

邓州市妇幼保健院 新野县人民医院

深入开展主题教育

本报讯（记者乔晓娜 通讯员赵刚）近日，邓州市妇幼保健院围绕“守初心、担使命、找差距、抓落实”的总要求，召开了“不忘初心、牢记使命”主题教育专题组织生活会。

会前，邓州市妇幼保健院党支部精心谋划，制定实施方案，强化教育学习，广泛征求意见建议，为开好专题组织生活会做好充分准备。会上，班子成员按照习近平总书记关于“四个对照”“四个找一找”的要求，检视问题、深刻剖析，实事求是地开展批评与自我批评。全体党员实事求是，敢于触及矛盾，找准“穴位”，直戳“麻筋”，充分认识到自身的不足。

邓州市卫生健康委员会党组成员、副主任宋金雨进行点评并要求，要把学习与党员干部的思想工作实际结合起来，与医院中心工作结合起来，真正把学习成果体现在理想信念、宗旨意识、纪律观念和工作热情、工作能力的全面提升上来；问题整改要扎实推进，对于组织生活会上查摆出的问题，要建立台账逐个“挂号”整改，对个性问题要立行立改，对普遍存在的问题要专项整治；建章立制要务求长效，把制度建设当成抓长远、抓实效的重要保障，要建立和完善责任落实制度、重点工作台账制度，推进医院效能建设；随着医改的深入推进，医院承担的工作将更多、更重，支部和班子成员要未雨绸缪，知难而进，勇敢面对，增强机遇意识、责任意识和忧患意识，要稳中求快、稳中求进，推动全市妇幼健康事业平稳、向好、向快发展。

又讯（记者乔晓娜 通讯员张学芳）“一个党员，一面旗帜。我们要不忘党旗下的誓言，在实干中磨砺担当，主动承担社会责任、甘于奉献……”这是近日新野县人民医院党总支举行的“不忘

初心、牢记使命”主题教育微党课比赛的一个片段。观看比赛的有该院主题教育领导小组办公室成员、中层干部、党员及入党积极分子等近200人。

一句句慷慨激昂而又充满真情实感的话语回荡在比赛现场。选手们结合工作和生活实际，从党章党规、党的理论知识、方针政策，尤其是开展主题教育以来的学习和思考出发，声情并茂，从不同的角度阐述了共产党人的责任与担当，展现了医务工作者良好的政治理论素养，进一步激发了大家干事创业勇担当、攻坚克难做表率的热情。

来自临床、后勤、行政管理及门诊支部的11名选手以“微”视角、“小”切口，在6分钟至8分钟的微型党课中，以小故事诠释大道理，以小话题撬动大主题，为观众带来了一场深刻的精神洗礼。

经过激烈角逐，此次比赛最终评出一等奖1名、二等奖1名、三等奖2名、优秀奖7名。来自新生儿科的徐宁以《不忘初心践行誓言，做合格共产党员》为题，以9.72分获得一等奖。最后，比赛在全场人员共唱《我和我的祖国》的歌声中落下帷幕。



记者：动脉粥样硬化是怎么发生的呢？

王小青：在动脉粥样硬化的病因中，最重要的是高血压病、高脂血症、抽烟。其他因素还有肥胖、糖尿病、运动不足、高龄、家族病史、脾气暴躁等。此外，大量摄入油腻性食物和富含胆固醇的食物，也是动脉粥样硬化发生的主要原因。

记者：动脉粥样硬化的临床表现是什么？

王小青：动脉粥样硬化早期可以没有明显的临床表现，待病变发展到一定程度时，根据病变部位的不同，会发生相应的症状。

一般而言，冠状动脉粥样硬化可引起心绞痛、心肌梗死及心功能不全等。脑动脉粥样硬化可引起眩晕、头痛、昏厥等脑缺血症状，进一步发展，可导致思维迟钝、记忆力减退、手指颤动、行动不灵，甚至发生老年性痴呆；还可引起有关部位的脑梗死或脑出血。肾动脉粥样硬化可有夜尿多、顽固性高血压病、肾功能衰竭的症状。肠系膜动脉粥样硬化可引起消化不良、便秘等症状。下肢动脉粥样硬化可引起下肢发凉、麻木等症状，严重者可有持续性疼痛，甚至足趾坏死。

记者：动脉粥样硬化怎样治疗？

王小青：西医方面，治疗动脉粥样硬化的药物有扩张血管、降血脂、抗血小板聚集和黏附的药物及溶血栓的药物；对狭窄或闭塞者，可施行再通、重建或旁路移植等外科手术。

中医方面，可辨证论治。肝肾亏虚，表现为体倦乏力、腰酸腿软、耳鸣眼花者，可用首乌延寿丹加減，以滋补肝肾；脾虚痰湿内阻，表现为四肢倦怠、腹胀纳呆、大便溏泻、形体肥胖、口中常有黏膩感者，可选用温胆汤加減，以健脾化痰；肝火上升，表现为面红目赤、心烦易怒、口干、大便干结且多合并有高血压者，治疗应以清肝泻火为主；瘀血阻络，表现为胸闷、胸痛时发，舌质紫黯者，治疗应以活血化痰瘀为主。

此外，我们还可以使用单方验方治疗。形体偏胖，口中常有黏膩感，可用山楂5枚，苍术、白术各15克，陈皮6克，共煎水代茶饮；常发心前区闷痛、舌质紫黯者，可用山楂1000克、桃仁60克打碎，一起放入锅中，水煎2次，去渣合汁2碗，将汁同蜂蜜250克共盛瓷盆中，加盖，上锅隔水蒸1小时，离火冷却，装瓶备用，每日2次，每次1匙，饭后开水冲服。

实验证明，针刺也能降低血脂，治疗动脉粥样硬化。在临床上，针刺治疗以健脾化痰、疏肝利胆为主。

记者：动脉粥样硬化怎样预防？

王小青：45岁以上是人生的一个高危期，此时极易出现心血管疾病。面对动脉粥样硬化这个“不速之客”，我们一是要合理饮食，提倡食用低脂肪、低胆固醇、清淡和富有蛋白质、维生素的食物。合理饮食是防治动脉粥样硬化的重要条件。二是要加强锻炼。适当的体育活动会降低血液中的脂质，控制体重增加。中年以后，尤其是脑力劳动者必须坚持参加体育锻炼，可适当散步、打太极拳、练习八段锦等。三是要劳逸结合。生活、工作要有规律，不要过度紧张和劳累，保持平静而乐观的情绪，保证充足睡眠。四是要戒烟、忌嗜酒。五是要控制体重。肥胖是动脉粥样硬化的重要发病因素，肥胖者必须注意饮食的合理性，减少脂肪及糖类的摄入量，增加运动，把体重控制在正常范围或偏低一些。六是要积极治疗与动脉粥样硬化有关的疾病。凡患有高血压病、高脂血症、糖尿病以及肝、肾和内分泌疾病者，应及时治疗，以免继（并）发本病。

动脉粥样硬化是一种全身性疾病。有研究发现，只要采取积极合理的预防和干预措施，90%以上的动脉粥样硬化是可以避免的。让我们从此刻起，预防动脉粥样硬化，关爱血管健康，关注老年病，拥有幸福晚年！

关注动脉粥样硬化 关注老年病

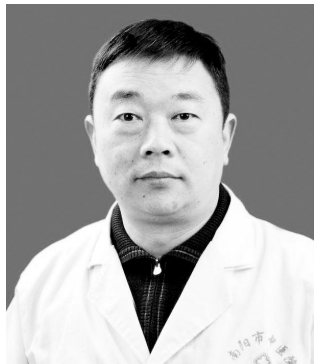
——访南阳市中医院老年病科主任、糖尿病专家王小青

本报记者 乔晓娜 通讯员 李政 文/图

乳房固定部位隐痛 最好查一查

——访南阳市中医院甲乳外科主任安韶康

本报记者 乔晓娜 通讯员 李政 文/图



记者：乳房疼痛会是乳腺癌吗？

安韶康：这是大家都挺关心、会经常问及的一个问题。很多人会这么说：“乳房疼痛不可怕，可怕的是乳房不疼。”对这句话，我们要纠正一下，那就是：有乳房肿块的疼痛不可怕，不疼更可怕。

我们知道，人体能感受到疼痛，是由于局部组织的肿胀、水肿压迫了神经末梢。在内分泌的作用下，我们知道女性有一个生理周期。自排卵期之后，女性体内雌激素相对增高，在这个阶段，雌激素增高后会

导致腺体的细胞或者腺泡肿胀，肿胀得厉害的话，就会导致疼痛。

那么，为什么经前的那几

天有些患者就觉得不疼了呢？那是因为，那个时候是孕激素增高的阶段，孕激素可以使腺泡水肿减轻。水肿减轻了，神经末梢的压力不那么大了，肿块也不那么硬了，这时候女性就不疼了。

其实，乳房疼痛是乳腺增生常见的临床表现。中医认为，情志不畅、肝气郁结、气滞血瘀、冲任不调，可以导致此病。乳腺增生引起的疼痛以乳房局部为主，但有时疼痛可放射至同侧腋窝、胸壁，有时甚至放射至背部，常影响患者的睡眠、工作与生活，并因此引起患者焦虑不安、烦躁、失眠等。

针对这一情况，女性不必过度焦虑，只要调整好情绪，保持平和心态，通过药物治疗，一

般情况下这些症状都可以消失。

而乳腺癌这个恶魔，它是悄无声息的，在体内浸润性生长，就像游戏里的贪吃蛇一点一点蚕食健康组织。它产生的肿块或者是对周围组织的压迫，在早期是不明显的，患者几乎感觉不到。但是，某些敏感的朋友，有时候会感觉到。如果你一侧乳房的固定部位出现隐痛，这个隐痛指的就是某一个部位像针扎一样，或者是说像发热这种不舒服的感觉，同时，局部可以摸到肿块的时候，就需要到医院寻求专科医生的帮助。这才是最靠谱的方法。这个时候可别轻易认为没事，当成乳腺增生，以为过几天就好了。如果想当然，最后很

有可能酿成大祸。

记者：乳腺癌会遗传吗？

安韶康：很多患者家属，特别是女性家属在得知自己亲人得了乳腺癌时，都会来问医生“乳腺癌会不会遗传”这类问题。我在这里就给大家讲解一下。

遗传分为显性遗传和隐性遗传。咱们通常说的都是显性遗传，针对乳腺癌的遗传，也就是说母亲得了乳腺癌后，女儿会不会得乳腺癌。从遗传学角度上来讲，我们发现更多的是乳腺癌的家族聚集性。所谓家族聚集性，就是说局限于母亲的传播，比如说母亲有，女儿没有；还有就是母亲有，姨家的女儿也可能有。那么，母亲有，母亲的母亲，也就是姥姥那一

辈的有血缘关系的女性朋友都有可能。这就是乳腺癌的发病基因。也就是说，在这个家族里，这种基因一直存在。

大家都知道，有个明星叫安吉莉娜·朱莉，她就是因为家族基因里有一个高发病基因。也就是说，她有80%的可能会得乳腺癌。因此，她选择了双侧乳腺的预防性切除。在没有发病的阶段进行预防性切除，那么，她得乳腺癌的可能性就大大降低了。这是预防性治疗里面一个比较极端的做法。

对大多数人来讲，乳腺癌可怕又可恨；但是，早发现、早治疗，就不可怕。如果检查后发现不是乳腺癌，那就更不用怕了，轻松工作、愉快生活，尽情享受人世间的美好吧！

专家简介

李林运，南阳市中医院肾病科及血液透析室主任，主任医师；从事肾病诊疗工作20余年，从事血液净化工作15年。他先后在北京中医药大学的附属医院、郑州大学第一附属医院血液净化中心、原河南省卫生厅血液净化化学班、南京医科大学第二附属医院血液净化中心进修。

他擅长中西医结合治疗慢性肾炎、肾病综合征、肾功能衰竭、肾囊肿、类风湿关节炎、红斑狼疮等，能熟练开展血液透析、血浆分离，进行透析疑难并发症诊治，开展长期中心静脉置管术、透析患者动静脉内瘘吻合手术等。

记者：中医所说的肾脏与西医里面的肾脏概念有区别吗？

李林运：现代医学认为，肾脏像是一个24小时不停工作的“清洗工厂”，是一部功能强大的超自动化“机器”。肾脏主要帮助我们排出体内代谢的废物、毒物和药物，调节水、电解质及酸碱平衡，可以分泌不少激素并销毁许多多余肽类激素。

中医对肾脏的定义比西医里面的肾脏要广得多，可以说完全不是一个概念。在中医的理论里，肾是个功能单位，它既指实质脏器肾脏的功能，也代表了泌尿生殖系统及其他组织器官的某些生理现象和病理变化，并不单纯指西医里面的肾脏器官。

在中医的理论里，肾的功能范围涉及西医学里的内分泌系统、生殖系统、泌尿系统、运动骨骼系统、呼吸系

统、神经系统、免疫系统等多个系统。由此可见，中医所说的肾脏要抽象和复杂得多。

中医所说的肾亏不一定是肾脏出了问题，有时可能是内分泌有毛病，有时可能是生殖系统有问题，有时也可能是人体生命现象出现衰微。因此，一听到有人说“肾虚”“肾亏”了，就跑到西医泌尿科求医是不科学的。

记者：现在，慢性肾脏病是否引起了人们的足够重视？

李林运：慢性肾脏病在早期往往没有明显症状，已成为全球可怕的“隐形杀手”之一。国内流行病学调查结果显示，慢性肾脏病的发病率为10.8%左右，但是公众对于慢性肾脏病的认识知之甚少。钟南山院士曾讲过：10个慢性肾脏病患者，9个不自知。

当有以下9个情况时，我们就需要关注自己的肾脏健

康了：1.眼睑或下肢浮肿；2.泡沫尿；3.血尿；4.尿量变化（夜尿增多）；5.尿液检查异常；6.腰部不适、持续隐痛；7.不明原因贫血；8.顽固的食欲不振、恶心呕吐；9.头痛、乏力、记忆力下降、睡眠不佳。

如果出现以上情况，你就应该及时到医院进行肾脏检查了。

记者：中医在慢性肾脏病治疗中的优势有哪些？

李林运：近年来，随着生活水平提高，慢性肾衰竭的患者也越来越多。在临床中，我们见到好多患者就诊时肾功能已经异常了，也就是说进入慢性肾衰竭期了。

对于慢性肾衰竭，现代医学到目前为止尚没有特效方法，在疾病早期以纠正原发性病、预防并发症、延缓疾病进展为主，进入终末期（尿毒症期）后只能进行肾移植、血液透析、腹膜透析。但是，不论是肾移植还是透析治疗，

都会给家庭和社会带来巨大的经济压力。因此，在未进入终末期之前，有效延缓疾病进展成为中医治疗的一大优势。

在传统医学的典籍中，虽然没有慢性肾衰竭这一病名，但是有与慢性肾衰竭相似的病例记载，同时也有相应的治则治法。中医治病重点是辨证论治（简单地说，就是根据不同的人、不同的症状应用不同的中药），中医治疗慢性肾衰竭也是需要详细辨证论治的。慢性肾衰竭虽然病在肾，但有时候却需要从脾、从肺、从肝等治疗。另外，近年来对于单味中药的研究越来越多，我们从中也发现了大量的单味中药可以有效改善肾脏功能，配伍应用后还可以大大提高临床疗效。

目前，南阳市中医院肾病科采用的是全国名老中医高惠然教授经过40余年临床实

践摸索出的一套行之有效的治疗方法，并特别成立了传承工作室，在西医规范治疗基础上配合中药，通过口服、直肠、皮肤3种途径给药，使患者充分吸收药物的有效成分，可收事半功倍之效。

对于恶心、呕吐、水肿症状较重的患者，皮肤给药和直肠给药就更有优势了——利用皮肤和结肠透析可降浊排毒、活血利水以急则治标，口服可补益脾胃、扶正祛邪以缓图治本，达到标本兼治的目的，进而最大程度改善患者的症状，延缓慢性肾衰竭的疾病进展。现在，南阳市中医院肾病科有许多应用中药控制病情不进入终末期达几年甚至10年以上的病例。

最后，我要再次提醒大家，有一些中药对肾脏是有害的，不要盲目使用偏方、秘方等，一定要在专科医生的指导下服用中药。

专家简介

王小青，主任医师，南阳市中医院国家级重点专科老年病科主任，河南省学术技术带头人，南阳市第六批技术拔尖人才，南阳市2016年“最美医生”；1991年毕业于河南中医学院（现为河南中医药大学），进修于中国医学科学院阜外心血管病医院和中国人民解放军总医院，现为河南省中医药学会糖尿病专业委员会常委，河南省医学会老年病专业委员会委员，南阳市医学会起搏与电生理专业委员会副主任委员，南阳市医学会内分泌专业委员会副主任委员。

她擅长治疗糖尿病及各种急慢性并发症；各种复杂老年病，如喘证、汗证、水肿、便秘；老年冠心病、顽固性心绞痛、急性心肌梗死；急慢性心功能不全；高血压病；各种心律失常等。她已在国家级及省级杂志发表学术论文10余篇，获得南阳市科技成果奖二等奖6项。