

知性、智行——超8成被调查者支持避孕药具进高校

知性智行,爱要有一套。这是今年“世界避孕日”(9月26日)的主题。来自我市计划生育药具管理站近期特别策划的“计生药具 知情选择”线上问卷调查显示,我市育龄群众对避孕基本知识的掌握程度良好,对于药具发放,特别是曾在网络上引发热议的“避孕药具该不该进高校”,态度理性。

性、便利性的特点,约1/3的人群同时关注相关问题的专业指导与随访;市民最能接受的避孕方式,近半数被调查者选择避孕套,宫内节育器次之,第三是口服避孕药,最后是用避孕膜、栓、凝胶。

据市药具站站长蒋琳霞介绍,目前我市药具发放的模式主要是上门服务与主动领取相结合,手工发放与自动发放机相结合,定点发放与流动发放相结合,药具网络发放与社会网络发放相结合。十二五期间,我市已建立刷二代身份证自助式免费药具发放网点128个,十三五期间还将新增100个,重点布局在居住小区、集贸市场、超市、医院、社区卫生服务中心、学校、机关、企业等地安装刷二代身份证发放机,使市民能在15分钟范围内领取到免费避孕药具。

避孕套发放机进高校 绝大多数人认为合适

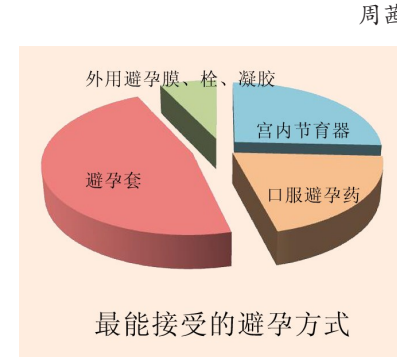
本次调查还就“在高校安装免费避

孕套发放机是否合适”征询了网友们的意见,结果明确认为不合适的仅566人。

为什么设置这一问题?蒋琳霞解释,随着社会的发展,特别是高校也允许大学生结婚了,加上大学校园也确实存在一些新的形势,例如不当性行为导致的感染性传播疾病、艾滋病呈增长趋势,因此药具管理部门将自助机推进校园提上日程。浙江省卫生计生委2015年底就宣布,未来1年内,将在浙江128所高校中全部安装计生药具自助发放机,为高校学生免费提供避孕药具。

目前我市有两所高校各自安装了1台发放机,机器分别安置在宿舍区和校医室大厅,日常由学校医务室负责维护。“投放初期,估计大家比较好奇,领的人比较多。第一个月,两台机器分别领出去129盒和141盒,后来逐渐趋于平稳,每月领取量在三五十盒。”蒋琳霞说,刷二代身份证领取的,每人每月可以领1盒。

据了解,避孕套发放机进这两所高校,都是由校方主动提出,前期相关部门慎重通过。“也有一些不同意见顾虑,这么做是不是对学生性行为的纵容。”蒋琳霞认为,推进自助机的目的,不是鼓励他们去发生这些性行为,而是通过这个举动,告诉他们,等到可以发生行为的时候,一定要做好自我保护,这也是对学生慎重对待婚前性行为的一种提醒。



看胃肠病无需再东奔西跑 市七院胃肠病诊疗中心享“一站式”服务

特色专科

一大早,市民吴女士由于胃痛不舒服来到市七院就诊,在胃肠病诊疗中心,她得到了十分便捷的“一站式”诊疗服务。

“七院这个胃肠病诊疗中心流程清晰、顺畅,真正在细节上做到了为患者着想,极大地节约了我的就诊等候时间,而且确诊后医生马上给我制定了治疗方案,真心觉得挺好。”吴女士说。

资源整合 互通有无

陈娟是2012年进入常州市第七人民医院消化内科的,“由于一开始就是做内科,所以一直只关注内科的事情,做了几年感觉进入了死胡同。现在两个科室一合并,平时开会、查房、研讨病情、会诊都在一起,两个科室的医生都可以跳出各自的藩篱,用更全面的角度来审视病人的病情。”

今年3月,市七院将消化内科与胃肠外科进行资源整合,成立了胃肠病诊疗中心。中心设在医院十四病区,大外科主任同时兼任胃肠病诊疗中心主任。

成立后,中心实行每月定期会诊制度,为消化内科、胃肠外科疑难病例进行会诊,协助患者进行后期治疗跟踪,以及为患者提供治疗的绿色通道,同时中心还定期开展学术探讨、经验交流,在临床教学上,实行“老中青”结对制度,由具有一定资历医生为年轻医生提供培训及指导,旨在不断提高中心消化内科、胃肠外科的诊疗专业水平。

依托权威 资源共享

中心的成立,最大的受益者就是患者。据世界卫生组织统计,由于环境因素、生活方式改变等原因,近二十年来胃炎、胃溃疡、结肠炎、胃癌、肠癌等胃肠道疾病发病率呈较快上升趋势,给大众健康造成了很大的威胁。然而“看病难、看名医更难”始终是患者求医路上的一道屏障,特别是对于患有胃肠疾病疑难重症的患者,常常辗转于多家医疗机构之间,给患者的身心都造成很大负担。

在市七院胃肠病诊疗中心,患者可以通过医院远程会诊中心轻松预约、轻松与名家“面对面”。通过远程会诊,患者可与北京、上海、南京等地的中日友好医院、阜外医院、安贞医院、北大三院、北京儿童医院、北京肿瘤医院等几十家国内著名医

院的上百位知名专家联系和互动,患者前来参加会诊,不再需要东奔西跑到各家医疗机构,节约了求医的时间,关键是能够得到最权威专业的诊治方案。

此外,在七院胃肠病诊疗中心,有需要的患者还可以享受得到东南大学附属中大医院和常州市第一人民医院的优质资源。

今年2月,市一院对口帮扶七院工作正式启动;5月,七院与东南大学附属中大医院就集团医院合作进行了签约,正式成为东南大学附属中大医院医联体一员。依托与市一院对口帮扶医院、东南大学附属中

大医院集团医院的联系,七院胃肠中心也与东南大学附属中大医院以及常州一院的相应科室建立了密切的联系,与两家医院分别开通了双向转诊,危重病人可在两家医院流动转换。

胃肠病诊疗中心主任秦立翠说:“下一步,中心还将定期邀请东南大学附属中大医院、常州一院的权威专家前来医院参加会诊,定期选派科室业务骨干到两家医院进修学习,目的在于不断提高诊疗水平,更好地为胃肠疾病疑难重症患者提供更为优质、便捷的服务”。

潘燕华

专科介绍

市七院胃肠病诊疗中心拥有一支老中青结合的、医术精湛的医疗护理队伍,中心现有人员18人,其中副主任医师以上人员5人。由大外科主任秦立翠兼任胃肠病诊疗中心主任,中心对胃肠道疾病的诊疗积累了丰富的临床诊治经验。现开放床位41张,一体化管理、最优团队,实现了交叉疾病诊疗、护理流程标准化、健康教育集体化、教学科研共享化,带动了医疗技术水平和护士专科护理能力的提升。

中心在腹腔镜下胃癌切除术、腹腔镜下结肠癌切除术、腹腔镜下微创腹腔镜无张力修补术、消化道穿孔的腹腔镜下修补、肠梗阻的腹腔镜下治疗上形成了自己的特色,在经内镜逆行性胰胆管造影术(ERCP)、重症胰腺炎的抢救、急诊内镜下的止血治疗上独树一帜。

专家谈病

肥胖症—健康隐形杀手

最新数据显示,我国肥胖人数升至全球第一,约9000万。肥胖是2多种糖尿病、心血管病、高血压、中风和多种癌症的危险因素,被世界卫生组织列为导致疾病负担的十大危险因素之一。

47岁的张阿姨(化名),身高170cm,体重达125kg(250斤),体重指数43.25kg/m²,属于严重肥胖,因为糖尿病来市二院内分泌科就诊。考虑到肥胖是糖尿病、高血压、睡眠呼吸暂停综合征等代谢紊乱综合征的根本原因所在,内分泌科副主任叶新华建议她进行减重手术。

术后,张阿姨体重逐步下降约44kg,停用了所有降糖、降压药物,血糖、血压控制良好,肝功能、甲状腺功

能等各项指标均恢复正常,嗜睡、乏力、胸闷气喘等症状均消失。

肥胖本身并不致命,但肥胖相关的健康问题却真正会减少寿命。叶新华说:“首先,肥胖会直接导致糖尿病、胰岛素抵抗、脂代谢紊乱、痛风、高尿酸血症、心血管疾病、高血压、冠心病等代谢并发症;其次,哮喘、低氧血症、睡眠呼吸暂停综合征等呼吸系统疾病也与肥胖相关;而且研究发现,肥胖还是肿瘤、骨关节炎、消化系统疾病、生殖系统疾病甚至不孕不育症等的罪魁祸首。”

对于减重,市二院内分泌科开展了系统的体重管理: Why WAIT项目,不仅有内分泌、营养科医师,同时还聘请了专业的私人教

练进行系统的运动指导。在药物治疗,饮食指导及运动方案制定中全方位进行分析,让减重的目标清晰可见,真实有效!而对于严重肥胖的患者,则联合二院普外科进行减重手术治疗。目前减重手术均在腹腔镜下进行,属微创手术,创伤小,

恢复较快,患者长期获益。

叶新华说:“我们建议控制体重但是反对盲目减肥,而应当通过科学的方法,真实有效!而对于严重肥胖的患者,则联合二院普外科进行减重手术治疗。目前减重手术均在腹腔镜下进行,属微创手术,创伤小,恢复较快,患者长期获益。”

张洁

专家介绍

叶新华 常州二院大内科副主任,内分泌科副主任,营养科副主任,主任医师,南京医科大学硕士生导师,江苏大学兼职副教授,江苏省临床营养专业委员会委员,常州市内分泌副主任委员,常州市骨质疏松松副主任委员,常州市831工程培养对象,荣获江苏省新技术引进一等奖,二等奖各一项。擅长糖尿病、甲状腺疾病、代谢综合征、肾上腺疾病、肥胖、骨质疏松等内分泌常见疾病的诊治。

张锁才 主任医师,常州三院自身免疫性肝病科主任。1986年毕业于苏州医学院,从事传染病学、肝病临床和科研工作近30年,在慢性肝炎、肝硬化及重型肝炎等

认识自身免疫性肝病

这种并不具有传染性的肝病,很多人并不认识。人们完全不遇肝炎患者就色变,只有病毒性肝炎才具有传染性,其他类型的肝炎是不传染的。

自身免疫性肝病有下列特征:自身免疫性肝炎主要见于10-20岁的青少年和绝经期妇女,女性多见,约70%的患者没有明显的症状或仅有较轻的食欲不振、疲乏无力、体重减轻和闭经等症状,约30%的患者突然发病,出现食欲不振、疲乏无力、尿黄、皮肤发黄等症状,急性期后症状和体征可持续数月。全体患者中约30%的患者在诊断是时已出现肝硬化,超过40%的患者至少并发一种免疫性疾病如甲状腺疾病、关节炎疾病等。

如何诊断自身免疫性肝病?自身免疫性肝病和遗传因素密切相关,很难预防,但可以控制,及早发现及时治疗极为重要。诊断需血液检测到一种或多种自身抗体如抗核抗体、抗平滑肌抗体并排除了病毒性、药物性、酒精性和遗传性肝病,但有20%-30%的患者血清抗体可能阴性,确诊需要肝

脏组织病理学检查。

如何治疗自身免疫性肝病?应在专业医生的指导下用药。糖皮质激素治疗自身免疫性肝炎的疗效明确,与硫唑嘌呤联用可使严重患者症状缓解、提高生存率。如并发原发性胆汁性肝硬化可加用熊去氧胆酸治疗。

李文坚

肝病的诊断和治疗中积累了丰富的临床经验,对非感染性肝病(脂肪肝、酒精性肝病、药物性肝病、自身免疫性肝病等)具有丰富临床实践。

螃蟹味美营养好,适合多吃吗?

真假坊间言

秋天吃螃蟹是我们国家的传统,“九月圆脐十月尖,持蟹赏菊菊花天”,意思是说,农历九月雌蟹最肥美,农历十月雄蟹最肥美。市疾控中心监测所和市营养学会的专业人员提醒市民秋天吃蟹,要吃的健康,不能太任性,多掌握一些常识和技巧是必要的。

先从螃蟹的种类说起

我国蟹的种类就有600种左右,可分为淡水蟹和海水蟹两大类,根据产地又可分为河蟹、江蟹、湖蟹、海蟹四种。现在这个季节,吃的“大闸蟹”,俗称河蟹、毛蟹、清水蟹,一般在9-10月成熟。古人讲究“九月吃雌蟹,十月吃雄蟹”,是有一定道理的。蟹黄是雌蟹体内的卵巢和消化腺,蟹膏是雄蟹精囊的体液与器官的集合,农历九月雌蟹卵满,黄膏丰腴,而十月雄蟹性腺发育最好、最美,黄白鲜肥。不过蟹黄和蟹膏的营养成分相似,脂肪的含量都比较高,可以达到15%以上。但是,需要注意的是,每100克蟹黄中含的胆固醇约466毫克,要远远高于鸡蛋中胆固醇的含量,是不折不扣的高胆固醇食物。

吃蟹,干净卫生最重要

虽然河水的质量让市民在吃蟹前有些担忧,但总体而言,我们日常吃的



董秀晴 张惠力

停经、变胖、皮肤变黑、毛发旺盛 青春少女患上多囊卵巢综合征

本报讯 21岁的小陈是大学城的一名大二学生,原本秀气的姑娘,却不知为何一年来月经停闭,体重增加,脸上还不断有痤疮,颈背部皮肤粗糙变黑,毛发比原来旺盛,这让她感到十分自卑与不解。后来,经人推荐,她来到了市中医医院妇科,通过检查,发现她的雄激素超过了正常女孩,诊断为多囊卵巢综合征。对此小陈很忐忑,接诊的妇科主任李淑萍笑了:“像你这样的患者,我每天接诊10多个呢。”

通过对症治疗和调理,3个月,小陈脸上的痤疮有了明显改善,月经自行来潮,整体症状也有了好转。那么,什么是多囊卵巢综合征?又该如何治疗呢?

李主任介绍说:多囊卵巢综合征是常见的妇科内分泌疾病,育龄妇女的发病率达5%-10%。本病始于青春

期。患者多表现为高雄激素血症和持续无排卵,从而引起月经不调及生殖功能障碍。此病是影响女性一生的疾病,具有异质性、复杂性和治疗非特异性。李主任强调,随着人们生活水平的提高、饮食结构越来越精细、运动越来越少、生活起居不规律、BMI(标准体重)指数升高,该类患者还会呈增加趋势,传统中医药治疗不仅能调整患者的生殖内分泌紊乱状态,还能调经助孕,且副作用较小。

(何云开 沈芸)



气温下降 切莫轻视“小中风”

随着气温下降,脑血管疾病又进入多发季。特别是患有高血压、糖尿病、高脂血症,以及抽烟、饮酒者在这个时期容易出现“小中风”的突发症状。

“小中风”在医学上称为轻型卒中,患者在发病时往往出现一些短时间的不适症状,如身体某侧肢体麻木或者无力,说话不利索,或突然找不到正确的词语表达,单眼或双眼看东西不清楚或重影,行走困难或平衡失调等。根据研究数据,轻型缺血性中风患者如及时采用溶栓治疗,有近94%的患者无残疾;若不进行溶栓治疗,90天后有近三分之一发生残疾。因此,急救医生特别提醒中老年人,尤其是患有高血压、高血脂、心房颤动及糖尿病等中风高危人群,务必提高警惕,要了解中风的早期预警信号,其家人也要学会中风发生时的应急处理措施。

第一步:发现异常

中风患者在发病时,会出现一侧肢体麻木、无力,一侧面部麻木、口角歪斜,或眼睛模糊、头痛等不适,但不

少患者不以为然,特别是在冬季更容易误认为是天气寒冷导致的身体僵硬,结果延误最佳治疗时间,造成预后效果差。事实上,辨别中风并非难,只要出现以下这三个症状的中风不任意一个,就要毫不迟疑地送医院——

让病人说一句话:让患者复述一句话,若说话含糊不清或者无法说话则为异常;

第二步:拨打120

一旦发现家人中风,家属立即拨打“120”,同时记录病人发作的时间。在等待救护车到来时,不要搬动患者,尤其避免摇晃其头部,尽量让患者侧卧位,解开衣领,保持呼吸道通畅,有假牙者应取出,再等待专业救援。特别提醒,就医前千万别给患者吃药。

宣莹

