床上最常见的消化道疾病。造成胃病原因很多，其中饮食不规律是主要原因。胃是人体的消化器官，食物通过口腔进入食道再进入胃，胃通过蠕动搅磨食物，食物在胃内与胃液充分混合后进入肠道，再经过肠道排出体外。人们如果长期节食，胃在本该蠕动、工作的时候无所事事，长此以往胃的运转能力就会随之下降，出现胃功能紊乱。胃内没有食物的时候，也会分泌胃酸，因没有食物可供消化，胃酸侵蚀黏膜，很快就会导致胃黏膜充血、水肿、糜烂，出现溃疡或更为严重的疾病。胃忍饥挨饿会出现问题，反之，过度饮食也会造成胃功能紊乱。

“虽然胃镜检查是预防、发现消化道疾病的最好办法，但还是希望大家能够调理好饮食结构，避免疾病的发生。”王树凯说。

前沿医讯

体内维D足 乳癌风险低

美国《公共科学图书馆·综合》杂志近日刊登的一项新研究称，多吃富含维生素D的食物有助于降低乳腺癌风险。

美国加州大学圣迭戈分校医学院研究员塞德里克·F·加兰德博士及其研究小组共开展3项研究，两项涉及3325名女性的随机临床试验，另外一项是涉及1713名女性的前瞻性研究。研究旨在进一步弄清血清25-（OH）D（血液维生素D）水平与乳腺癌发病率之间的关联性。数据收集完成于2002~2017年，参试女性年龄均超过55岁，平均年龄为63岁。起初，参试女性均未患癌症，她们接受了平均4年的跟踪研究，其间，研究人员对参试者血液维生素D水平进行监测。结果发现，与血液维生素D水平低于20纳克每毫升的女性相比，血液维生素D水平在60纳克每毫升以上的女性患上乳腺癌的风险降低了80%。

加兰德博士表示，这项新研究结果表明，中老年女性补充维生素D，有助于降低乳腺癌风险。他建议，绝经后的女性应多晒太阳，多吃富含维生素D的食物。下一步，团队将扩大研究范围，以探明补充维生素D是否也可降低年轻女性乳腺癌的发病率。

方文单

多吃酸味食物可缓解焦虑

近日，英国科学家发现，食用酸味食物会激励人们尝试新事物并勇敢面对危险，从而帮助焦虑症患者康复。

英国萨塞克斯大学研究人员选取168名参与者，让他们随机抽取并喝下一瓶20毫升溶液，溶液有苦、咸、酸、甜、鲜5种口味，另有喝矿泉水的参与者作为对照组。随后，这些人参加模拟“吹气球冒险游戏”。他们通过模拟装置给气球充气，气球中的空气越多，赢得的钱越多；但如果气球被吹爆了，他们将失去这些奖金。随着奖金数额不断增加，气球有可能随时爆炸，不敢继续充气的人可选择兑现。研究人员以此来测量参与者的冒险程度。试验结果显示，喝了酸味溶液的人给气球的充气量明显高于喝其他溶液的人，他们比喝甜味（蔗糖）、苦味（咖啡因）、咸味（氯化钠）、鲜味（味精）溶液的人分别多充气39%、20.5%、16.03%和40.29%。

研究人员称，无论各人的冒险精神和思维方式如何，酸味溶液对人们承担和挑战风险都有推动作用。因此，患焦虑症、抑郁症等极度厌恶风险的人，可多摄入富含酸味的饮食，这类食物能帮他们更勇敢地与人沟通。相反，需要承担较大风险职业的人员（如飞行员等）可在饮食中减少酸味食物摄入量。

萧忠彦

吃的学问

五点预防食物中毒

夏季，食物中毒事件高发，如何预防？不妨参考一下世界卫生组织提出的“食品安全五大要点”。

保持清洁。除了餐前便后洗手，做饭前和过程中也需要注意卫生，尤其是生熟食品交替处理的过程。厨房用具要保持清洁，比如碗筷、筷子盒、刀、案板，抹布的卫生要特别注意，不要让它成为污染源。厨房和储存食物的地方要注意防虫、防鼠，尽量不要让宠物到厨房玩耍。

生熟分开。这里的“熟”指切完了能直接吃的食物，比如黄瓜、酱牛肉；“生”是指切完了还要经过加热处理的食物。生熟分开是为了避免“生”食上携带的细菌传播到“熟”食上，引起食物中毒。烹调生熟食物所用的案板、道具、器皿也应分开。

烧熟煮透。中国人很讲究口味和口感，所以很多菜都要求爆炒，以获得嫩滑的口感，但这也给了致病菌存活的机会，尤其是肉、蛋、奶等高蛋白食品特别容易受到致病菌污染。还有些人喜欢生食，也特别容易感染寄生虫。烧熟煮透的一般原则是煮开10~15分钟，如果是大块的肉，时间还需要长一点。

保持安全温度。绝大多数致病微生物都喜欢室温环境，高于70℃或低于5℃它们就会不适应。对于一般家庭，保温在70℃以上不太现实，主要还是低温存放。室温下细菌繁殖很快，因此要尽快让食物冷却并放入冰箱冷藏，但冰箱并不是保险箱，还有少数细菌能生长，比如李斯特氏菌。所以，冰箱里拿出来的食物也需要彻底加热再吃。

好的水和食材。比如，要用清洁的自来水冲洗果蔬，购买的食材要新鲜。不要一次买太多食品，过了保质期和变质的食品最好不吃。（据《生命时报》）

公 告

根据焦作市山阳区人民法院已发生法律效力（2016）豫0811民初2161号民事判决书，依法将被执行人苏炳武所有的位于焦作市山阳区墙南村南水北调安置小区6号楼2单元二层东户、三层东户房产予以拍卖，具体事项请登录淘宝网司法拍卖网。

联系电话：17739169115 赵法官

焦作市山阳区人民法院
2018年7月3日

拍卖公告

受有关单位委托，我公司定于2018年7月18日15时在温县公共资源交易中心公开拍卖以下标的：

- 1.机器设备一批，竞买保证金为6万元。
- 2.资产一批，竞买保证金为1万元。
- 3.机动车一批，竞买保证金为1万元/辆。

有意竞买者，请于2018年7月17日17时前携带本人有效身份证件及竞买保证金到温县公共资源交易中心办理竞买登记手续，未竞得者保证金于会后3个工作日内全额无息退款。

预展及报名时间：2018年7月16日至7月17日

预展地点：标的物所在地

保证金账户名称：温县财政国库支付中心公共资源交易中心专户

开户行：中国邮政储蓄银行股份有限公司温县温泉路支行

账号：100435110440010001 咨询电话：（0391）2636000 13939158862

焦作市正大拍卖有限责任公司
2018年7月3日