

女大学生吃麻辣烫住院

当心!吃太烫的食物容易得食道癌

本报记者 吕增霞

吃麻辣烫竟然把食道烫出血

近日,东营一名女大学生吃麻辣烫,将食道烫伤,并出现大血泡,紧急住院治疗,目前已康复出院。医生建议,平时不要吃太烫的食物,因为这是导致食道癌的高危因素。

近日,东营市人民医院消化内科收治了一名东营职业学院的女学生,这名女大学生平时就爱吃麻辣烫,结果在吃的过程中不注意,将食道烫破住院。

东营市人民医院消化内科主任吴凤婷告诉记者,这名学生在入院之后,医生为她做食道镜发现,食道上有个大血泡,这是十分危险的,一旦破了,或者血管破了,引发大出血很严重。“不过经过住院治疗之后,这名女大学生已经康复出院了。但是她爱吃烫食的习惯,我们给予了健康教育,这是一种引发食道癌的高危行为。”吴主任说。

吴主任说,对于食道癌,大家已经都不陌生了。或许大家会认为是因为吃了一些不该吃的食物容易得食道癌,今天我要告诉大家,吃太烫的食物也容易得食道癌。

在冬天,人们总喜欢喝点热汤暖暖身子,热腾腾的汤确实可以给人们带来温暖,但是如果太烫,温度超过了45摄氏度就可能给你身体带来癌变,例如食道癌,胃结肠癌等。大家也会说,喝汤喝开水的时候并没有感觉到食道和胃有不舒服的感觉啊?其实食道和胃的内表层并没有分布触觉神经,所以大家没有感到不舒服,但是却实实在在的在伤害着你的器官。

大家也会发现,渐渐的吃多了烫的食物,后来慢慢的可以吃更烫的食物,这是怎么回事呢?这是因为长时间使用比较烫的食物,食道内壁的粘膜变厚了,渐渐失去了最初的感觉。

不要让食物烫坏你的食道

吴主任告诉记者,温度对人具有诸多微妙的作用。生物在进化中都有自身最适宜的温度,进化程度越高,要求最适宜的温度越严格。人体正常体温为36.7-37.4℃(腋窝温),在这种环境下机体代谢活动处于最佳状态。研究发现,人体在37℃左右的情况下,口腔和食管的温度多在36.5-37.2℃,最适宜的进食温度约为10-50℃,一般能耐受的温度最高为50-60℃,当感到很烫时,温度多在70℃左右。

经常吃“烫”食的人,在温度很高的情况下也不觉得烫,但是在吃75℃左右的热食、热饮时,娇嫩的口腔、食管黏膜会有轻度灼伤。灼伤的黏膜表层会及时脱落,基底细胞会迅速增生、更新、补充,久而久之,细胞增生的速度会异常加快,或在不良刺激下发生变异,最终产生不良后果。

另外,由于黏膜在热刺激下不断增生而增厚,增厚的黏膜对热刺激反应会越来越不敏感,加之食管黏膜的神经反射本来就迟钝,这样会越来越不怕烫,吃的东西就会越烫,时间久了口腔黏膜会增厚,如此形成一个恶性循环,人会不由自主地接受越来越严重的灼伤刺激。这种刺激带来的损伤还可能引起经久不愈的食管炎,这种食管炎有时伴有间变细胞。研究发现,食管癌多合并有食管炎,而食管炎往往比食管癌早10年发生。

非常烫的食物进入口腔内,会使口腔黏膜充血,损伤黏膜而造成溃疡。资料显示,在食管肿瘤患者中,平时喜好热食、热饮者占90%以上。这些人的食物或饮料的温度平均为71℃-74℃,个别达88℃。据实验所得,进食75℃左右的食物或饮料,食管上皮会有反应;到了80℃左右,食管黏膜上皮会出现坏死、不典型性增生。如果每天进食高温热食一次,连续25天,就会出现食管黏膜上皮不典型性增生。重度的增生就是肿瘤前病变。

流行病学调查发现,一些地区的食管癌、贲门癌、口腔癌的发病可能与喜食热饮、热食有关,也就是说,有些黏膜上皮的肿瘤可能是“烫”出来的。我国新疆哈萨克族人嗜饮热奶茶的习惯,且一日数次;东南沿海潮汕地区居民喜喝“功夫茶”,且要趁热饮用;太行山区人们习惯于趁热喝大碗粥,这些地区都是食管癌高发区。当然,肿瘤发生原因复杂,并非单一因素,太行山区的食管癌高发区除热食外,还与饮食的特点如粗、硬有关。

接种疫苗,保障健康



本报4月26日讯(记者 吕增霞 通讯员 孙宗永 刘爱国) 4月25日是第30个“全国儿童预防接种日”。每个爸爸妈妈都要熟记,孩子在不同年龄应该接种何种疫苗。

记者从东营市疾控中心了解到,目前接种的疫苗分为两类:第一类是纳入扩大国家免疫

规划的疫苗,由政府出资、免费提供,适龄儿童应当按照免疫程序依法接种的疫苗,包括卡介苗、乙肝疫苗、脊髓灰质炎疫苗等;第二类疫苗,是需要自费并且自愿接种的,比如水痘疫苗、流感疫苗、狂犬病疫苗等。

最主要的是,所有外来儿童与本地儿童都享受同等的免疫接种服务。现在是病毒活跃的春季,到了适龄还没接种的孩子,爸爸妈妈们得赶紧带上他们接种疫苗了。今年东营将进一步完善科学发展综合目标考核免疫规划指标体系,确保实现全市适龄儿童“五苗”免疫规划全程接种率98%以上目标,并实施新一轮预防接种规范年建设,继续开展“群众满意的预防接种门诊”创建活动。修订完善东营市《预防接种异常反应处置办法》,及时妥善处理预防接种异常反应的调查诊断、鉴定和补偿工作。

为孩子、自己或老人接种疫苗,可以到就近的社区卫生服务中心按照预检、登记、接种、留观的程序接种。

在接种疫苗之前,应在接种人员的指导下进行预检,配合接种人员,做好对受种者健康状况的问诊和一般健康检查,应特别注意受种者有无急性疾病、严重慢性疾病、慢性疾病的急性发作期、发热、过敏体质、免疫功能不全、神经系统疾患及是否对疫苗中的任何成分过敏等情况,以便接种人员正确掌握疫苗接种的禁忌症,考虑是否接种疫苗。

受种者在接种后留在接种现场观察30分钟,如无出现不良反应方可离开。接种后要适当休息,注射部位要保持清洁,以防感染。个别受种者接种后可能会出现身体轻度反应,如发热、局部红肿、食欲不振、乏力等,一般不需任何处理,加强观察,多喝开水,并注意保暖;如出现较重症状,及时到医院诊治,对症治疗,并与接种单位、接种医生联系。



为孕妇做健康宣教。

“管家式”服务

赢孕产妇点赞

本报记者 吕增霞 通讯员 于霞 张英凤

“对于我们的事儿,‘管家’比我们自己还用心,想吃点什么,还是有什么问题,跟她说一句就全解决了。拿办理出生医学证明来说,以前手续挺繁琐,现在在病房就完成了,很便捷。”4月20日,东营市第二人民医院客服人员做满意度回访时,徐晓敏女士对医院产科的护理服务赞不绝口,“出院之后,我的管家还打电话指导怎样家庭护理,特别贴心。朋友生宝宝,我也要让她去你们医院。”

据了解,东营市第二人民医院产科实行“管家式”的护理服务模式,在科室内选拔责任心强、业务熟练、沟通能力强、工作热情高的责任护士作为产管家候选人。医院再对选拔出的管家进行综合素质培训,考试合格后方可成为真正的产管家。管家负责对孕产妇从入院到出院过程的就诊、检查、业务办理以及衣食住行等方面提供关怀备至的照护。

对于新入院的孕产妇,导诊护士协助办理入院手续后送到产科病区与产管家做好交接。管家全方位的服务开始了:安排病床,入院宣教,为孕产妇送上管家联系卡,让孕产妇了解自己管家的联系方式。孕产妇住院期间的任何需求及意见可直接跟自己的“管家”沟通,由“管家”及时协调主任、护士长、主管医师、后勤保障部门尽快解决。

分娩后,产管家对产妇及新生儿进行全面护理。出院前,“管家”会对产妇及家人进行产健康宣教和新生儿健康成长宣教,指导产妇及家属完成产分娩情况的信息登记、出生医学证明办理、分娩补助办理等手续,并陪同或指导孕产妇家属快捷办理出院手续。出院时,管家根据需要联系幸福直通车送产妇出院。

产妇出院回家后三至五天,还会接到自己的“管家”打来的电话回访。管家针对家庭护理进行健康指导,并对产妇提出的相关问题及时作出解决方案和处理措施。实现了产妇入院有人帮、在院有指导、出院有人送,院后有关怀,健康关口前移,服务重心下沉的全程无缝隙人文服务,深化了医院优质人性化服务的内涵,将“3H”护理服务模式推向更高层次。

走进东营市第二人民医院,从导医台前导医人员的一声问候、一个搀扶、一路的引领,你就能感受到春风般的温暖舒心。只要产妇需要,管家随时给予帮助。“这里有家的温暖”,该院产科实施的管家式服务模式,不仅使孕产妇享受到如家人般的温馨和贴心,同时还优化了医院服务流程,让医护服务更加优质、便捷、贴近患者的需求,提升了群众的满意度。

东营市启动进一步

改善医疗服务行动

力争到2017年底,三级医院预约诊疗率≥50%

本报4月26日讯(记者 吕增霞 通讯员 孙万禄 战磊)医疗服务事关人民群众切身利益,对提高医疗卫生计生系统社会满意度。近日,东营市卫生和计划生育委员会、东营市中医药管理局关于印发《进一步改善医疗服务行动计划实施方案》的通知,标志着东营市“进一步改善医疗服务行动”工作正式启动。

据了解,自2015年起,东营将利用3年时间,在全市各级各类医疗机构全面实施“进一步改善医疗服务行动”,通过一系列具体措施,努力让人民群众便捷就医、安全就医、有效就医、明白就医,使医疗服务水平明显提升,群众看病就医感受明显改善、社会满意度明显提高、医患关系更加和谐。

据悉,利用三年的时间,通过进一步改善门诊服务、推进预约诊疗、优化资源配置、改善住院服务、改进护理服务等9项服务举措,切实改善群众看病就医体验。力争到2017年底,三级医院预约诊疗率≥50%,复诊预约率≥80%,口腔、产前检查复诊预约率≥90%。住院患者分时段预约检查比例达到100%,门诊患者分时段预约就诊率不低于预约就诊患者的50%。80%的三级综合医院推行日间手术。所有三级医院和80%的二级医院实行临床路径管理,三级医院50%的出院患者和二级医院70%的出院患者按照临床路径管理。综合医院住院患者抗菌药物使用率不超过60%。全市三级医院医疗责任保险参保全覆盖,二级公立医院参保率达到90%以上。