



本报记者 鞠圣娇

“‘五一’假期，市人民医院东昌府院区肛肠科正常安排手术，肛肠疾病患者可以提前预约。”4月24日，市人民医院东昌府院区肛肠科主管李强在朋友圈发布了这样一条消息。消息下面不仅有点赞的，还有留言预约手术的。

“五一”假期将至，很多市民计划为自己或家人安排手术、体检、医疗美容等。

“五一”小长假 这样为健康“加分”

趁着假期去“变美” 她们准备好了

“我和朋友准备假期到东昌府区妇幼保健院做光子嫩肤，都约好了。”32岁的杨丽是一名二胎妈妈，工作、家庭占据了较多时间，她计划利用假期时间让自己“变美”。

据东昌府区妇幼保健院皮肤美容科工作人员董淑云介绍，科室假期正常开诊，目前，有70多名顾客已预约，这些顾客大多选择了光子嫩肤、水光针、肉毒素除皱等项目。“有的顾客春天没注重皮肤保养，皮肤干燥，想利用假期挽救一下，就选择了水光针项目。不过，做完后当天皮肤会有轻微红肿，或者点状瘀青，正好利用假期来进行恢复，开班时皮肤处于最好的状态。”董淑云建议，有些项目如黄金微针、水光针等需要2—3天的恢复期，假期有充足的时间等待恢复。

来份体检 给身体健康把把关

随着市民健康意识的提升，假期里，有不少市民计划为自己或家人来一次健康体检，给身体健康把把关，“五一”期间，我市各大医院体检机构正常工作。如聊城市人民医院脑科医院查体中心，在3月份推出了“早春送健康”体检优惠活动，许多市民当时就计划“五一”期间使用体检套餐，还有的单位为员工预约了体检服务。

“我主要是想来做胃肠镜检查 and 脑血管检查，看脑血管病，脑科医院是专业的。”市民王洪发说，他选择假期去体检有两个原因，一是肠胃镜检查需要提前服用泻药进行清肠，切除息肉后，在家休息比较容易控制饮食，有利于恢复；二是脑科医院提供的套餐里有CTA(CT血管造影)和MRA(磁共振血管造影)，都能用来检查脑部血管情况，这让他实现了通过一次检查了解更多身体情况的愿望。

手术解决“难言之隐” 恰逢其时

李强所在的肛肠科主要开展了针对便秘、肛周脓肿、肛瘘、肛裂的微创手术，有的手术一周内就能出院，往年的“五一”“十一”假期，李强也都会安排手术，方便患者利用假期就诊。

“有一些最近发病的患者，不好意思因为肛肠疾病请假，就预约假期做手术。”李强说，一些肛肠微创手术，创面小、出血少、恢复时间短，而且现在的肛肠手术跟原来相比，疼痛程度大大减轻，患者能够在医生的鼓励下实现早下床早恢复，缩短了住院时间。

还有的患者因为大吃大喝、饮食不规律，导致痔疮、肛瘘突发或加重，对这部分患者，李强建议出现不适，及时就诊，尽早解决问题。

97岁老人摔跤致骨折 股骨头置换助其重新站起

本报记者 张琪

近日，我市一名97岁老人左侧股骨颈骨折，聊城市中心医院骨科医护人员紧急施救，成功为老人完成了股骨头关节置换手术。术后，老人恢复良好，患者家属非常满意。

4月16日，今年97岁的王秀英(化名)在家上厕所不慎滑倒后，无法站立、行走，随即被家人送至聊城市中心医院骨科就诊。

该院骨科主任谷长增经过详细检查，诊断患者为左侧股骨颈骨折。

“高龄老人发生骨折，如果采取保守治疗，愈合过程会非常慢，不但疼痛难忍，而且容易引发褥疮、肺炎等并发症，

会进一步加重病情甚至危及生命。”谷长增说，面对如此高龄的患者，治疗团队进行了分析讨论，并邀请多学科专家共同参与。专家综合评估了老人的身体情况，与患者及家属沟通后，决定对其实施股骨头关节置换手术。

经过术前检查，在谷长增的主刀下，王秀英完成了股骨头关节置换术。术后第二天，在医护人员指导下，王秀英老人迈开了第一步，她惊叹道：“没想到我这么快就能站起来走路了。”在医护人员精心照料下，王秀英恢复良好。

“股骨头是老年人最容易出现骨折的地方。股骨头关节置换术目前主要用于治疗高龄患者的股骨颈骨折，该手术操作方便、手术时间短。”谷长增介绍，

随着年龄增长，老年人常因骨质疏松、反应迟缓、平衡能力弱等原因导致骨折。如不及时治疗，疼痛和并发症会影响生活质量，甚至威胁生命健康。目前，老年人骨折后的手术治疗已经日趋成熟，让老年人远离骨折后必须卧床的情况。

谷长增说，家中有老年人，需要注意以下几点：1. 建议每年带老年人体检1次，测量骨密度，如有骨质疏松症状则需要接受规范的药物治疗；2. 老年人在医生的指导下补充钙质，鼓励老年人在早晨和傍晚适当晒太阳；3. 鼓励老年人进行适当的锻炼，包括慢走、做操等，走路时，注意要走平整的道路，速度要放慢，行动不便的老年人需有人陪同；4. 注意合理的饮食，适当增加营养。

聊城发布 2021年肿瘤监测数据

本报讯(记者 鞠圣娇)4月27日，记者从聊城市疾控中心慢病防制所了解到，根据2021年肿瘤监测数据，我市新发恶性肿瘤(即癌症)病例数达2万余人，恶性肿瘤死亡人数接近1万人，其中，男性均多于女性。在各类型肿瘤中，前十位的肿瘤部位依次为肺、胃、甲状腺、肝脏、乳腺、食管、直肠、结肠、子宫体、脑(及神经系统)。伴随着年龄的增加，特别是在40岁以后，肿瘤的发病率明显上升。

“结合往年的数据，我们发现，癌症发病率、死亡率正在上升，呈现出发病部位多样化、发病年龄年轻化的趋势，可以说，癌症已成为严重威胁居民健康的重大公共卫生问题。”市疾控中心慢病防制所所长刘莉介绍，快节奏生活带来的压力和不规律的饮食习惯以及对慢性病不重视等不良习惯成为癌症的诱因。而且，许多市民缺少定期参加健康体检的习惯，导致癌症发现时已经是中晚期，加大了治疗难度。

2018年1月，市疾控中心在省疾控中心、省癌症中心的带领下，积极开展慢性病机会性筛查项目，以聊城市人民医院、聊城市第二人民医院、聊城市肿瘤医院、阳谷县人民医院、东阿县人民医院、高唐县人民医院6个定点医院为监测项目点，筛查病种包含肺癌、上消化道癌、结直肠癌、脑卒中和心脑血管疾病。“每年能筛查出早期癌症患者数千名，通过慢性病机会性筛查实现了疾病及其危险因素早发现、早诊断、早治疗，对很多癌症患者来说具有重要意义。”刘莉说。

拥有健康意识是践行健康生活的第一步。为此，市疾控中心慢病防制所开展了“三减控三高”宣传和“万步有约”健步走活动，即通过减盐、减油、减糖，控制高血压、高血脂、高血糖的出现，指导群众养成健康饮食习惯和运动习惯，以多样化、均衡的饮食和日行1万步的习惯预防疾病的发生。

心灵之光

我心中的感受

由于这段时间我心情不好，有些偏头痛，在医生的建议下，我住进了聊城市第四人民医院接受治疗。

我住的这个病房共6人，我原本心中有些忐忑，但自从住进了医院，感受到了医护人员的关怀和温暖，我渐渐安心了。在这里，我们被称为“休养员”，而不是患者，这让我很感动。

每天吃过早餐，病房主任和护士都会到活动室询问我们的病情，和我们耐心地交流。医生也同样关心我们的情绪，帮助我们缓解心理压力。特别是护士，24小时轮流照看我们的生活起居，指导我们用药，对我们的关心无微不至。病房和餐厅干净、宽敞、明亮，让人心情舒畅。餐厅工作人员变着花样做一日三餐，还有水果和牛奶，饮食营养丰富。

住院这些天，看着被治愈的病友出院时心情舒畅，对医生和护士称赞有加，我的心情也好了起来，对自己也充满了信心，谢谢医护人员对我们的关心和爱护。

聊城市第四人民医院精神科七病房 小乔



视角

卡通小名牌 温暖患者心

4月26日，东昌府区妇幼保健院护士正在展示佩戴的名牌。为消除患者的紧张情绪，自去年10月起，东昌府区妇幼保健院门诊手术室制作了卡通名牌，通过萌萌的造型、艳丽的色彩、可爱的字体，拉近了医护人员与患儿的距离，还转移了患儿的注意力，提高了工作效率。

文/图 本报记者 鞠圣娇