

戒烟,戒的是心瘾还是疾病?

本报记者 刘 旸

“上大学时就开始吸烟,中间也尝试戒过几回,就是没戒掉!”5月29日,年近30岁的孙先生(化名)成为河南省人民医院刚刚揭牌的戒烟门诊里的首位患者。接诊医生为孙先生进行了烟草依赖评估之后,初步判断孙先生对烟草中尼古丁的依赖为中毒依赖。

“烟草的生理依赖就是需要每天补充尼古丁;心理依赖就是对生活方式和社会诱导的依赖,这是一种行为习惯。”河南省疾病预防控制中心健康教育与慢性病非传染性疾病防治研究所所长周刚说,戒烟不仅要戒掉吸烟习惯,更重要的是要戒断心理依赖。

今年5月31日是第31个世界无烟日,今年的宣传主题为“烟草和心脏病”。因此,我们关注戒烟的话题,也开始转变为对吸烟者的心身同治。

戒烟重在戒除心理依赖吗?

“每一位到我们门诊来的戒烟患者,我们首先要对他们进行尼古丁依赖检验,内容涉及早晨起床后多长时间吸第一支烟、是否在禁烟场所很难控

制吸烟需求、每天吸多少支烟等行为习惯性问题。”河南省人民医院呼吸与重症医学科主任医师、戒烟门诊医生齐咏表示,身心同治已经是世界认可的戒烟治疗主要方式。评估吸烟者对尼古丁的心理依赖和生理依赖程度,在戒烟治疗中同等重要。

齐咏表示,戒烟的难点是周期长,吸烟者难以坚持和容易复吸。针对严重依赖烟草的吸烟者来说,在前期症状明显时将通过机器及药物干预辅助戒烟,在医生指导下戒烟比自行戒烟的成功率高出3倍。

在专业的戒烟门诊中,经过专业培训的医生会围绕与烟草依赖有关的哮喘、肺癌、冠心病、心肌梗死等疾病,为患者提供及时、有效的健康诊断与咨询,同时也会对患者进行及时有效的心理评估,从而帮助吸烟者成功戒烟。

“同时,我们吸纳有共同戒烟愿望的人群成立微信群,在群内及时对吸烟者进行随访、答疑。许多戒烟者还会借助一些手机APP(应用程序)来监督、帮助自己戒烟。这些都是成功戒烟的

有效手段。”齐咏说。

低焦油就等于低危害吗?

“要让每一个吸烟者走出误区,低焦油卷烟绝对不是低危害!”河南省疾病预防控制中心副主任张丁在“2017年河南省成人烟草调查”发布会现场呼吁,虽然公众对工作场所和公共场所全面禁烟表现出了很高的支持度,但是河南省的戒烟现状并不乐观。

在纳入本次调查的人群当中,吸烟者中有20.98%的人尝试过戒烟,戒烟成功率仅为16.87%;现在吸烟者中戒烟意愿较低,准备在12个月内戒烟的比例仅为13.37%。调查中还特别提到,公众对于低焦油卷烟存在认识误区,正认知“低焦油卷烟不等于低危害”的人群所占比例仅为14.75%。

“戒烟成功率较低,一方面是人们对烟草危害缺乏科学、全面的认识,另一方面是与当前一些烟草广告对错误理念的宣传以及烟草大幅促销、赞助现象依然存在有关。”河南省卫生计生委新闻发言人、副巡视员周勇说。

在生活中,不少吸烟者都认为

为,市场上销售的低焦油卷烟的烟味比较清淡,抽这种烟可以将烟草危害降低;而实际上,低焦油卷烟可能还会让吸烟者烟瘾更大。“烟草中焦油仅仅是危害人体健康的一小部分,对人体危害较大的主要是香烟中的亚硝胺、苯比芘等致癌物质,以及危害心脑血管的微小颗粒。因此,仅仅降低香烟中的焦油含量,其实无济于事。”周刚说,这就是低焦油卷烟、电子烟无法帮助吸烟者达到戒烟目的的主要原因。

控烟如何取得显著效果呢?

5月29日,由河南省疾病预防控制中心和河南省人民医院牵头成立河南省戒烟与健康教育联盟。

河南省戒烟与健康教育联盟成立后,将坚持以戒烟和健康教育为导向,充分发挥专业优势,搭建平台,广泛开展与戒烟相关的多层次学术交流、健康教育、科研科普等工作,将推动河南省专业化戒烟的发展,提高戒烟治疗水平,有效促进戒烟健康教育与控烟工作。

与此同时,河南省对戒烟门诊建设高度重视。2016~2017年,

全省共计建立6家戒烟门诊,完成门诊病例872例,2018年还将有5家大型综合医院开设戒烟门诊。

据周勇介绍,为了响应国家卫生健康委员会“医者先行”活动,充分发挥医务人员带头作用、提供戒烟帮助的表率作用,河南省卫生计生委选定5家医院作为我省首批规范化戒烟门诊。

据了解,2006年《烟草控制框架公约》在我国正式生效后,我国先后出台了一系列控烟措施和法规,并将控烟目标写入《“健康中国2030”规划纲要》中,要求到2030年我国成年人吸烟率应控制在20%以内。日前,河南省卫生计生委印发了《关于进一步加强无烟卫生计生系统创建工作的通知》,要求将全省各级各类卫生计生机构全部纳入创建工作,实行“控烟监督员和巡查员”制度,实时对机构内控烟情况进行监督,并依据《无烟卫生计生机构评分标准》,将无烟卫生计生机构纳入各级卫生计生机构精神文明建设和评优指标,对不达标机构实行一票否决。

陪伴式关爱 送给小患者最好的节日礼物

本报记者 刘 旸 通讯员 王晓凡 文/图



5月31日下午,河南省肿瘤医院门诊大厅内忽然响起一阵悠扬的小提琴曲;紧接着,在大厅的另一侧,一名身着牛仔裙的长发女孩儿手抱尤克里里,边跳边弹奏起来;随后,一群戴口罩的小患者,搬着自己的小凳子坐在了大厅正中间,津津有味地观看乐手们的表演。

原来,这是该院在“六一”国际儿童节到来前夕,唤起大众对罹患癌症儿童及其家庭的关注、关爱的一项快闪活动。当天,该院联合爱心乐队、高校歌手、社会公益代表等爱心人士,共同发起了一场主题为“天天陪伴”的庆祝活动(如图)。

近年来,受环境污染,生活方

式等影响,一些大病、重病、罕见病的发病率呈现低龄化趋势。根据国际抗癌联盟统计,全世界每年有超过16万名儿童被诊断为癌症,约9万名儿童因癌症死亡。一般来说,小儿癌症多发于5岁以下;有急性白血病、脑瘤、恶性淋巴瘤、恶性骨肿瘤及神经母细胞瘤等;其中以儿童白血病最为常见,已占到总患病人数的85%,是儿童恶性肿瘤的“头号杀手”。

记者当天了解到,目前,河南省肿瘤医院在院14岁以下患恶性肿瘤的儿童约150人,主要分布在血液科、骨与软组织科、神经外科及放疗科。“全国目前有400万名白血病患者,其中一半以上都是儿童,并且以2~9岁患儿居多,值得庆幸的是,儿童白血病治疗效果比成人好。”据该院血液科副主任、儿童血液肿瘤病区主任张文林介绍,白血病有急性和慢性的之分,临床上90%以上患儿童得的是急性白血病,只要早发

现、早治疗,80%的患儿可以治愈。

张文林进一步解释,儿童急性白血病又分为急性淋巴细胞白血病和急性髓系细胞白血病,治疗方式以化疗为主。在正确诊断、分型、治疗的情况下,前者完全缓解率可达到95%以上,5年总生存率达70%~90%;后者完全缓解率为80%~90%,5年总生存率为55%~65%。

根据儿童白血病临床发病情况,张文林提醒大家,室内装修污染、过多的医学仪器检查、过长时间的辐射电器接触以及不良生活方式等,都是发病诱因。此外,因为儿童白血病的发病症状非常不典型,容易被误诊或漏诊。

相关统计数字显示,恶性肿瘤也是儿童、青少年骨骼肌肉系统最常见的原发恶性肿瘤,孩子们要经历化疗、手术、有的因病情严重,还有截肢的风险;神经外科病房里的一些

脑瘤患儿,面临着开颅手术和术后的放疗、化疗。即便如此,谁也无法预言癌症会不会再次袭来。

这些病,治疗周期长,一般需要半年左右。其中,白血病的治疗时间为两年半到3年。在治疗过程中,孩子们每天都要吃药、打针,完成各种治疗,他们要独自承受恶心、呕吐、乏力、脱发等身体上的痛苦。他们当中年龄小的仅两三岁,没有同学、没有朋友,只有病房里的病友。虽然有家人的陪伴,但因病情原因,他们无法像正常孩子一样在阳光下奔跑、嬉戏、玩耍。在四处洋溢着快乐氛围的儿童节,病房里的他们似乎成了“被世界遗忘的人”。

近年来,许多像河南省肿瘤医院一样的医疗机构常态化开展了关爱肿瘤患儿身心健康的工作,组织志愿者们常态化地为患病的青少年提供心理抚慰、爱心帮扶、课业辅导等,将陪伴式关爱送至小患者的身旁。

汝南县第二人民医院 为老干部义诊



频地与老干部们反复确认疾病症状,解释检查结果,提供专业的诊断意见和医疗保健建议。此次活动受到了老干部们的一致好评。

为了做好此次义诊活动工作,汝南县第二人民医院专门研究了方案,抽调了临床医疗骨干,对每一个环节都进行了科学合理的安排,确保让老干部们满意;同时还准备了健康知识宣传彩页,免费为大家发放。

此次活动共为60位老干部进行了免费健康体检,解决了困扰老干部们的一些就医难题。

■ 简讯

商丘市中心医院组织人员赴商丘市儿童福利院慰问 5月30日上午,商丘市中心医院组织12位志愿者走进商丘市儿童福利院,开展了以“关爱儿童健康,呵护儿童成长”为主题的志愿服务活动。他们看望了商丘市儿童福利院的孩子,为孩子们送去了牛奶、面包和纸尿裤等生活必需品。在福利院,工作人员带领志愿者们参观孩子们的活动室、休息室、康复中心等。福利院的工作人员用无私奉献的精神,日复一日地照料这些孩子,不求回报。志愿者们对福利院工作人员表达了深深的敬意,并表示将长期为这些儿童提供帮助。

(赵忠民 席 军)

本报讯 (记者丁宏伟 通讯员张建斌)近日,汝南县第二人民医院“关爱离退休干部健康”义诊活动在县老干部局活动中心举行。内科、外科、眼科等科室医疗专家参加了此次义诊活动。

在义诊现场,工作人员为离休老干部们填写个人基本信息(如图)。根据检查结果,老干部们结合自己的实际情况,在工作人员指引下分别到对应的医疗专家桌前,进行面对面的咨询。由于老干部们普遍视力、听力不好,医疗专家们不厌其

中美儿科新一轮合作全面升级

本报记者 王 婷 通讯员 万道静

5月29日,河南省儿童医院与美国卢里芝加哥儿童医院再次签约,正式开启新一轮合作。

3年前,这两家医院首度签约,为河南儿科发展、进行国际交流合作注入新动力。如今,这两家医院再次签约,标志着双方协同共享走向更深更广的阶段,为中原儿童健康事业搭建起高层次、高级别、广受益的国际平台,为国家儿童区域医疗中心建设增加了新活力。

创新引智

搭建高层次合作平台

当天上午,美国卢里芝加哥儿童医院专家团队一行7人参观河南省儿童医院门诊大厅、药房、中央监控室、河南省儿童医院联盟综合服务中心、远程会诊中心等地,并盛赞河南省儿童医院几年来的发展变化。

在签约仪式上,河南省卫生计生委合作交流处处长郭万申、郑州市外国专家局局长范昕、郑州市卫生计生委副主任兰维娜、河南省儿童医院班子成员及职工代表等50余人,一起欢迎远道而来的朋友。

河南省儿童医院院长周崇臣说,河南省儿童医院正处于创建国家儿童区域医疗中心的关键时期,现在从国家到省、市都在加大开放力度,河南省儿童医院与美国等国家和地区的医疗机构合作,通过交流互访,拓宽国际视野,提升技术水平。今后,河南省儿童医院将继续进行国际交流互访,发展远程医疗,把医务人员送出去培训,学习新业务、新技术,让诊疗水平达到一个新高度,更好地服务儿童。

范昕表示,河南省儿童医院

作为国家儿童区域医疗中心建设主体单位,海外引智工作效果显著,国际交流合作成果丰硕。他希望河南省儿童医院进一步创新引智政策,扩大引智规模,提高引智层次,通过与美国卢里芝加哥儿童医院长期合作,汲取海外顶尖的医疗技术与优质智力资源,提升综合实力和国际影响力,在郑州市建设国家中心城市的过程中发挥示范引领作用。

兰维娜高度评价了河南省儿童医院的各项工作。她表示,河南省儿童医院作为儿科领域的“排头兵”,各项工作尤其是国际合作交流工作走在了全市乃至全省的前列。2017年,河南省儿童医院国际合作中心在河南省儿童医院挂牌成立,搭建了高层次的合作平台。该院此次与美国卢里芝加哥儿童医院再次牵手,是“老

朋友”之间的“新合作”,更是这两家医院缘分的再升华。

再续前缘

助推区域医疗中心建设

美国卢里芝加哥儿童医院是全美规模最大的综合性儿科医院,具有很强的学科实力,并于2017~2018年度荣登“美国最佳儿童医院”排行榜,3个以上专业进入全美前三名。

河南省儿童医院是河南唯一一所三级甲等儿童医院,是国家儿童区域医疗中心建设主体单位。当全美规模最大、质控最好的儿童医院遇到国内领先的儿童医院,这样高大上的合作必将为河南儿科医疗带来巨大变化。

其实,这两家医院之间的合作源远流长,早在2014年10月,在省、市各级领导的关心、支持下,河南省儿童医院就着手与

美国卢里芝加哥儿童医院合作的相关事宜。

从2015年6月,美国卢里芝加哥儿童医院7人代表团抵郑,与河南省儿童医院签订《合作谅解备忘录》,到2016年10月7日,这两家医院实现“美国-郑州”零距离国际会诊;从2016年10月12日美方专家来访,开展交流合作,再到如今新的合作协议的签订,这两家医院的合作正在一步步走向深入。

未来,双方将继续深化合作,加大学术交流、医务人员进修培训、远程医疗的合作力度。河南省儿童医院将抓住合作契机,围绕创建国家儿童区域医疗中心的目标,创新机制,提升核心竞争力和影响力,让中原儿童不出河南就能享受到世界级儿科医疗健康服务。

(上接第一版)

完善激励机制激发动力

前不久,开封市中医院妇科诊室里来了一位中年患者。接诊医生一问诊,发现患者是市内一家大型综合医院的医务人员,还是一位病区主任。

原来,这位主任患有严重的内分泌失调,曾在“自家医院”住院治疗,一直不见好转。无奈之下,她只好来开封市中医院试试。吃了几剂中药,加上针灸和按摩,这位主任的病一天天好起来了。

在妇科诊室,记者见到了这位前来复诊的主任。她笑着说,以前还真不信中医,通过这次亲身体验,她真正感受到了中医药的独特疗效。

“中医药是祖国的瑰宝,是中国传统文化的重要组成部分,我们必须大力挖掘和总结。”庞国明说,一些中医药专家积累了丰富经验,总结和探索出了自己独特的疗法,医院就以技术拥有者的姓氏予以冠名,积极鼓励、大力推广。

肩颈腰腿痛科主任朱可才,经过长期的临床实践,创造出治疗颈肩腰腿痛的三步疗法;针灸科主任王俊福创立了头部从刺疗法,治疗中风后遗症、创伤性脑病后遗症……这些专家独创的治疗方法不但操作规范,可重复性强,更重要的是特色突出,疗效确切。

经过初审、现场演示,专家打分等阶段,朱可才、王俊福的自创疗法分别被命名为“朱氏三法”“王氏头部从刺疗法”。

不但让创编者“出名”,还让他们“有利”,让有贡献者“名利双收”。

开封市中医院还鼓励医生献出自创的验方,经过评审,一旦被采纳应用,按照使用量给予献方人销售收入5%的知识产权奖励。两年来,该院已有18位专家献方,他们先后获得了60多万元的奖励。

在开封市中医院的门诊大厅,摆放有医院制剂展柜,记者看到,丸、散、胶囊、片剂、合剂、酒剂、膏等10余个剂型的院内制剂琳琅满目。据介绍,目前,该院开发的院内制剂共有129个品种。

时松和教授点评:

弘扬中医药文化 稳固中医药阵地

2016年12月通过的《中医药法》指出,中医药事业是我国医药卫生事业的重要组成部分,要大力发展中医药事业,实行中西医并重的方针。《国家中医药管理局关于印发中医药发展“十三五”规划的通知》指出,要充分发挥中医药独特优势,建立完善覆盖城乡的中医药服务体系,全面提升中医药服务质量,每个地市级区域原则上至少设置1家市办中医医院,每个县级区域原则上设置1家县办中医医院;在国家基本药物目录中,要进一步增加中成药品种数量,不断提高成药质量;继续落实不取消中药饮片加成和控制药占比不含中药饮片等政策。

在全国卫生与健康大会上,习近平总书记强调,中医药学凝聚着深邃的哲学智慧和中华民族几千年的健康养生理念及实践经验,是中国古代科学的瑰宝,也是打开中华文明宝库的钥匙。东汉时期张仲景的《伤寒杂病论》确立的辨证论治的理论和体系在今天仍具有指导意义。中医重视整体,强调因人、因时、因地制宜,体现辨证论治,注重“平”与“和”,强调个体化,突出“治未病”且使用简便,在非药物疗法及常见病、多发病和慢性病防治中具有独特作用。河南省出台政策,将符合条件的中医药服务项目纳入了医保支付范围,促进了针灸、推拿等特色中医医疗康复保健服务业发展,也提出了建设中医药强省,实现人人享有基本中医药服务的目标。2015年,全省中医机构门诊次均费用、住院人均费用分别比综合医院低14.7%、23.2%。

目前,大多数居民、医疗机构和临床医务人员的疾病防治思维仍然是重治轻防。因此,医生越治越忙,医疗费用越来越高。一些中医医疗机构没有充分发挥出中医应有的优势,中医药特色逐步淡化,西医化严重,影响了中医药的发展,员工收入低。中医提出的“治未病”和“药食同源”思想,把人作为一个整体看待,强调预防的作用。包括肿瘤在内的大多数慢性病通过预防是可以避免的,但是一些居民却不愿意每年花几十元的预防费用;有的因此得了大病,给家庭造成了巨大的经济负担,因病致贫。研究表明,“1元的预防投入,可以节约8.59元的医疗费用”。要树立正确的健康观,“迈开腿、管住嘴、放松心”。政府在加大大病保险投入力度的同时,应进一步加大基本公共卫生投入力度,健全以区域居民健康为主的考评指标体系,还要充分发挥中医药对常见病、多发病、疑难杂症的防治以及在重大疫情防控 and 突发公共卫生事件医疗救治中的优势和作用;支持发展中医特色康复服务,提高中医药服务能力,发挥中医药在治未病中的主导作用、在重大疾病治疗中的协同作用、在疾病康复中的核心作用。

开封市中医院坚持以中医为主的发展方向,发挥中医“简、便、验、廉”特点,通过深入挖掘中医防病治病经验,利用中医在疑难杂症诊疗方面的优势,形成了一批独特的中医特色疗法。该院还创新中医药服务模式,凸现中医药在“预防、养生、保健、调理、治疗、康复”中的作用,为居民提供质优价廉的中医药服务,特别是在降低药占比方面采取的一些措施,值得借鉴。



5月31日,武陟县大封镇卫生院健康志愿者服务队在田间地头为农民免费体检。农忙时节,武陟县各医疗机构纷纷组织健康志愿者服务队,深入田间地头,为三夏生产助力。王正勤 任永立 宁计永/摄