



微创精准手术,让患者轻松摆脱病痛

——访郑州市第七人民医院普外科专家张聪敏

□大河报·大河客户端记者 魏浩

虽说痔疮是一种常见病,但对其置之不理却非明智做法。郑州市第七人民医院(郑州市心血管病医院)普外科二病区主任张聪敏说,现代医学技术快速发展,痔疮手术已让患者痛苦大大减轻。

新型微创手术 减轻痔疮患者疼痛

民间有“十人九痔”的说法。在郑州七院普外科二病区,痔疮患者占了该病区手术量的三分之一。“传统的手术方式,确实让患者在术后痛苦不堪,特别是换药和排便时。”张聪敏说,他们病区目前采用新型的PPH手术即吻合器痔环切术,适合于多种类型痔疮患者,尤其是环状痔患者。

而接受该精准微创手术的患者,一般术后两三天就可出院。不仅如此,该术式还将痔疮手术的复发率,从10%降低到了2%左右。

但专家提醒说,痔疮的发生源于不良的饮食和生活习惯,所以建议大家尤其是年轻人多吃水果、蔬菜,多运动。

关注普外常见病 不断更新前沿技术

同样是钻研前沿技术,张聪敏主任将更多的精力,用在了常见病的诊疗上。除了痔疮,疝气在普外科也是常见病种。“疝气没有重点人群,老人和小孩都有可能发生,患者也要忍受很大痛苦。”

张聪敏从事外科临床工作多年,之前做疝气手术都是将腹壁开口或薄弱处周围的肌肉拉在一块,再用缝线将肌肉缝合固定。术后,患者疼痛感较强、复发率较高,且刀口长达6~8厘米,恢复时间长。

近些年,在腹腔镜下实施的无张力修补术,采用“补片”修补腹壁开口不仅科学,而且将手术创口缩小到0.5~1厘米。更可喜的是,术后复发率

直接由10%~15%降低到1%以下。

见证了手术方式的不断更新迭代,也让张聪敏分享到了患者康复后的获得感和幸福感。“相信会有更先进的外科技术应用到临床一线,让更多患者轻松摆脱病痛。”张聪敏说。

专家名片

张聪敏 郑州市第七人民医院普外科二病区主任,主任医师。省医学会外科及创伤分会委员、普外科分会委员,河南省中西医结合微创委员会常委。

从事临床工作30余年,手术操作精细、创伤小、恢复快。擅长微创治疗甲状腺肿瘤、腹外疝、胃肠道肿瘤(炎症)、肝胆疾病(结石、肿瘤)、痔瘘、乳腺疾病及腹腔镜外科疾病的微创手术治疗。对抢救各种急危重症疾病及严重的多发伤、复合伤、内脏出血经验丰富。

大河

每日养生



薏苡仁这样吃 祛湿又减肥

□大河报·大河客户端记者 林辉

薏苡仁既是常用的中药,又是常用的煲汤好料,是广东地区“清补凉”汤料的主料之一。

薏苡仁富含蛋白质、维生素B₁、维生素B₂等,经常食用可保持人体皮肤光泽细腻。此外,薏苡仁中的薏苡仁素、薏苡仁油、薏苡仁酯三萜化合物等成分有降脂减肥的作用,是减肥瘦身者的理想食物,而且薏苡仁还可以健脾祛湿,脾虚、湿气重的肥胖者尤为适用。

薏米茶 早晚5克熟薏米加蜂蜜(也可不加)泡热水服用或者生薏苡仁50~100克每日水煎服用。可祛湿利水,消脂减重。

红豆薏米粥 红豆100克、小米100克、薏米仁100克、水适量,共煮成粥食用。

三豆苡苳粥 赤小豆50克、薏苡仁50克、白扁豆20克、茯苓15克、生山楂20克、粳米100克。赤小



豆、薏苡仁、白扁豆、茯苓、生山楂锅中浸泡30分钟,粳米洗净,倒入浸泡食材的锅中,加适量清水,武火煮沸10分钟后改文火20分钟即可。成粥后,趁热食用。

薏苡仁冬瓜猪肉汤 薏苡仁10克、扁豆10克、陈皮5克、冬瓜(连皮)500克、猪肉400克、生姜适量。猪肉洗净切块,焯去血水备用。薏苡仁、扁豆、陈皮洗净,冬瓜(连皮)洗净切块,生姜切片。上述用料一同放入砂锅,加适量清水,大火煮沸,小火熬煮1.5小时,调入精盐即成。

薏苡仁性微寒,有滑利之性,脾胃虚寒者、孕妇禁用。

大河报摘镜团本周六开团

高考生摘镜专场:近视手术五折价

□大河报·大河客户端记者 李燕红

高考过后,很多高考生会约上三五好友外出旅游,彻底放松紧张的心情。旅途中,近视者的尴尬也不少,永远不能放开了玩,拍照凹造型不能戴墨镜,游泳镜还得用近视的……为了帮助近视考生摘镜,大河报摘镜团本周六开设“高考生摘镜专场”活动。

本周六上午,凡是到场的小伙伴不仅可获得价值128元的精美充电宝,还可免费享受价值500元的眼部健康检查。

经过术前检查,如果符合手术条件且缴纳定金的砍价团成员,除了可以获得大河报500~2000元的专属现金红包外,还可以参加当天的“砸金蛋”活动!飞秒激光手术半价、

大河报“摘镜团”

报名方式 微信公众号“大河微医”



价值1999元的小米平衡车、京东购物卡(1000元、500元、300元不等)等奖等你来拿,只要你参与,绝对没有空奖!

如果你或者身边的朋友有意摘镜,请记住我们的报名方式和入群方法:

1.报名方式:微信搜索大河报天天健康微信公众号大河微医(wysdhh)或扫描上方二维码并关注,后台按照“摘镜团成员+姓名+电话”格式留言即可报名。

2.入群方式:大河微医后台留言“近视”,即有小编会拉您入大河报“摘镜砍价团”的微



信群,专家问诊、免费检查、优惠政策等关于近视的福利消息,小编会第一时间在群里公布。

老年高血压患者 夜间起身要缓慢

□大河报·大河客户端记者 林辉 通讯员 魏佳琳 陈璐

高血压是导致中风的第一诱因。然而,中风的发生总是在猝不及防间,如老年高血压病患者晚上入睡后快速起床开门、接听电话都是诱发中风的生活细节。

统计资料显示,有关专家在对数十名中风患者进行询问后发现,不少患者是在突然听到声响后立即改变体位(突然的站立动作)从而诱发了中风。河南中医药大学第一附属

医院心内一区主任王永霞就此提醒,家有高血压的老人,子女晚上尽量少打扰,尤其是夜间不要随便给他们打电话,卧室电话应装在伸手可触及的床头柜上。老人入睡后对门铃、电话等响声不要迅速作出反应,可让家人去开门。此外,老人半夜起来解小便也要缓慢起身,以避免突然快速的站立动作而诱发中风。

“如果老年人在起夜时,突

发体位性低血压,首先不要乱动,然后逐渐恢复原来的体位。”王永霞说,如果血压在一个小时内不能恢复正常,症状没有得到缓解,应该及时去医院就诊。

一旦发生心绞痛时,也不要乱动,立即舌下含服硝酸甘油等药物,并进行休息,如果不能缓解,应马上就医或拨打120。

行业资讯

郑州仁济医院 引入全球服务质量“金标准”

□大河报·大河客户端记者 林辉 通讯员 任筠

6月12日,郑州仁济医院在学术报告厅举行8S成果发布会暨德国莱茵TÜV-SQS国际服务质量认证启动会。

TÜV-SQS国际服务质量认证的成功启动,预示着郑州仁济医院的精细化管理开启了新篇章,也创造了郑州市第一家启动TÜV-SQS国际服务质量认证的纪录。

德国莱茵TÜV-SQS国际服务质量认证,是由成立于1872年的德国莱茵TÜV品质认证机构推出的针对服务业的一项质量认证,有全球服务质量“金标准”之称。

“随着社会的快速发展,未来仁济想要保持自己的优势地位,不仅需要继续

严把医疗质量关,更需要注重医院服务质量的提升,竭尽所能,才能厚积薄发。”郑州仁济医院院长侯建玺说,去年,医院规划了2019年启动TÜV认证的决策,前期进行的6S、8S、QCC等都是为此奠定基础的。

全面提升医院管理水平和服务质量,真正落实以患者为中心,医院的医疗质量才能更安全、管理更科学、服务更人性化。

据侯建玺院长介绍,郑州仁济医院将持续优化、不断提升,争取通过德国莱茵TÜV-SQS国际服务质量认证,致力于全方位打造精细化、舒适化、信息化、智能化医疗,为百姓提供国际标准的高品质医疗服务奋勇前进。