

## 健康提醒

血糖高  
不都是糖尿病

张先生的单位组织体检,抽血结果显示血糖高,可把张先生吓坏了。他说自己身体挺好的,怎么会得糖尿病呢?

河南省中医院健康体检中心王洪兴医师说,体检中发现血糖异常,并不一定是得了糖尿病。引起血糖升高有很多原因,应排除以下几种情况。

检查时非空腹。化验空腹血糖时一定要确保空腹8小时以上,前一晚要正常饮食。若是检查前一晚进食过晚或过量,第二天清早的空腹血糖就会偏高。

其他疾病。在近期有感染、外伤或急性疾病等应激状态下,血糖会短期升高。患有其他代谢性疾病如甲亢、库欣综合征、肢端肥大症、嗜铬细胞瘤、生长抑素瘤、胰高糖素瘤等时,由于拮抗胰岛素的激素分泌增加,也会引起血糖代谢异常。在治疗原发病后,血糖会逐渐复原。

特别要注意的是,胰腺癌早期也可以出现血糖的异常升高。

药物引起。如果你正在服用氯丙嗪、氯氮平、利培酮等抗精神病药,环孢素、他克莫司等免疫抑制剂,普萘洛尔等β受体阻滞剂,或氯化可的松、泼尼松、地塞米松、甲泼尼龙等肾上腺皮质激素类,以及加替沙星、左氧氟沙星、莫西沙星等喹诺酮类抗生素,也有可能引起血糖异常。

王洪兴医师指出,一般不会根据一次空腹血糖或随机血糖高于正常值就下糖尿病的诊断,往往需要做两次以上的检测,或做糖耐量试验,同时排除上述干扰因素,才能确诊糖尿病。

(杨广丽)

阻止宝宝哭闹  
不要随便“摇一摇”

“摇啊摇,摇到外婆桥。”小时候,我们经常听着这首歌,在长辈们的摇晃中入睡。睡前摇一摇,似乎是爸妈最常见的哄娃方式。不过,很多人不知道,过度摇晃可能会伤到孩子,轻则轻微震荡,重则重度脑震荡。

儿童尤其是婴儿大脑非常柔软,脑间隙偏大,颅骨偏软,所以绝对不能随便晃,更别提使劲晃了。加上小宝宝的颈部肌肉还没有发育完善,无法支撑头部,当有人剧烈摇晃时,他的头部将被迫不受控制地旋转,有可能导致婴儿的脑组织挫伤、血肿、颅高压和出血等严重后果,甚至造成永久性损伤或死亡。同时,脊柱、脊髓、脑组织以及神经血管,都可能出现异常移位甚至撕裂。

这种情况多发生在两岁以下的孩子中,其中六个月以内的婴儿处于最危险的阶段。此外,婴幼儿从高处摔下来,如从床上掉下来等,对大脑也是一种“摇晃”,有可能造成脑出血、脑骨折,严重时还可引发癫痫。

如果剧烈摇晃后孩子出现嗜睡、食欲不振、呕吐、呼吸异常等症状,应尽快送孩子就医。如果大脑精细结构出现整体损伤,孩子可能引发脑瘫、发育迟缓、智力障碍等病症。此外,还可能引起其他部位的损伤,如眼部出血导致部分或全部失明,脊髓和颈部的损伤等。

需要家长注意的是,摇摇车、秋千等玩具婴幼儿也应慎坐,如果一定要玩,时间也不能太久,因为其活动形式与“摇晃”类似。

(李思璐)

## 河南省人民医院

## PGD技术成功阻断单基因遗传病

近日,患有单基因遗传病的吴雷(化名)夫妇顺利诞下一个3.8千克的健康男婴。而此前,身体健康的他们,生下的第一个孩子却患有脊肌萎缩症,第二胎又引产了一个脊肌萎缩症胎儿。原来,夫妻俩均携带遗传病致病基因。在河南省人民医院生殖医院,经基因诊断和第三代试管婴儿技术(PGD),成功阻断了致病基因。这种技术有望使更多携带单基因遗传病基因的夫妇拥有正常的孩子。

我国单基因遗传病高达7000多种。每诞生一个遗传病宝宝,就将有一个家庭面临严峻的考验。吴雷夫妇同一种脊肌萎缩症致病基因的携带者,导致他们的后代有相当

高的概率患病。生育第一个孩子时,他们不知道这一点。等怀上第二胎,夫妻俩到河南省人民医院做了产前诊断,没想到依然是脊肌萎缩症患者,无奈只能忍痛引产。

据河南省人民医院生殖医院常务副院长张翠莲介绍,如今,运用第三代试管婴儿技术,即在常规试管婴儿技术的基础上,通过基因诊断技术挑选出健康的胚胎移植,能让吴雷夫妇如愿怀上健康宝宝。这种技术对别的单基因遗传病携带夫妇也有帮助。

河南省人民医院生殖医院通过前期的基因检测,发现吴雷夫妇两个孩子均为SMN1基因外显子7和8杂合性缺失,夫妻俩则为

SMN1基因外显子7和8杂合性缺失(携带者)。他们生育后代的可能性为:25%患病,25%完全正常(不患病),50%携带者(不患病)。

生殖医院的团队通过实施体外受精、胚胎培养、活检的囊胚滋养层细胞经过MAL-BAC-PGD检测后,从吴雷夫妇的4枚胚胎中筛选出3枚可利用胚胎。今年2月,经充分准备,一枚健康胚胎成功移植入母体内。孕18周时,羊水穿刺检测再次确认了胎儿的健康。11月13日,小吴妻子足月剖宫产,分娩了重3.8千克的大胖小子。

(本报记者 李海旭 通讯员 张晓华)



12月1日,在灵宝市第一人民医院内分泌血液内科教室,护士郭庆正在为“糖友”们热情讲解糖尿病患者饮食方面的科普知识。为给糖尿病患者搭建一个了解疾病、交流病情、科学预防、促进康复的平台,科室自去年开设了健康教育课堂,定期为住院的“糖友”们讲解糖尿病方面的知识。授课形式丰富多彩,有饮食模型、报刊栏、展示板、墙报等供患者学习,还有护士们亲自示范、指导大家做足部保健操。

郭海燕 摄

## 专家门诊

进食“八爪鱼” 花甲老人险丧命  
专家:“噎食”时别慌张,简单急救法能救命

11月18日晚,长葛市某镇一位因被“八爪鱼”肉噎住而窒息的老人,被家属紧急送到市人民医院急诊科,经过医护人员20多分钟的紧急抢救,老人最后被成功救活。

患者本某今年63岁,4年前曾患脑出血,事发当天吃了“八爪鱼”肉。由于老人脑出血后遗症吞咽功能差,一不小心就被一块较大的“八爪鱼”肉噎住。几分钟后老人出现窒息,心跳呼吸几近停止。晚上8时,家属紧急将老人送到长葛市人民医院急诊科抢救。在进行气管插管时,医生通过可视喉镜从病人

喉镜深处取出一直径约4厘米的整块“八爪鱼”肉。20多分钟后,患者心脏开始跳动,约1小时患者出现微弱呼吸,随后被转入重症监护室进一步治疗。

原本是家人孝敬老人的食品,如今却成了“夺命凶手”。长葛市人民医院急诊科主任、主任医师郭月琴介绍说,食物团块完全堵塞声门或气管引起的窒息俗称“噎食”,是老年人和儿童猝死的常见原因之一。一旦气管进入异物造成窒息,千万不要慌张,应立即采取急救措施:如果是儿童应让患儿头

向下,一手抱其腹部,另一手拍打其背部正中。也可用双手放于患儿心窝处从后面将患儿抱起,然后用力向上挤压。成人可站立,抢救者站其身后两手抱住上腹部,然后用力向上提拉,有时仅一次即可将异物呛出。如果患者意识已经丧失应让其平卧,抢救者两手交叉放在患者心窝处用力向上挤压,用力要适度。一次无效的应多重复几次,如果上述方法抢救无效,应第一时间将患者送往医院。

(本报记者 韩新愚 通讯员 赵永强)

## 牛老庄 身边好党员 群众贴心人

郑州市高新区双桥办事处葛寨村党员牛老庄,入党45年来,以党员的标准严格要求自己,积极发挥先锋模范作用。近几年村里的道路因为清运车的碾压,坑洼严重,一下雨就积水,影响出行,然而每隔一段时间,就会有位衣着朴素的老党员,顶着烈日,带着铁锹,拉着土方石子,默默无言地一点一点填平积水坑。出村有条路是从高速

下穿,地势低洼,遇雨就积水到没膝,每次下雨,牛大爷总是帮助村干部一起排除积水。年轻时牛老庄同志在工作岗位上积极发挥党员模范作用,多次被单位评为劳动模范,曾做过拉砖买卖,带领自己的拖拉机队义务为村里的学校拉土方,可谓是出钱又出力,干部群众都说:“牛大哥热心教育事业,为村里娃娃们的上学出了不少力,这

里的一砖一瓦都有牛大哥的一份心意啊!牛大哥这样的举动,没有人要求,没有任何收入,完全是义务,发自真心!”没有豪言壮语,无须惊天动地,牛老庄同志用一个普通党员最平凡的善举、最单纯的初衷,影响着周边的村民,诠释着什么才是一个合格的中共党员。

(徐继统 崔伟杰)

京港澳高速信阳路产大队  
吹响冬季除雪保通号角

12月5日,京港澳高速信阳路产大队联合养护部门举行冬季除雪保通应急演练,完善除雪保通应急预案,确保辖区高速公路恶劣天气下的安全畅通。

演练活动中,除雪保通应急演练小组携带除雪设备、融雪材料等除雪物资以最快速度赶往现场,按照应急预案进行模拟演练。

此次活动加强了队员除雪保通的实战能力,为恶劣天气保通打好了基础。(刘金华)

## 驻马店供电公司:着力培育复合型服务队伍

“客户到营业厅,只需临柜一个窗口,即可办理所有的用电业务。客户在用电现场,只需拨打台区客户代表的电话,即可解决所有的用电问题。”11月22日,驻马店供电公

司营销部负责人在介绍“全能型”服务队伍建设时说道。

今年以来,该公司按照建设“全能型”供电所要求,以打造“全能型”服务队伍为重点,对供电所员工全力实施专业化技术提升。按照“系统规划、急用先学、分层实施、覆盖全员”的原则,针对员工年龄、文化结构和岗位需求,分级制订针对性培训方案,开展多岗位培训与岗位实践,并组织县公司集中完成供电所复合型人员的轮训;分批组织开展供电所长管理能力提升集训,开展供电所安全员、技术员、客服员专项培训;针对供电所作业组织和模式的调整,组建兼职培训师队伍,开办“流动大讲堂”,重点加强综合柜员和台区客户代表岗位适应性培训;分级举行供电所岗位应知应会知识普考和抽考,举办台区客户代表岗位竞赛,以考促学,以赛促练,强化供电所员工基本功训练,提升

业务素质、增强履职能力。

同时,该公司还组织编制推广“全能型”供电所建设工作手册,围绕电能替代、光伏发电、电动汽车充电设施建设等,推广应用《供电所的一天》、《光伏发电并网业务办理》等示范性短片,以直观形象的形式开展新型业务培训,加快培养供电所“全科医生”式复合型员工,打造“一专多能”台区客户代表,实现客户用电业务办理“内转外不转”。(黄文静)

## 农行商丘分行举办基层党支部书记培训班

为进一步推进“两学一做”学习教育常态化制度化的深入开展,及时学习宣传党的十九大精神,切实提高基层党组织书记、党务工作者的理论功底和业务水平,商丘分行举办了基层党组织书记培训班,市分行机关各部室及支行各网支支部书记、党员发展

对象共计100余人参加了此次培训。开班典礼上,与会学员重温了入党誓词。(马东民)

## 西洋店工商所开展电暖器市场执法检查行动

平舆西洋店工商所根据消费需求安全,立即组织全员在辖区内迅速开展了电暖器商品质量专项检查,重点查处仿名牌产品、侵权商品、无厂名厂址的商品等违法行为,规范了辖区电暖器市场秩序。(吴志宏)

## 坝口街道举办“永远跟党走 开启新征程”主题晚会

近日,舞钢市坝口街道办事处举办了“永远跟党走 开启新征程”主题晚会,晚会讴歌了中国共产党的丰功伟绩,弘扬了中华优秀传统文化,把“家规、家训、家风”与学习贯彻十九大精神有机结合,与弘扬社会主义核心价值观有机结合,受到了群众一致好评。(孟志新 武荣花)

## 健康资讯

郑大二附院  
获批组建省临床医学研究中心

近日,省科技厅、省卫计委与省食药监局联合发文,正式确立包括郑大二附院在内的9家单位组建我省首批临床医学研究中心。

为进一步加强医学科技创新体系建设,优化临床医学研究组织模式,完善疾病防控协同研究网络布局,根据相关文件要求,经省科技厅、省卫计委、省食药监局组织评审,同意省肿瘤医院、省人民医院、省胸科医院、省传染病医院、郑大一附院、郑大二附院等9家医院,分别组建河南省临床医学研究中心。其中,郑大二附院以妇产疾病(妇科肿

瘤)为方向组建河南省妇产疾病(妇科肿瘤)临床医学研究中心。

据了解,河南省临床医学研究中心的主要任务是加强临床研究平台建设,重点搭建健康医疗数据、成果转化等临床研究公共服务平台,打造协同创新网络,研究制定临床研究标准规范,开展高水平科技攻关和国际合作,培养领军人才和团队,促进研究成果转化和推广应用,整体提升本领域疾病诊疗技术水平和服务能力。

(本报记者 郭培远 通讯员 彭永强)

## 温县人民医院

## 利用“乡医之家”为乡医充电

“刮痧”是中医疗法的一种,适用于很多病症的治疗,尤其适用头痛、风湿痛、胃痛等疼痛性疾病,大家应该传承这项中医技术,熟练并应用到临床中……”近日,温县人民医院“乡医之家”举行中医知识培训会,为温县各乡镇卫生院、卫生所的200多名乡医进行了中医实用技术培训。

时令进入冬季,也到了各种心脑血管疾病高发期,尤其是那些老年体弱群体,健康状况令人担忧。作为“乡医之家温县分部”,为减少温县百姓心脑血管疾病的发生,该院组织全县乡医,为他们培训中医实用技术,以提升乡医技术,更好地服务基层百姓。

当天的讲师为该院有着数十年从医经历、临床经验丰富的名医专家。培训现场,专家从中医传统疗法刮痧入手,向乡医们传授刮痧的适应证、临床应用等技巧,还从时下高发的脑血管疾病、心血管疾病等病的诊治、预防进行授课。同时教乡医要从生活习惯、锻炼方式、药物控制等方面入手,向基层百姓传授控制和预防心脑血管疾病的保健知识,使乡亲们未病先防,有病早治。(关心)

## “河南乡医之家”孟津分部

## 落户孟津县人民医院

近日,“河南乡医之家”孟津分部在孟津县人民医院正式成立。各乡镇卫生院主管乡医副院长及乡村医生等200余人参加了揭牌仪式。

孟津县卫计委主任王留宏指出,“河南乡医之家”孟津分部的成立,标志着孟津乡村医生朋友有了自己的“家”。这个家安在孟津县人民医院,是乡村医生朋友的福音。县人民医院要搭建好与乡医之间的互动平台,积极组织优质医疗讲师队伍,安排更多相关方面专家和医生,采取定期、不定期方式为乡医进

行多方面知识培训和技术指导,使乡医朋友学习有内容、提高有目标、困惑有解释、难处有人帮,真正使乡医朋友感受到“家”的温暖。

揭牌仪式结束后,郑州中泰脑科医院副院长、神经外科副主任医师张旭光,郑州市第一人民医院烧伤中心名誉主任、主任医师牛希华,孟津县人民医院医务科科长、心血管内科主任杜西锋等人分别作了题为《常见面部神经疾病的诊断及治疗》《烧伤的早期处理》《高血压病的规范化治疗》的讲座。(姚伟旗)

## 正阳红十字会

## 普及应急知识 提高救护能力

为提高乡村医生的应急救护能力,近日,正阳县红十字会组织开展了应急救护知识培训班,全县乡镇医疗机构医生和村医100余人参加了培训。

培训中,县人民医院、中医院等医疗机构的应急救护专业技术人员进行了授课,讲解应急救护操作要领等。应急救护专业技术人员还在授课过程中开展了实际操作演练,专业人员手把手教村医如何进行心

肺复苏、创伤救护、绷带包扎等应急救护知识。

“开展这次培训,主要目的就是为基层医疗从业人员特别是村医群体普及应急救护知识,以及提升他们的实际操作能力,遇到紧急情况能及时应对。同时也想借助村医的言传身教让广大农民群众尽可能掌握急救知识,减少意外伤害事故的发生。”县红十字会有关负责同志表示。(本报记者 黄华 通讯员 陈健)

## 郑州市金水区总医院

## 弘扬优良医德医风 提升医疗服务质量

今年以来,郑州市金水区总医院立足服务做文章,弘扬优良医德医风,不断优化医疗服务环境,提升医疗卫生人员服务能力,获得了群众赞誉。

为弘扬优良医德医风,该院先后开展了“行风建设月”“十佳护士”“最美医生”“我身边的白求恩”等活

动,发挥榜样的激励作用,持续释放行业正能量。为提升人员业务水平,对新进人员进行入职培训,对全院医生进行医师定期考核,实施院内业务学习和院外进修相结合,组织医护人员到上级医院进修,安排社区中心、卫生人员到院总院进修人员,提高人员医疗服务水平。(张凯男 雷晓瑞)

国家卫计委考评  
郑州人民医院脑卒中防治工作

12月3日,国家卫生计生委卒中防治工程委员会专家组通过听取汇报、查阅资料、实地检查、座谈了解等形式,对郑州人民医院卒中筛查与防治基地工作进行了年度评价考核。

座谈会上,郑州人民医院副院长李培亮从医院发展历程、整体规模、人才队伍、学科建设、卒中管理、健康管理、教学培训、建设规划等方面向专家组进行了汇报。专家组从

专业和管理两大方面分为八个小项,就医院卒中防治工作流程、专业体系建设以及卒中管理经验进行了全面检查。

通过综合评估,专家组对该院卒中防治工作给予了充分肯定,同时就各组检查范围的内容指出了存在的问题,并结合国家卫计委的具体规范和要求,对医院卒中防治基地医院下一步的工作提出了宝贵建议。

(本报记者 郭培远 通讯员 赵驰)