

■今日看点

『癌症并不等于死亡』

本报记者常娟

“得了癌症就意味着死亡？”您还在被这样的观点所困扰吗？5月30日,23位“抗癌达人”来到河南省肿瘤医院,向癌症患者介绍自己的抗癌秘诀。他们中抗癌时间最短的有15年,最长的达37年。他们以自己的亲身经历告诉癌症患者:“癌症并不等于死亡”。只要进行规范化诊疗,具有与癌症抗争的良好心态,就可以让病魔离开。

抗癌秘诀一:定期体检 做到癌症早发现

5月30日,在河南省肿瘤医院“为生命喝彩,寻找您身边的‘抗癌达人’”系列活动中,“抗癌达人”周清珍与癌症患者面对面交流。如果不是被十几名癌症患者簇拥着请教抗癌经验,很难想象眼前这位老人是一位肺癌患者。

周清珍今年66岁,与肺癌抗争已经有18个年头了。说起自己的抗癌秘诀,她坚定地將定期体检、早防早治放到第一位。

退休前周清珍是原河南省广播电影电视局的保健医生。1996年12月,周清珍组织单位女同事体检。在安排其他人做完胸部透视后,她最后一个走上X光机检查台,医生在反复检查后,告诉她肺部有个阴影,还需要进一步检查。

周清珍当时没有在意,还给医生开玩笑说:“难道是个瘤?”后来她到医院进行了专项检查,在经过CT、核磁共振检查后,确诊为肺腺鳞癌混合型。

与所有癌症患者一样,周清珍也经历了前期的焦虑、恐惧,但过了一周之后,她下定决心走上手术台,切除了左肺叶,并开始了痛苦而又漫长的化疗,一期、两期……直到身体承受不住,随后又开始中药调理,参加抗癌俱乐部,练气功增强体质。

“年轻人应该改变对体检的片面认识。健康体检能帮助我们发现疾病和影响健康的危险因素,及早发现异常体征,为我们早诊断、早治疗争取宝贵时间。建议大家尤其是老年人,每年都要进行针对性的体检,这无论是对癌症还是其他方面的疾病都有帮助。”周清珍说。

据周清珍的主治医师、河南省肿瘤医院胸外科二病区主任医师程金华介绍,肺腺鳞癌混合型属于非小细胞癌的一种,发病率只占肺癌的0.6%~2.3%,在我国,患者5年生存率只有30%,10年生存率仅有10%;但在日本,其患者5年生存率却达到70%。这其中的差异主要在于该国国民医疗意识强,重视健康体检(常规体检在日本免费)。

“我国城市居民主动做体检的不足5%,农村居民健康体检意识更差。一般患者都是有问题时才到医院就诊,这时就错过了最佳治疗期。建议大家养成健康体检意识,对高发疾病如乳腺癌、肺癌等一年体检一两次,防患于未然。”程金华说。

抗癌秘诀二:与医生配合 进行规范化诊疗

被癌症吓昏了头,“病急乱投医”;相信街头小报,乱吃药、乱就诊或者干脆放弃治疗……这些不正常现象应该如何克服,如何才能正确地与癌症抗争?采访中记者发现,22位“抗癌达人”的抗癌经历都有一个共同点:发现疾病及时到正规医院、专科医院治疗,并积极与医生配合,进行规范化诊疗。

与肺癌抗争23年的杨晓柏就是其中一位。1991年,杨晓柏出现连续性的高烧、盗汗,到附近医院诊治,医生初步诊断为抽烟引起的肺炎或肺结核。但经过连续两个多月的消炎和抗结核治疗,杨晓柏肺部的大片模糊阴影消散,逐渐显现出一个清晰的瘤体轮廓。这个结果使医生对前期诊断结果产生了怀疑:“有可能是更坏的一种病,建议到专科医院接受检查。”

经朋友介绍,杨晓柏来到河南省肿瘤医院找专家检查,诊断结果为小细胞肺癌晚期。入院第三天,他就配合医生开始化疗。“掉头发、呕吐、浑身乏力,化疗药物像流动的火在血液里燃烧,心脏仿佛被放在燃烧的蜡烛下面熏烤……”杨晓柏说,化疗折磨的不仅是癌症患者的肉体,更是他们的精神,但杨晓柏坚持下来了,一年内他手术、化疗近乎10次。

身体不适应化疗时,杨晓柏采取中药调理,心理治疗、体能锻炼,营养免疫……一晃一年多过去了,小细胞肺癌晚期正常情况下生存期只有6~11个月,但杨晓柏却又生存了23个年头。

谈起抗癌经验,杨晓柏说:“发现癌症,一定要及时到正规医院、专科医院就诊,配合医生进行规范化治疗,千万不要病急乱投医或者贪图便宜到小诊所胡乱吃药。”

杨晓柏的主治医生、河南省肿瘤医院内科医生罗素霞现场向癌症患者进行了科学知识普及:小细胞肺癌属于肺癌的一种,其发病率约占肺癌的20%,5年生存率通常只有1%~10%。吸烟人群为高发人群,小细胞肺癌患者中90%以上的人有吸烟史,所以男性患者要尽早戒烟,也要劝阻身边人少抽烟。

抗癌秘诀三:树立正确观念 癌症并不等于死亡

在河南省肿瘤医院建院37周年升旗宣誓仪式上,76岁的豫剧团成员(现已退休)尚延枝收到了2014年度“抗癌达人”荣誉证书。

这份荣誉来之不易。尚延枝命途多舛,原本为河南省豫剧二团演员,1982年患乳腺癌,2007年患甲状腺癌,都是晚期恶性转移、扩散。在治疗过程中,尚延枝只好暂时离开工作岗位,全家仅靠爱人每月52元的工资支撑,再加上3个孩子还在上学,一家人的境况可谓“凄凄惨惨戚戚”。

艰难的窘境下,只能放弃生的希望?尚延枝和家人没有这样想,而是选择坚持下去,相信“癌症并不等于死亡,只要有信心,就一定可以延长生存时间”。尚延枝每天吃馒头咸菜,坚持化疗;营养跟不上,爱人去捡剩菜叶,给她做菜吃;身体抵抗力差,她每天坚持练气功……每次检查,她都被告知生存时间不超过半年,可直至现在,她已经走过抗癌历程34年。

尚延枝将自己的抗癌经验总结为14字:锻炼、勤快人长寿,懒惰、恐惧病缠身。这其中还有一个最重要的前提,树立“癌症并不等于死亡”的正确信念。

今年48岁、走过16个抗癌年头的时斌更时常告诫自己:“患癌不可怕,精神不能垮。”世界卫生组织已有定论,癌症只是一种慢性病。大家要坚信“癌症并不等于死亡”,只要正确就诊、坚持锻炼、放松心情,就能取得不错的治疗效果。“建议大家凡事往好处想,走好生命中的每一步,积极对待生命中的每一天、每一个人。”时斌说。

抗癌秘诀四:坚持锻炼 合理饮食

在向癌症患者分享自己的抗癌经历时,几乎每位“抗癌达人”都提到要坚持锻炼,增强体质。他们都是如何锻炼的呢?

杨晓柏通过练气功来增强体质。根据子午流注学说,肺经启动于寅时(3~5时),要想见效,习练者必须在这个时段进入气功态。所以杨晓柏每天4时就开始练气功,每天要练六七小时。

与乳腺癌抗争22年的安玉红选择每天早上到公园锻炼,练太极拳,呼吸新鲜空气是美好一天的开始;白天做家务,逛超市,与朋友们逛街、喝茶、聊天;晚饭后到小区附近跳广场舞;每年要去爬三四次山,去农村挖野菜、钓鱼等。安玉红就是通过坚持这样的旅游、健身活动来增强体质。

记者采访中了解到,几乎所有的“抗癌达人”都特别注意生活规律,定时作息,早睡早起,按时服药,科学饮食。“食疗胜药疗”,他们都选择有抗癌作用的食物,比如香菇、木耳、花菜、芦笋、胡萝卜、茄子等;多吃新鲜蔬菜、水果、杂粮,不吃刺激性和盐腌制的食物。

抗癌秘诀五:积极参加公益活动 抱团取暖

“我的抗癌之路,有血也有泪、有酸也有苦,但我不孤独,因为有大大家来相助。”在“抗癌达人”与主治专家交流会上,时斌向参会人员演唱了这样一首歌。动听的歌声表达了“抗癌达人”对亲人的感恩、对社会的感恩。

为感恩社会,不少“抗癌达人”选择了参加抗癌俱乐部、生命关怀协会等相互借鉴抗癌经验,并推选有经验的“抗癌达人”到医院为备受煎熬的癌症患者传递抗癌经验。

参加河南省肿瘤医院“为生命喝彩,寻找您身边的‘抗癌达人’”就是其中的一种形式。据悉,6月1日是河南省肿瘤医院建院37周年纪念日。5月30日,河南省肿瘤医院举办了盛大升旗宣誓仪式,23位“抗癌达人”应邀参加。该院各位专家结合病情为患者普及防癌抗癌知识,“抗癌达人”与患者面对面交流,为处在治疗期的患者传经送宝、传授独门抗癌秘诀,帮助备受煎熬的患者树立战胜病魔的信心。

为鼓励更多患者争当“抗癌达人”,河南省肿瘤医院还为23位“抗癌达人”颁发了荣誉证书并为其建立健康档案,每年提供一次免费专项体检。

紧急抢救 保全孕妇胎儿生命

本报记者 李 季

5月26日,对于刘某母女来说,注定是终生难忘的日子。妊娠合并心力衰竭的刘某在由许昌转往上级医院的途中意识丧失,呼吸心跳骤停。命悬一线之际,新郑市人民医院为她架起“生命之梯”,让这对母女重获新生。

5月26日13时5分,新郑市人民医院接到120急救指挥中心的电话,一位孕妇出现意识不清等症状,需要急救。该院急救车立即赶往现场,途中和孕妇产属联系发现,这是一位正要往郑州转送的妊娠合并心力衰竭患者。该院急诊科立即通知内、外、妇、儿等各科专家备诊,并为孕妇开通急救绿色通道。急救车到达现场时,孕妇呼吸困难、病情危重,在返院途中突然意识丧失、呼吸心跳停止,急救人员立即对其实施心肺复苏术等抢救措施。几分钟后,急救车到达医院,此刻患者几无生命体征,处于深度昏迷状态,各种反射消失、口腔流出大量分泌物、双肺呼吸音未闻及、心音未闻及、胎动次数50次/分,胎儿生命岌岌可危。

新郑市人民医院急救人员立即对患者实施气管插管、呼吸机应用、吸痰术、心肺复苏术等一系列抢救措施。6分钟后,孕妇出现了自主呼吸。由于孕妇目前怀孕35周,如果不终止妊娠,可能会出现胎儿死亡的悲剧,而实施剖宫产术对孕妇和胎儿都是一个挑战,能不能渡过手术关,新生儿是否能够存活都是未知数。病情危急,该院专家参考各项检查结果,经过认真讨论并与家属沟通后,认为进行剖宫产术终止妊娠是目前可实施的最好办法。

14时2分,在做好各项术前准备工作后,新郑市人民医院医疗团队对孕妇开始实施剖宫产手术。此刻,该院妇产科、麻醉科、内科、急诊科、重症监护室、新生儿科多位专家全部到场,大家静静地守候在手术台前,屏息凝视着术中孕妇的

信阳提升新闻宣传能力

本报讯 (记者王明杰 通讯员张毅)5月30日,信阳市卫生局举办了提升新闻宣传能力培训班。该市各县(区)卫生局、市直医疗卫生单位办公室主任、信息员参加培训。

培训班上,信阳市卫生局邀请有关专家进行授课。针对政务信息报送,培训班重点讲解了信息报送质量、政务信息写作及如何建立卫生系统信息员队伍等;针对新闻采写,培训班重点讲解了如何寻找新闻、如何写好新闻等,鼓励参会人员

结合实际不断提高写作技巧,积极把握新闻亮点,抓住新闻眼,切实提高写作水平。

信阳市卫生局副局长付炳强表示,授课专家讲授内容深入浅出,基础理论扎实,鲜活事例突出,实用性较大。

此次培训,也提升了该市卫生队伍综合素质,使基层医疗卫生单位办公室主任和信息员对新闻宣传工作有了更加深刻的认识,为做好新闻宣传工作打下了坚实基础。

不一样的世界 一样的关爱



爱心团队来到福利院

5月31日,河南科技大学副校长、眼科博士雷方教授正在与许昌市社会福利院的孩子互动(如图①)。当天,河南科技大学第一附属医院与郑州大学第二附属医院的专家联合组成20余人的爱心团队,前往许昌市社会福利院开展义诊及慰问活动。刘永胜 毛宇辰/摄影报道

我来当回“小医生”

“六一”儿童节,开封市儿童医院迎来了一批“小医生”。这些“小医生”都是开封市各小学的学生代表,他们戴上口罩,穿着隔离服,在病区讲解员的带领下,体验医务人员的辛苦与快乐,并慰问了生病住院的小伙伴们(如图②)。

李 季/摄影报道

患儿的节日

6月1日上午,在郑州人民医院颐和医院举办的“六一”儿童节活动中,几位患儿正在为舍己救人的小英雄李美佳喂蛋糕(如图③)。当天,十几位患儿聚到一起,过了一个特殊的节日。

郭晓阳/摄影报道

这里需要更多关爱

本报记者 常 娟

脑瘫、四肢畸形、先天性心脏病、兔唇……他们出生时,没有得到幸运之神的眷顾;成长时,又受到命运的捉弄,成为被遗弃的孩子。他们渴望拥抱、渴望关怀、渴望更多的关爱!

5月28日,记者跟随郑州人民医院的医务人员志愿者团队一行15人走进了爱佑·银泰开封儿童养护中心。这里住着120多名孤残儿童。这些平均年龄不足2岁的孤残儿童不仅身受各种病痛的折磨,还失去了亲人的关爱。他们渴望关怀,渴望得到更多的关爱!

当天,郑州人民医院向爱佑·银泰开封儿童养护中心赠送了文具、生活用品及药品,为孩子们进行了健康体检(如图④)。“从检查结果来看,孩子们的疾病较多的是四肢畸形和先天性心脏病。”郑州人民医院儿科副主任王德莉说,“比如商丘的刘兵,半岁了却只有两三个月孩子的体重,嘴唇及鼻梁发紫,需要早



日做先天性心脏病手术。医院会先把他带回去,随后再陆续安排其他孩子做手术。”

“虽然我们平时面对的都是危重病人,但看到这么多孤残儿童,尤其是看到一个在我们医院做过手术、我护理过的孩子,不禁产生了母爱的感觉,也感到自己身上多了一份义不容辞的责任。以后我要多组织参加这样的活动,为这个特殊群体奉献更多的爱心,帮助更多的孩子恢复健康、快乐生活。”2014“河南最美护士”、郑州人民医院重症监护室护士长李伟丽动情地说。

一句话新闻

洛阳市妇幼保健机构添“新军” 6月1日,洛阳市妇女儿童医疗保健中心新院区如期开业。开诊第一天,该院接诊患者超过600人次。据介绍,该院推出了优惠措施:6月1日至30日,门诊患者免挂号费及诊疗检查费;举办抽奖活动,其中门诊患者中奖者当日就医疗费用全免;住院患者中奖者住院费用自费部分全免。

(记者刘永胜 通讯员李冰磊)
汝阳举行儿科学术年会 5月28日,汝阳县举行首届儿科学术年会。年会结合乡村医生实际需求,精心安排了3个专题讲座,让来自各乡镇的226名乡村医生盛赞“解

渴”“实用”“期盼再来”。

(记者刘永胜 通讯员崔浩浩)
儿童收到节日慰问金 “六一”儿童节前夕,洛阳市第一人民医院为全院260名14周岁以下儿童,每人送去50元慰问金,并对他们表示节日的祝福。

(记者刘永胜 通讯员艾金宝)
卢氏启动“儿童营养包”项目 5月29日,卢氏县启动贫困地区儿童营养改善项目。该项目今年将为卢氏县城关镇、横涧乡、范里镇、东明镇、文峪乡约4000名适龄婴幼儿每天免费提供1包富含蛋白质、维生素和矿物质的补充辅食营养补充品(营养包)。

(记者刘 岩)

中牟县妇幼保健院新院投用 5月28日,中牟县妇幼保健院新院区正式投入使用。该院新院区建筑面积2.4万平方米,新增产休一体化病房、产后形体康复中心等10余项特色服务。

(记者李志刚 通讯员唐及超)
淇县关爱留守儿童 5月30日,淇县卫生局开展了“大手拉小手、真情暖如歌”关爱农村留守儿童结对帮扶活动。当天,淇县卫生局组织人员分别到“一联四包”村——西岗镇宋街村、包公庙和郝街村,看望慰问了12名留守儿童,并为他们送去了书包、文具等学习用品。淇县

卫生局局长宋海贵表示,今后将坚持不懈地关心留守儿童的健康成长,尽其所能成为他们生活的知情人、学习的引路人、品德的教育人、成长的保护人。

(记者高志勇 通讯员白树恩)
“阳光雨露”俱乐部成立 5月30日,郑州大学附属郑州中心医院成立“阳光雨露”俱乐部,为100余位孩子、家长开展知识讲座。该院成立“阳光雨露”俱乐部,旨在提高少年儿童的健康意识和公共卫生意识,帮助父母培养儿童综合发展潜力,促进儿童身心健康发展。

(通讯员王建明)

动手手指
体检结果一目了然