牡丹晚报
2022年3月28日
星期一

健康家园

责任编辑:郭长贺 美术编辑:刘 娟
电话:13355303565
E-mail:mdyzhhm@163.com

走进健康家园 享受美好生活

理事长单位 菏泽市立医院 院长、党委书记 冯 峰
副理事长单位 菏泽市中医医院 党委书记 时志江 菏泽市牡丹人民医院 院长、党委书记 李华伟
理事单位 菏泽市第三人民医院 院长、党总支书记 王广金 曹县人民医院 院长 岳荣振
共建单位 山东联众医药连锁有限公司 总经理 李青峰

妙手点亮明眸 让眼疾患者重启清晰“视界”

□牡丹晚报全媒体记者 艳粉

眼睛是心灵的窗户,人们一生中接受的信息有95%都是由眼睛获取的,眼睛不好,就会影响正常的学习、工作与生活。春节后,前来市中医医院眼科就诊的患者人数一直居高不下,眼科主任邓志峰带领高水平的医疗团队利用精湛的医术和高端仪器设备,让更多患者重见光明,受到患者的认可和好评。

白内障患者术后 整个世界又亮了

“世界又亮了,手术后的我如同换上了新眼睛,不管看近处还是远处的事物都十分清晰,感谢邓主任让我的眼睛恢复了正常。”赵先生高兴地说,术后第二天视力就完全恢复了,“不管是踢足球,还是打乒乓球我都能准确连续捕捉运动球体。”

今年59岁的赵先生因患老年性白内障,平时看什么东西都是模糊不清,已经严重影响到正常的工作和生活。对于他来说,整个世界都是昏昏沉沉的。近日,赵先生慕名来到市中医医院眼科就诊,主任医师邓志峰为其进行术前检查,并为赵先生实施了新无极连续视程人工晶体手术,术后第二天,赵先生感觉整个世界又亮了。

赵先生只是邓志峰带领眼科团队进行契合百姓真正需求实施高端手术的受益者之一。春节后,前来市中医医院就诊的眼疾患者人数居高不下,每到手术日时,邓志峰会做将近20台手术,“辛苦一点没什么,能让更多患者重见光明,自己也感到很欣慰。”不管是门诊还是手术,加班对于他来说早已成为常态,一位位患者经过治疗重见光明,对他来说是最开心的事情。

推陈出新 满足百姓就医需求

据介绍,老年白内障、老年黄斑变性、糖尿病视网膜病变等眼科疾病患者数量逐年增加,随着生活水平的不断提高,百姓视觉体验要求也在逐步提升,这就需要更加精湛的医疗技术来满足百姓就医需求。

“技术不断提高是我们科室的不懈追求。”邓志峰介绍,常规的白内障手术,很多患者术后看远处或近处物品时需要配镜,而多焦点人工晶体和新无极连续视程人工晶体手术作为高端的手术,术后无需配镜,即可看远也可看近,远中近视力都比较优良,满足了患者不同工作生活场景的需求,达到了全时段无需配镜的效果。“白内障手术已经从复明手术进入到了屈光性手术,术后不仅能让患者看清楚,还可以看得舒适。”邓志峰说。

市中医医院眼科是医院特色专科之一,菏泽市首个眼科精品临床专科,菏泽市首个眼科临床重点专科,具有经验丰富、开拓创新的管理团队;具有一流的专业人才并以学科带头人的形式来构成眼科技术核心竞争力;拥有一支优秀的护理队伍。

精湛的医术、专业的团队,再加上科室不断引进具有国际先进水平的眼科诊疗设备与相关技术,不管是上至百岁的老人,还是幼童,都能为其提供全面准确的诊疗方案与医疗服务,为患者眼睛健康保驾护航。

预防疾病 健康同行
菏泽市疾病预防控制中心
传染病防控咨询电话:5315138、5316867 艾滋病咨询电话:5380196

关注房颤,守护健康

据《中国心血管健康和疾病报告2020》显示,我国房颤患病人数超1000万,≥35岁居民的心房颤动患病率为0.7%,其中34.0%的患者为新发现的心房颤动,自己并不知晓;≥75岁居民患病率高达2.4%。我国心房颤动患者脑卒中总体发生比例为24.8%。据统计数据表明,老年房颤患者并发血栓栓塞(脑卒中)的风险是非房颤患者的6倍。房颤给社会、患者和家庭带来了沉重经济负担。

什么是房颤?

房颤是很多老年人都会发生的心脏疾病,是临床最常见的心律失常之一,随着年龄增大,心功能逐渐减退,房颤就会逐渐出现。正常的心脏,是由窦房结来下达命令维持有序工作。而当房颤发生时,心房就会胡乱发号施令,导致心律失常,心房内产生每分钟达350-600次不规则的冲动,不仅比正常人心跳快得多,而且绝对不整齐。

引起房颤的原因有很多,包括冠心病、甲亢、高血压、糖尿病、心肌病等,长期饮酒、抽烟、过度劳累等也是常见原因。房颤分为四类,分别是阵发性房颤、持续性房颤、长期持续性房颤及永久性房颤。阵发性房颤,一般持续时间小于一周,有时会自行停止;持续性房颤一般持续7天以上,需要用药物或电击才能转为正常心律;长期持续性房颤,发作起来持续时间可达一年,可以通过药物、电击转律或导管消融等方法终止;永久性房颤,发作呈持续状态,药物或电击转律失败或不打算转律。

发生房颤时有什么表现?

发生房颤时会出现疲倦、呼吸急促、发作性头晕、胸痛、心悸、中风等不适。如果不及时医治,就会出现其他更严重的情况,会引起心衰、栓塞、恶性心律失常,甚至会危及到生命,影响患者生活质量。

为什么房颤患者发生脑卒中风险高?

一般来说,房颤发生后,心房收缩功能就会减弱,心房中的血液无法被完全泵出,瘀滞在心房内,逐渐结成块,形成血栓。血栓一旦脱落,就会随着血流进入脑部血管,很容易堵塞血管,阻断脑部供血,导致脑卒中。

得了房颤,怎么办呢?

首先,不必过分紧张给自己造成太大的心理压力;其次,应该立即前往医院心内科就诊。查明原因,从而给予科学的治疗。房颤的治疗方案简称A、B、C。A(Anticoagulation/Avoid stroke)主要是根据评分抗凝治疗以防止栓塞;B(Better symptom control)通过心室率及节律药物或者是通过射频消融术进行手术治疗;C(Comorbidities/Cardiovascular risk factor management)合并症及心血管危险因素管理,生活方式改变(减少体重、经常运动、减少饮酒等等)。如果发生房颤的时候,不遵医嘱服用抗凝药物,就会容易引起中风。对于有长期抗凝禁忌症的非手术房颤患者,可考虑进行经皮左心耳封堵术,可降低血栓栓塞风险。

怎样降低房颤发生率?

均衡的饮食结构。注意多吃含蛋白质和维生素的食物,如鱼虾、蛋、奶等,每天补充新鲜水果和蔬菜,如青菜、苹果等。

良好的生活方式,如不吸烟、少饮酒、少饮咖啡和浓茶等,忌辛辣刺激性食物如姜葱等。如果出现浮肿、胸闷、心功能欠佳,应限制钠盐摄入,每天摄入量少于5g。

科学运动。选择好的锻炼方式,如散步,打太极拳,广播体操等,每次运动前做好准备运动,从低强度向中等强度逐渐过渡,每天可运动20-30分钟,如无不适,可增加到60分钟,每周锻炼不少于5次。

合理的睡眠时间。保持心平气和,轻松愉快的心情,泰然自若的心态,可以使我们远离疾病,也利于战胜疾病。

大家平时一定要保护心脏、爱惜心脏,提高房颤的早期诊断率、规范抗凝治疗、推动包括射频消融术的使用,那样才会让心脏有节奏地跳动,为大家的身体带来健康。

菏泽市立医院心内科 闫世冉