



几个月的“三甲评审”准备工作给全院职工留下了深刻的印象,作为医院的一份子,自己也颇有感触。

面对纷繁复杂的事务,怎么合理安排时间,既保证护理工作的安全运行,又能如期保质保质做好检查前准备工作,不拖医院后腿,这对医院的每个职工而言都是一次严峻的挑战。

挑战带来压力,也带来动力。在院领导、护理部、科室的统一部署下,首先从思想上统一认识:一个医院,医疗水平的高低、服务质量的好坏、管理体制的优劣,必须接受上级主管部门的检验、证实。医院要生存,要发展,就必须抓住这次难得的机遇通过复审。“三甲评审”虽然给每个职工增加了无法估算的工作量,但它决不是阻碍工作的绊脚石,相反,它好似一剂良药,能合理协调全身脏器的功能,增强机体防病抗病的能力,可谓“味苦效大”。通过“三甲复评”既能全面提高医院的内涵质量,明确各个部门的各个岗位职责,协调各级之间关系,又能全面提升医院在整个医疗市场的竞争



什么是“三九贴”?

“三九贴”是一种“穴位贴药”疗法,即在“三九”天里每“九”的第一天,将配制好的中药碾磨成粉末,制成膏药,分别贴在人体的不同穴位上,经几个小时取下,达到增强抵抗力、防病治病的效果。

“三九”既为二十四节气“冬至”后的三个九天,在节令上为“大寒”,是一年中寒冷的日子。“三九敷贴”指在每年“三九天”用中药外敷特定的穴位,已达到祛除和预防疾病的一种中医传统外治法。冬季用药物敷贴穴位不仅能巩固夏日“冬病夏治”敷贴的效果,还能控制疾病的发作,达到冬夏皆治,使患者获得更理想的疗效。

“三九贴”是灸疗法中的一种。灸法则是中医传统灸法中非火热灸的一种,又名自灸、冷灸,也称“药物发泡”或“敷贴发泡”。该法选用某些对皮肤有刺激作用的药物敷贴于人体的穴位,利用药物的刺激作用,引起穴位局部皮肤的充血,甚至起泡,通过经络的调节作用,起到治疗疾病的作用。灸疗法源远流长,最早文字记载在南北朝(公元420~589年间),早在北宋年间,民间就广泛应用,涉及内、外、妇、儿各领域。明朝李时珍《本草纲目》、清初张璐《张氏医通》均较为系统的介绍了用灸疗法治疗疾病。

三九贴阴阳井调

《黄帝内经》有“春夏养阳,秋冬养阴”,“夏病冬治,冬病夏治”的说法。三九贴是根据“秋冬养阴,夏病冬治”的原理来治病和保健的,而夏天的三伏贴则是根据“春夏养阳,冬病夏治”的原理来治病和保健。两者治疗机制和方法大致相同,差异在于药物的配置和时间的差异。每年冬天进行“三九贴”来加强和巩固三伏贴疗效,是对“三伏贴”的有效延续和补充。“三九贴”与“三伏贴”相配合,阴阳并

1. 酸枣仁粥
先将酸枣仁30克洗净捣碎,浓煎取汁,继取粳米100克煮粥,待粥半熟时将煎汁兑入同煮,粥成淡食。每晚睡前趁热温服做餐。此粥通用于各种失眠症,不论病史长短,均有一定效果。

2. 葱枣汤
大红枣20克,葱白7根。将红枣洗净,用水浸泡半天时间,将葱白洗净备用。将红枣放入锅中,加水适量,用大火煮沸,约20分钟,再加葱白,继续用文火煎10分钟。服用时,吃枣、喝汤。

3. 枣麦桂圆汤
小麦60克,大枣14枚,桂圆肉(去核、壳)7个,三物洗净加水共煮,待枣麦熟后取食,每日1~2次。

4. 丹参冰糖水
丹参15克加水200毫升,煎煮20分钟后,去渣,加冰糖适量,以微甜为度,分两次饮用。此方对长期失眠患者有安神作用,对伴有冠心病、肝病等慢性疾病患者也有一定疗效,还有改善原疾病的功能。

5. 五味子糕
将五味子破碎成粉过筛备用,一次10克,再用糯米粉100克,发酵后把药粉加入拌匀,置笼上蒸熟,睡前趁热取食,每日一次。对患有遗精多梦、心悸失眠者都有一定的疗效。

6. 莲心茶
莲子心、生甘草各3克,开水冲泡代茶,每日数次。有清心、安神降压功效,此茶对患有高血压病、经常失眠者非常适用。

几种有利于睡眠的饮食食谱



4. 病情急性发作期或加重期间;
5. 2岁以下婴幼儿,因无法确知孩子反应,必须密切观察婴幼儿的哭闹情况。

“三九贴”治疗安排:

我院2017~2018年“三九贴”治疗的各项准备工作正有序进行,将于以下时间开展:

一九贴:2017年12月22日至2017年12月30日
二九贴:2017年12月31日至2018年1月8日
三九贴:2018年1月9日至2018年1月17日
加强贴:2018年1月18日至2018年1月27日
若因特殊情况,入九当天未贴敷,九期前后十天贴敷亦可。

“三九贴”注意事项

1. 贴敷时间以个人皮肤的感觉和接受程度为观察指标,避免灼伤,成人一般贴药时间可2—4小时为宜,儿童一般30分钟—2小时为宜。

2. 贴敷后注意观察局部有无皮肤充血、痒、刺痛、水泡等现象,如有以上现象为贴敷治疗的正常表现,请各位家长不必惊慌,做好局部皮肤消毒护理即可,可以涂万花油以减缓刺激。如出现水泡,应保护疱面避免抓感染,可前往医院处理或擦烫伤药膏。

3. 敷贴期间密切观察皮肤反应,尤其平素有过敏者或敏感性体质者,如皮肤充血明显即刻揭掉,以免刺激剧烈。出现皮肤过敏可搽过敏药膏。

4. 贴敷期间忌食生冷、辛辣、辛辣之品,戒食易发脓如牛、羊、狗肉,烧鸡、烧鸭、烧鹅、花生、芋头及煎炸,并戒食易致敏鱼、虾等食物,忌烟酒。

5. 贴药后应注意休息尽量保持每晚7—8小时睡眠,以提高药效,注意保暖慎伤风寒。药饼取下后可以洗澡,但不要搓背,沐浴后用毛巾轻轻吸干穴位上的水。

咨询及就诊地点

1.大理州中医医院治未病中心
咨询电话:3035598 13508825806(王医生)
2.大理州中医医院推拿科一楼门诊和六楼住院部
咨询电话:3035593
3.大理州中医医院针灸科一科一门诊和三门诊
咨询电话:3035584 13577268680(王医生)
4.大理州中医医院针灸二科住院部
咨询电话:3035575

(宣传科)

精诚至善 传承创新

大理州中医医院深入学习贯彻党的十九大精神



为深入学习宣传贯彻党的十九大精神,我院特邀州委十九大精神宣讲团成员、大理州委党校副校长马云波

副教授到我院作专题宣讲,会议由院党总支副书记、副院长奎继中主持,院领导班子、非党中层干部及全体党员参加会议。

马云波副教授以“新时代 新思想 新使命 新征程”为主题,从十九大的主题和主要成果、习近平新时代中国特色社会主义思想、过去5年的历史性成就和历史性变革、中国特色社会主义进入新时代、我国社会主要矛盾的变化、“两个一百年”奋斗目标的战略部署、我国经济社会发展重大战略部署和坚定不移推进全面从严治党等多方面展开全面解读,宣讲现场座无虚席,全体党员干部听得聚精会神,时而低头做笔记,时而翘首倾听,感受到了走进中国特色社会主义新时代的无限荣光。

整个宣讲报告脉络清晰,对十九大的新思想、新观点、新要求做了详细分析和解读。宣讲会结束后,大家纷纷表示,将更加紧密地团结起来,深入贯彻落实党的



网址: http://www.dlzyyy.com/

我院创新方式方法,学习宣传十九大精神



连日来,我院在“学懂、弄通、做实”上下功夫,坚持“重创新、务实效、促发展”,紧紧围绕“学深学透,务求实效”的具体要求,在全院迅速掀起了十九大精神大学习、大培训、大宣讲、大宣传、大讨论、大实干的热潮,激发了党员干部追赶超越的干劲与激情,全院上下以党的十九大精神为指引,加快推动当前各项重点工作,全面启动脱贫攻坚战,全力以赴完成年度目标任务,争当全州学习宣传贯彻十九大精神的排头兵。

在今后的工作中,我院将把学习十九大精神作为一项重要的工

11月17日,我院召开2017年第三季度医院质量管理委员会会议。会议由主任委员、院长杨瑜召集,段萍副院长主持,各专业委员会副主任委员、管理委员、专家委员共40余人参加。会议由医疗质量管理委员会、病案质量管理委员会、药事管理委员会、生物安全管理委员会四部分组成。

会上,医务科副科长、质控办主任任月娟对2017年前三季度的医疗指标进行了分析评价,同时结合等级医院评审要求和质控工作梳理了医疗质量管理中的常见问题和典型问题,并对医疗质量管理进行了要求。医务科宋福钢汇报了2017年前三季度临床路径管理实施情况,并结合等级医院评审要求、医改要求对相关指标进行了详细分析,同时提出下一步应规范的内容。病案室闵菊香向管理委员会汇报了2017年前三季度病案管理情况,指出了目前存在的问题,并提出下一步的工作思路和解决方法。药剂科主任赵爱梅对2017年前三季度中药临床应用和“两票制”执行情况作了分析报告;临床药学院主任黑娥杏对2017年前三季度抗菌药物及辅助药物临床应用情况进行了分析报告;检验科宋晓对2017年前三季度细菌耐药监测情况和生物安全管理、实验室管理情况向委员会作了报告,会议同时提请药事管理委员会进行了首进药品审批。段萍副院长在各环节作了点评及要求。

最后,主任委员、院长杨瑜作总结,杨院长强调医疗质量不仅关系到患者的生命和健康,也关系到医院的生存和发展,质量管理要常抓不懈,对各报告中所反映的问题,各科室要引起高度重视,积极整改。各职能部门要严格按照相关委员会的要求做好日常的管理、督导工作,各临床科室要强化管理,严把质量关,院科两级要共同协作,精诚奋进,共同打造医院的内涵品质,以质量求生存,以竞争谋发展,并要求各科室切实做好临床合理用药,遵循“安全、有效、经济”的原则,控制药品费用增长,要求相关职能科室做好持续的监督、管理、指导,提高临床合理用药水平。

(周卫东)

我院召开2017年第三季度医院质量管理委员会会议

我院举办2017年联合国糖尿病日义诊活动

11月14日为“第十一个联合国糖尿病日”,今年的活动主题为“女性与糖尿病——我们拥有健康未来的权利”。为响应世界卫生组织的号召,提高人民群众对糖尿病的认识,切实做到糖尿病患者早发现、早治疗,以减少糖尿病给患者带来的危害。11月14日,我院老年病科在院内举办2017年联合国糖尿病日义诊活动。

本次活动分为两个环节,上午在门诊一楼大厅免费为群众测量血压、血糖、糖化血红蛋白、尿蛋白100余人次,免费发放胰岛素注射针头100余盒,发放有关疾病预防、保健等方面的健康宣传资料数百份,专家还根据患者的检查情况耐心为

大理州中医医院认真抓好州庆前安全生产检查工作

为全面贯彻落实州委、州人民政府和上级主管部门关于安全生产工作的统一部署。11月21日,邱逸副院长带领职能科室相关负责人对全院进行州庆前安全生产大检查。

安全生产检查按照抓制度落实、抓预防为主、抓重点区域、抓死角、抓盲区的要求,分别检查了医疗安全、药品管理、设备管理、消防安全、用电设施、食堂管理、实习生宿舍管理等。

针对检查中存在的问题,邱副院长要求:各相关责任科室要高度重视安全生产工作,对存在

从《论语》中可以得知,孔子教育学生以人格养成为第一要义。他教给学生所谓“六艺”,即礼、乐、射、御、书、数,以此培养学生参与社会的各种能力。但是,他更要求学生有良好的品德,具有理想人格的价值追求。他以仁义礼智信温良恭俭让的道德准则要求学生,希望弟子们能够做到仁、智、勇“三达德”。

首先是仁。孔子在很多场合下把“仁”放在第一位,也就是说,仁是一切道德的最高品质。我们在学习《论语》的时候,可以从中看到其弟子们多处问仁的记载。孔子给弟子的提问做出了自己的回答,但其答案不尽相同。例如,“惟仁者能好人,能恶人。”“樊迟问仁,子曰:爱人。”等等。大致说来,仁的本义是友爱、互助、同情,即爱人之心。从《论语》里看出,孔子最常见的说法是,“克己复礼为仁,一日克己复礼,天下归仁焉。”这里就把礼与仁联系起来。礼是典章制度,是社会生活的基本准则,是人们的行为规范。作为一个有道德修养的君子,他一定会遵循社会的基本规范,无论何时何地都能克制自己的言行,而不会影响他人,不会做有违礼制的事情,更不会危害公共秩序。因为只有那些具备仁之内在涵养的人,才能自觉地从外部规范自己的言行。

再说智。“智”是儒家的一种道德境界,也是十分高明和理性的思维方式。在《论语》里关于“智”的学说有几处论述。孔子说:“仁者乐山,智者乐水;知者动,仁者静;知者乐,仁者寿。”孔子认为,人和自然是融为一体的,山和水的特点反映在人的品格和素质中,形成了人的性格的不同方面和不同风格。孔子又说:“里仁为美,择不处仁,焉得知?不仁者不可以久处约,不可以长处乐。仁者安乐,智者利仁。”每个人的道德修养,既是个人自身的事,又必然与其所处的外界环境有关。“仁者安于仁,智者行于仁。”这是希望人们注意个人的道德操守,在任何环境下都做到矢志不移,保持气节。

《论语》中的“智”,也专指零碎的或无关紧要的知识,如“君子不可小智而可大受也,小人不可大受而可小智也。”有时候,“智”也是一种思考问题、解决问题的方法论:“吾有知乎哉?无知也。有鄙夫问于我,空空如也。我叩其两端而竭焉。”这是说,一个人的知识水平很重要,但是更加重要的是学会掌握知识的方法,养成这样的能力。

后说勇。智慧和勇气是成就伟业不可或缺的真智慧。所以,有智慧,也要有胆识。勇气可以使人的智慧得以出色的发挥和运用。反之,对于一个儒夫而言,即使他再有智慧,在千钧一发、雷霆压顶的关键时刻,也不会挺身而出。这就是中国古人所说的大丈夫应当智勇双全。有勇无智者,匹夫也;有智无勇者,儒夫也。在危急时刻,匹夫可能会鲁莽行事,而儒夫则会裹足不前,二者同样一事无成。

中国人对勇敢有自己的理解。孔子认为:“君子有勇而无义为乱,小人有勇而无义为盗。”这就明确告诫人们,不要把鲁莽蛮干、横行霸道、逞强好胜、好勇斗狠、盲目冒险当成勇敢。所以,具备正义感的勇敢才是真正的、理性的勇敢。

仁德、智慧和勇气是成就事业不可或缺的基本条件。如果再加上有利的机遇,就可以成就自己的事业。然而,这样的主观素质不是人人可以具备的,这样的机遇和客观环境也不是人人可以遇到的。有些人满怀信心地走近幸运之门,等待机遇的到来;也有人更为灵活一些,他们能够很好地把握谨慎与灵活的关系,凭借仁德、智慧和勇气,与运气周旋,终于抓住了机遇,成就了事业。真正的成功者只有一种选择,那就是美德和谨慎,这就是仁、智、勇三者的有机结合。

(来源:中央纪委监察部网站)

廉洁文化

简讯

大理州中医医院到挂钩点开展“三清洁”督查

根据州委、州人民政府的安排部署,11月15日大理州中医医院副院长邱逸带领医院相关部门负责人到“三清洁”挂钩点大理市喜洲镇庆洞村进行随机督查。

邱逸副院长一行先后到江渡、庆洞、朝阳三个自然村对干道、巷道、沟渠、公共场地、学校实地巡查,并随机入户进行访谈了解,与村干部进行座谈,听取意见建议。通过督查和座谈,邱副院长对“三清洁”工作给予了肯定,同时对督查中存在的问题直言不讳给予指出,并要求对存在的问题限期整改落实。(李贵明)

大理州中医医院成功办理首例省外医保患者直接结算

12月1日上午,一位河南省医保患者前来办理出院结算手续,这是我院所受理的首例省外患者医保直接结算。在大理州医保局异地结算科和网络系统软件公司现场指导下帮助下,用时一个小时左右办理完成该省外患者异地结算手续。自异地就医结算开通以来,我院已成功为省内异地患者办理

如何解决便秘,这拉不出的痛

便秘就像堵车一样,让人既痛苦又焦躁,只有深受其害的人才知其痛。那么如何解决便秘这拉不出的痛呢?可以从以下几方面着手:

- 1.空腹喝水:每天清晨空腹喝一杯淡盐水、温开水或蜂蜜水,以增加肠道蠕动,促进排便。平时也应适当喝水,不要等口渴时才喝水,因为口渴时体内已处于缺水状态,而严重的缺水便会加重便秘。
- 2.注意饮食:食物不宜过于精细,增加膳食中的纤维素含量,如五谷杂粮、新鲜蔬菜、苹果、熟香蕉、梨等。多吃些富含油脂类的食品如花生、核桃、芝麻以及像蜂蜜一类的大分子糖类食品,忌烟酒及辛辣香燥的食物。
- 3.养成良好的排便习惯:根据个人人的生活规律和作息时间选择适当的时间,每天排便时间不变,形成规律。平时有便意时,应立即排便,不能刻意忍耐,以免造成意识性便秘。排便时集中精力,不要看书、读报和吸烟,排便时间控制在10分钟以内,以避免引起痔疮或脱肛。
- 4.调畅情志:若情志失和,产生忧郁、失望、愤怒、焦虑等时,肠蠕动明显受到抑制,会导致或加重便秘。应保持乐观、知足常乐的良好心态,学会自我调控情绪,排除不良情绪的影响,时刻保持一份好心情无疑是对肠道的最好关爱。
- 5.适当运动:中医学认为“久坐伤气,久坐伤肉”,缺乏运动可使脏腑功能低下,而诱发便秘。西医学也认为腹肌、膈肌无力是造成便秘的因素之一。因此提倡便秘患者根据自身条



中药“美日仙子”

在中药里,有多种具有滋润、美白肌肤功效的药物。这些药有着共同的特征:都姓“白”。

白术

为菊科多年生草本植物白术的根茎,味苦,性温,其对皮肤致病真菌有一定的抑制作用。古籍《药性论》称:“用白术蘸酒(或醋),均匀涂抹脸上,可治雀斑。”

白芷

为伞形科多年生草本植物,其味香、辛,性温,历代被视为美容佳品。无论是在千金面脂中或是在玉容散中,白芷都是制作面脂的主药。

白芨

为兰科多年生草本植物白芨的地下茎,味苦、甘,性平、涩而黏滑。外用可润滑肌肤,除面斑。

白苏

为人工栽培。取鲜白苏叶涂擦脸上可治狐臭。

白薇

为多年蔓生草本植物,叶子多而细,取其根茎入药。味辛、甘,性凉。《药性论》曰:“可治面上疮疱而美白肌肤。”

白附子

味辛、甘,可作面脂。取其捣碎成细粉,以酒拌和,用来敷面,可治粉刺和雀斑。

白薇藤

又名刺薇藤,1年或多年生草本植物薇藤的果实。味苦、辛,性温。含有多钟生物碱和甙类及多种丰富的过氧化物分解酶,有明显抗衰老作用,可明目轻身,去除面痕。《本草纲目》曰:“洗面黑,去斑。”

白果仁

为银杏的成熟种子。外用可治头面手足碍容性皮肤病,并可防止皮肤粗糙。

白茯苓

味甘、淡,性平。《本草品汇精要》曰:“取白茯苓研末,与蜜和,敷面可疗面疮。”

白丁香

味辛,性温,为雄麻雀尿。用它浸蜜可防治面疮和粉刺,能莹肌如玉。

白僵蚕

为蚕蛾科家蚕的幼虫在吐丝前,因感染白僵菌而发病致死的僵化虫体。外用其药,味咸、辛,性平。可治面黑、碍容性疾病及口眼歪斜等症。

· 中药故事 ·

不吃早餐危害知多少?



随着现代生活节奏的不断加快,许多人都来不及吃早餐就匆匆地上班或者上学了。但据营养专家分析,早餐是一日中最重要的一餐。身体在经过睡眠休息后已做好准备迎接一天的工作、学习,这时需要摄取丰富的营养。那么,大家知道不吃早餐有哪些危害吗?下面来认识一下吧。

- 1.易患消化道疾病:正常情况下,前一天晚上吃的食物经过六小时左右就从胃里排空进入肠道,第二天若不吃早餐,我们的胃里就没有食物,这样长此以往,细胞分泌粘液的正常功能就会遭到破坏,很容易造成胃溃疡及十二指肠溃疡等消化系统疾病。
- 2.容易患胆结石:胆汁是由肝脏分泌,胆囊储存的,不吃早餐,胆汁也会分泌,但是如果经常没有食物进行消化,就会造成胆汁的回流或者分泌不畅,而这些回流的胆汁就会存留在胆囊中,人在空腹时体内胆汁中胆固醇的浓度特别高,时间长了会使胆汁中的胆固醇析出而产生结石。
- 3.容易便秘:在三餐定时情况下,人体内会自

然产生胃结肠反射现象,有利身体排毒;反之若不吃早餐成习惯,就可能造成胃结肠反射作用失调,产生便秘。

4、导致肥胖及血管硬化:不吃早餐的人,常常到吃午餐时,因为饥饿就会吃得过饱,摄入过多的热量和脂肪,而午餐过后的吸收远远高于早餐,造成皮下脂肪的储存,导致肥胖。另外,长期不吃早餐还会使胆固醇、脂蛋白沉积于血管内壁,导致血管硬化。

5、引起低血糖:人体经过一夜的睡眠,体内的营养已消耗殆尽,不吃早餐就会出现低血糖,这时你会头昏、头晕、心慌、四肢无力、注意力不集中,记忆力减退等症状,影响学习和工作,甚至出现低血糖昏迷,这也是为什么有人不吃早餐在地铁、教室、办公室里昏倒的原因。

6、增加慢性病的患病率:不吃早餐就开始一天的工作,身体为了取得动力,会动用甲状腺、甲状旁腺、下垂体之类的腺体。去燃烧组织,除了造成腺体亢进之外,更会使得体质变酸,患上慢性病。

7、降低抵抗力:由于不吃早餐引起的营养不良,会导致机体抵抗力下降,增加感冒、心血管疾病等发病率。

8、加速衰老:不吃早餐就意味着要动用体内储备的糖元和蛋白质,长此以往会导致皮肤干燥,皱纹提前出现,加速衰老。

9、影响寿命:人体的健康长寿靠人体生物钟的支配,不吃早餐打乱了生物钟的正常运转,机体所需营养不能得到及时的补充,生理机能就会减退,再加上不吃早餐带来的种种疾病对机体的影响,都在影响人的健康长寿。(张池美)

话说「痛风」

人类关于痛风的描述最早可以追溯至数千年前,当时因其多见于富人阶层,故又被称为“帝王病”“王者之疾”。

痛风是一组以嘌呤代谢紊乱所致并以高尿酸血症为特征的代谢性疾病,它与血尿酸的升高有明确的关系,是尿酸盐沉积性炎性疾病。正常成人每日约产生尿酸750mg,其中80%为内源性,20%为外源性尿酸,这些尿酸进入尿酸代谢池(约为1200mg),每日代谢池中的尿酸约60%进行代谢,其中1/3约200mg经肠道分解代谢,2/3约400mg经肾脏排泄,从而可维持体内尿酸水平的稳定,其中任何环节出现问题均可导致高尿酸血症。临床上将痛风根据发病原因不同分为原发性性和继发性。痛风的病程可分为①无症状高尿酸血症期;②急性期;多首发于第一跖趾关节,其次为踝、膝、指、腕、肘关节,受累关节及周围组织红、肿、热、痛及活动障碍。初以单关节受累,反复发作多关节受累;③间歇期;④慢性痛风石病变更期:尿酸盐结晶在关节附近肌腱、腱鞘及皮肤结缔组织中沉积,形成黄白色,大小不一的隆起赘生物即为痛风结石。常发于耳轮、第一跖趾、指关节、肘部等处。但未累计其余脏腑。在关节易磨损附近的结节表皮菲薄,容易溃破形成瘻管,可有白色豆腐渣样物排出,一般不会引起感染(尿酸盐有抑菌作用)。对于痛风的治疗根据不同的病程有不同的治疗方案。

急性发作期:(1)低嘌呤饮食,避免进食或少食:动物内脏,骨髓,海味,贝蟹,鱼虾类,豆类,菠菜,含糖饮料,啤酒,黄酒,烈性酒。适量饮用红葡萄酒、酸奶、牛奶、樱桃可降低血尿酸,多喝水。(2)非甾体类抗炎药:如吗啡美辛、布洛芬等,具体用药请遵医嘱。

慢性痛风石病变更期或间歇期:(1)饮食管理:低嘌呤饮食、多喝水。(2)药物上可选择抑制尿酸合成和促尿酸排泄的药物,具体用药请遵医嘱。(3)必要时可行手术切除痛风石。

中医上痛风属于痹症的范围,其病机多为湿



在临床工作中常有患者为“流产后多长时间能再次怀孕”的问题而前来就诊。流产包括自然流产和人工流产,常见的人工流产是避孕失败后的一种补救措施;自然流产是一种病理现象,多数妇女有生育愿望,却因发生了不明原因造成流产,短期内有再怀孕要求,而前来咨询的。一般得到的回答是“三个月”,这样简单的回答是不够准确的,甚至会误导患者,引发再次流产。为什么这样讲呢?因为:

- 1、人工流产时,都要进行吸宫或刮宫,尽量将宫腔内的胚胎组织清除干净,而手术给予宫腔壁留下创伤,一般在手术后3-5天内都会有少量阴道出血,持续时间最多不超过2周,子宫内膜基底层也会受到不同程度的损伤,术后恢复需要一定过程。且流产后极易发生盆腔炎性疾病,而盆腔炎性疾病会直接影响再次怀孕,包括继发不孕、容易流产或宫外孕等。还有流产手术对子宫内膜的伤害恢复需要时间,如子宫内膜薄、子宫腔粘连、子宫腔内环境没有恢复到孕前状态,就再次怀孕,不能给孕育着床提供良好的条件,也容易继发不孕、再次流产,或者发生孕卵着床异常如前置胎盘或胎盘植入等。
- 2、流产后还会给患者留下一定的心理负担,有生育要求者担

(彭锡安)

不可忽视的粪便潜血检测

前几天同学来电话说她母亲被查出胃腺癌,通话的时候听得出她的心情很沉重,事情是这样的:她母亲前段时间在一次常规体检中,血常规显示血红蛋白93g/L,提示轻度贫血,粪便潜血试验阳性,镜下无完整的红细胞,肝胆胰肾B超检查未见明显异常,内外科未见明显异常。

当然,粪便潜血检测,对粪便的取材也是十分关键的。取材不正确,即使有出血也可能会被漏诊,故对粪便检查的患者,医生应告知如何留取标本,一般要求取蚕豆大小且有异常形状,尤其是有黏液、异常颜色处的粪便,并盛放在检验科提供的专用容器中。

粪便潜血是诊断消化道出血的常规项目,对消化道肿瘤的筛查是非常敏感的项目之一,一般隐血试验对消化道溃疡的阳性诊断率为40%—70%,呈间断阳性阳性;而消化道癌症隐血试验阳性率可达95%且呈持续性阳性,对早期发现消化道恶性肿瘤有重要价值,此外,通过粪便检查也可发现消化道是否有炎症、异常细菌、寄生虫等情况,对消化道系统其他疾病的诊断也能提供有利证据。

(高金莲)

这个例子说明了粪便潜血实验的重要性。一般的人群对粪便检测不怎么重视,尤其对于一些无显性出血的患者,一般没有其他临床症状也不会到医院检查,往往是因为其他原因导致腹痛、腹痛等胃肠道症状后再做其他检查时发现隐藏病情的情況比较多。所以,临床医生在发现粪便无原因的潜血试验阳性的时候,应积极寻找原因,如进行胃镜、肠镜、肿瘤标志物等检

· 医学检验科普专栏 ·