

用自体血浆修复难愈合伤口

本报讯(任莹 记者 宋金婷)众所周知,糖尿病足疼痛难忍,面临截肢,患者心力交瘁。别担心,市人民医院用于临床的富血小板血浆治疗技术不仅可以治疗糖尿病足,还可以应用于关节炎、软骨损伤、不愈合创面、褥疮、整形美容等,这项新技术处于全省领先水平。

孙先生患糖尿病多年,半个月前他发现自己右脚大拇指处出现溃烂发黑的症状,且疼痛难忍,开始以为是脚趾磨损受伤引起的,休养一下就好了。可过了一段时间溃烂不仅没有好,反而整个脚趾都渐渐变黑,而且愈加疼痛,到后来都没法走路,于是孙先生赶紧来市人民医院就诊。

主治医生诊断后确定孙先生患上二型糖尿病引发的糖尿病足,经过有关治疗有所好转,但是脚趾处小血管及毛细血管供血不足,普通治疗方法难以很好改善病症,孙先生可能面临截去脚趾的风险。市人民医院相关科室进行多学科会诊,决定对患者采用目前六安人民医院新开展的富血小板血浆治疗技术(PRP)。

对于慢性皮肤溃疡、糖尿病足和韧带软骨损伤等这一类难愈合的疾病,临床往往投入大量人力、物力但疗效不

佳,PRP在这类组织的修复上显示独特的优势和疗效。以前,只能在大城市医院才能得到这项新技术治疗,而这一次正式在皖西地区用于临床使用。富血小板血浆(Platelet-rich plasma)简称为PRP,是通过抽取一定的静脉血,经过体外分离获取的一种血小板浓缩物。PRP含有大量的生长因子和细胞因子,对软组织和骨组织的修复效果明显。

市人民医院血管外科与临床科室紧密合作,由具有制备条件的血管外科严格无菌操作,采集制备富血小板血浆。临床医生为孙先生进行使用治疗,第一次使用后就有了很明显的效果,脚趾溃烂面明显缩小,颜色也从黑色逐渐变成红色;第二次使用后,脚趾的创面有了很大的改善,经过对伤口处的结痂处理,脚趾疼痛基本解除,等待创面愈合。出院时,孙先生十分开心地说:“多亏了这项新技术,我现在脚趾头保住了,疼痛症状也没有了。”

据了解,目前,富血小板血浆治疗技术(PRP)已经在市人民医院临床使用,治疗效果很明显。临床显示PRP已经可以广泛运用于多种学科,如骨科、妇产科、整形美容科、疼痛科、眼科等。PRP技术的优点十分明显,应用此项技术时一般是由自体血制备,安全高效。



酱食用,也可和面粉做成菜饼,或做芝麻酱拌苦菜、苦菜粥等。

特别提醒:

野菜虽新鲜,但如果生长在工业区周围、汽车常经过的道路两旁,则不宜采摘食用。因为这些地方的水源、土壤中含有的重金属元素会相对较多一些,毒素可能进入植物沉积下来。还要注意的,是即使在环境较好的地方采摘的野菜也不宜多吃。因为多数野菜性寒味苦,容易伤及脾胃甚至诱发胃痛、呕吐等症状。食用野菜后一旦出现肠胃不适、恶心、周身发痒、浮肿、皮疹或皮下出血等异常症状,应立即到医院救治。

(摘自:中国中医药报、健康时报)



春季吃“五菜”兼顾美味健康

春天养生十分关键,可为一年的健康打下基础。随着春季的到来,野菜将陆续上市。虽然不少野菜有食疗功能,但注意事项也有不少,如何能更好地食用野菜,兼顾健康与美味呢?

水芹菜 与大家常吃的长在陆地上的旱芹菜不同,水芹菜富含多种维生素,口感更为清香,富含膳食纤维,有一定的通便、降脂、降脂功效。但由于膳食纤维较多,胃溃疡、肠炎患者不宜食用。

荠菜 “三月三,荠菜做灵丹”。中医认为,荠菜有清热解暑、利尿止渴、软坚散结、益胃等功效,对于有胃部疾患和因为上火而出现眼部疾患的人尤其合适。可荠菜性稍凉,体质虚寒的人及胃寒的患者不宜过多食用。

马齿苋 中医认为,马齿苋有清热解毒的功效。现代医学研究发现,马齿苋对大肠杆菌、痢疾杆菌、伤寒杆菌均有抑制作用,对常见致病性皮

肤真菌亦有抑制作用。需要注意的是,它可能含有致敏物质,过敏体质人群食用后易引起过敏;有滑利的药性,大量食用可能会导致滑胎,孕妇不宜吃;还因为与鳖甲相克,如果正在服用的中药方里有鳖甲,则不要食用马齿苋。

蕹菜 中医认为,蕹菜可清热滑肠、降气化痰、利尿安神。对于新鲜的蕹菜,要在炒制前将其焯水,再进行后续的烹饪,可除去蕹菜中的有害的原蕹苷。原蕹苷在蕹菜的嫩芽部分含量最高,烹饪时可先切去嫩芽部分再烹制,也可将原蕹苷去除。少量食用蕹菜,不会对人体造成损伤。

苦菜 又名苦苣菜、曲麻菜、苦苣菜,其含有丰富的钾、钙、镁、磷、钠、铁等元素,能清热、消肿、化淤解毒、凉血止血。对急性淋巴细胞性白血病、急性及慢性粒细胞白血病均有抑制作用。苦菜可炒肉、做汤,可用沸水烫后蘸面

本报讯(记者 宋金婷)3月2日,记者从市中心血站了解到,受春节假期及疫情常态化防控影响,我市街头献血人数骤减,同时由于团体无偿献血组织困难等原因,全市医疗临床用血保障形势紧张。

前段时间,受连续阴雨天气影响,街头献血量大幅下降,加上疫情常态化防控,部分高校学生放假还没开学等多个因素令原本就紧张的血液库存更是捉襟见肘。同时,血型问题仍然比较突出,尤其是A型血、B型血和O型血,仍然处于紧缺状态。

前段期间,受连续阴雨天气影响,街头献血量大幅下降,加上疫情常态化防控,部分高校学生放假还没开学等多个因素令原本就紧张的血液库存更是捉襟见肘。同时,血型问题仍然比较突出,尤其是A型血、B型血和O型血,仍然处于紧缺状态。

我市医疗临床用血保障形势紧张 呼吁各界人士伸出援助之手献爱心

市中心血站发出无偿献血倡议,给无偿献血者发短信呼吁前来献血,同时积极联系单位组织献血。市红十字市中心血站无偿献血业务科江磊告诉记者:“尽管如此,参与献血的人数仍不理想,血液库存还是不够,尤其是这段时间库存非常紧张。”

无偿献血,是救死扶伤的崇高善举,是中华民族友爱互助传统美德的具体体现,为保障临床医疗用血,让更多的患者点燃生命的希望,市中心血站呼吁各单位、社会各界人士伸出援助之手奉献一份爱心,让我们以关爱社会、关爱他人的精神加入到无偿献血的行列。

叶集“四提升”开展职业健康监管工作

本报讯(王俊)为进一步提升职业健康管理水平,保障劳动者职业健康权益,防范化解职业病事故风险,叶集区卫健委积极探索,以“四提升”为目标引领,积极开展2021年职业健康监管工作。

提升拓宽培训的广度。分行业、分规模、分批次开展《工作场所职业卫生管理规定》法规培训工作;大力倡导健康工作方式,在全区中小型企业劳动者中组织开展争做“职业健康达人”活动;利用“叶集在线”公众号等媒体,推送事故典型案例、诉讼纠纷法院判例、违法案件查处案例,大力加强职业健康普法宣传工作。

提升服务企业的温度。结合企业实际需求,建立走访制度,主动上门为企业提供贴心、暖心服务,确保指导工作做到位。继续发挥专业优势,引导企业未雨绸缪,主动排查、管控职业病风险隐患,实现防患于未然,将执法服务变成优化营商环境的具体实践,加强对体检、检测评价机构监管,规范服务行为,提升其服务质量。

提升加大执法的力度。将尘毒危害治理作为全区职业健康工作的重中之重,以尘毒危害严重企业为重点,制定检查任务清单,加大对重点企业的检查频次,加强危害源头治理工作,坚持对发生“尘肺”“慢性中毒”的企业实行专案倒查制度,追查企业落实岗前体检和职业健康保护情况,依法加大对违法企业查处力度,巩固既往工作成果,防止问题反弹。

提升应对事故隐患的敏感度。会同应急等部门,开展使用有毒物品作业场所劳动保护专项治理,预防、控制和消除职业中毒危害。建立体检机构、检测机构异常信息上报制度,督促有关机构对体检结果群体性异常、现场检测超标严重等有关情况做到及时报告,发现事故隐患,及时提前介入,妥善处置,闭环管理。组织开展尘肺、慢性苯中毒、噪声聋等重点职业病监测,开展重点行业职业健康风险评估或专项调查。畅通职业病举报投诉途径,依法稳妥处理,及时化解潜在矛盾,维护劳动者合法权益,维护社会稳定。



脱贫路上的“老人群像”

本报记者 徐 媛

在脱贫的道路上,勤劳已经成为习惯的农村老人,只要有“挣钱”的路子,他们是不怕劳累的,那种吃苦耐劳的精神着实深深地感动着采访者。

去年金秋十月,由霍邱县石店镇韩老楼村支部书记兼扶贫干胡道刚带领,我们来到2017年脱贫户李明新家。

但见屋前大道上晾晒着金灿灿的稻谷,走到屋后,呵,真是别有洞天:竹林、荷塘、稻田;2只小狗正与鸡鸭嬉戏,荷塘秋景入镜,充满诗情画意。喂养的200只麻黄鸡竹林稻田里散放着,肥壮的老母鸡和做气的大公鸡咯咯地欢叫着,“我已经卖掉大半了,准备再逮100只来喂,你看就在这稻花田里,虫啊,碎稻就够它们吃饱啦!”逮鸡苗,贫困户每只只要掏5元钱,其他费用有村里集体经济出,还有养殖补贴,如果没有成活,还有保险赔偿。“养得多就越有赚头!现在平坦的水泥路修到家门口,想到镇上集市自己卖方便,想一次省事卖给养殖帮扶公司,也可以,反正不愁卖!”60岁的李明笑呵呵地算起账:今年养殖收入10000元左右,稻子收了1万多斤,收入15000元不成问题。加上集体分红、各种补贴几千块,老伴的病有健康扶贫兜底,更高兴的是丫头享受雨露计划考上阜阳学院专升本,老伴身体也是丫头逢喜事精神爽,已经能够帮手干活养殖,一家子现在再也不是愁眉苦脸过日子啦。

“现在,贫困户养殖的畜禽鱼虾,大多被远近客商一扫而光。像张友传养殖了十来亩鱼塘,产量在2000斤左右,仅仅两天就卖完了,纯收入近一万元。”扶贫专员胡道刚欣慰地谈道,“以前是有好东西卖不出去,现在路修好了,贫困户养殖的畜禽产品不仅运出去方便了,城镇客人直接到村里买的也多了起来。”

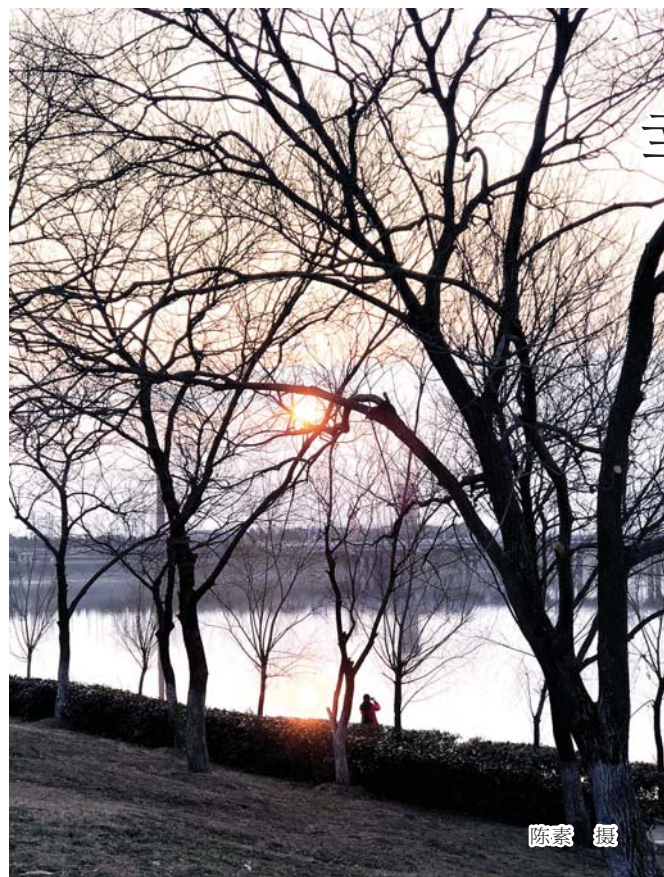
胡道刚说的张友传,因病致贫,2004年患脑血管病,“16年啦,能够想象到啦,我在16年前是瘫痪在床,靠别人伺候的人,1952年生,今年68岁啦!”面庞有些红红的他正在装成麻袋的稻谷,与老伴抬进雨棚棚好,“袋百斤啊,今年种了20多亩,收了近3万斤呢,你们看,我家门口的大塘里放养的鱼虾也能卖上一两万啦!”

在塘埂上,田地里还散养着几百只鸡鸭鹅,更不用说啦,除去自家吃用,少说也能卖上万把块。有趣的是,老张还把2016年半身不遂,她强坐在轮椅上靠编辑自编自强的图片新闻刊登的报纸《皖西日报》拿出来给记者看。看到他和老伴幸福的样子,看到他家属很很激动地展示他们的成果,忙着去塘边“咕咕咕”地唤着鸡鸭鹅,听话的鸡们鸭们飞奔着跑回来,围着她身边讨食吃,只有高傲的皖西大白鹅昂首轩昂地踱着方步,衬托着远近金黄的稻田,波光粼粼的碧水,还有蓝天白云,飘着成熟稻谷的谷香、野花香……

70多岁的金现良、郭新芝老夫老妻,享受351健康脱贫政策。我们到的时候,满头银发的郭新芝正拎着菜篮子准备喂鸡。



2月19日,在金寨县铁冲乡“农耕年华”农业发展有限公司上班的叶祖华等一帮老人们正在分拣香菇。该公司坚持用工不讲条件、不设门槛,提供力所能及的用工岗位,使得脱贫户中的老弱病残都能有每月不低于2000元的稳定收入。张光照 钟翔 文/图



幸福的慢节奏

张 祥

唉呀早走了,妻也在文化广场上跳出满身大汗。我沿着小公园转圈,看篮球场上的小伙子们你攻我守,生龙活虎;羽毛球网前两人忽进忽退,辗转腾挪;乒乓球桌前拍声清脆,杀得难解难分。灯火通明的广场,热火朝天的场面,真让人如醉如痴,流连忘返。国家强盛,人民幸福,并不只是一句空话和口号,眼前的这一切都是活生生的例子啊。我只愿时光慢走,能让人细细品味每一天的美好与满足。

偶尔也会拿出草稿本,看看放假前开列的假期计划,要填几阙词,要写几篇文章,要写几首现代诗等等……兴冲冲地摊开本子,拉开架势,思想却在一瞬间脱岗溜号了。常常是半天过去,除了标题,下面要么空空如也,要么是可怜的两个字或者一句话。

每当这时候,妻就满脸“嫌弃”地盯着我,嘲笑我说,在外地打工那么累,每天晚上只休息六七个小时,针尖大的功夫都是好的。想起什么灵光乍现的一句话,或者推敲哪个好字,哪怕端着饭碗,也要放下来,赶紧在本子上记着。现在放假了,每天有大把的时间,却没有见你写过一个字。整天无所事事,要么是变懒了,要么是江郎变张郎了吧?妻的话让我无言以对,只能报以尴尬的微笑,或者强词夺理地回怼:“你懂啥?写东西是要灵感的。肚里没货,咋能生出话来?”

妻一脸不屑地看着我,挖苦道:“我看啊,就你认的那几个字,迟早会被烧酒肥肉给化干净了。懒就懒吧,还要找个理由出来。”

妻走了以后,我认真想了一下,还真是啊,我确实变懒了。但好像原因也不全在这儿。你想啊,放假回家,妻子儿女都在眼前,每天对着红彤彤的炭火泥炉,香喷喷的干菜腊肉,热腾腾的勾魂米酒,连骨头缝里都生出了惬意和慵懒,我哪里还有心思去想那平仄韵脚、布局谋篇呢?

但转念一想,我对文字的热情归根结底只是众多热爱的一种。我爱生活,爱旅游,爱沉默,爱独处。对于文字的喜悦,终究不能当作谋生的手段。有灵感时,我就去捕捉它;无激情时,我也不会刻意去搜括枯肠,拼凑出不三不四的杂烩来。当生活的大树不足以遮蔽荫蔽,文字这棵小草,只好顺其自然,且行且长了。当然,工作时我也会满怀激情,不甘人后。

回到家已经半个月了,每天早上照例在六点半左右醒来。

雷打不动地拿起手机,打开微信,先看看文学平台的每日推文,浏览过后点赞、收藏、分享。

七点多的时候,清客老师的谆谆教诲和殷切问候如期而至。作为诗文前辈和博学智者,先生的勤奋精神与君子风范,让我很是仰慕,外加汗颜。因为他总是每天早一步,送来祝福和问候。我的回复更加简单,不会打字,只好发图片充数。韦老师的日记体文章很耐读。他总能从一些看似不起眼的小事情或者别人都见怪不怪的现象中,发现其中的意义和深刻内涵。通过不同角度的观察,以及入情入理的论述,来阐明他眼中和心中的地域概念、风土人情,进而引申到人文理念和家国情怀。读其文,如饮甘露,如沐春风,很是喜欢。

其他老师的文章也是各具千秋,精彩纷呈。有的洋洋洒洒,恣意纵横;有的短小精悍,以点带面。叙事平实者,似和风拂柳,让人通体舒泰;行文老辣者,如火炮轰鸣,瞬间直击灵魂。幽默时令人捧腹,娓娓处如叙家常,真是各有所长,皆为为师。

八点钟起床后,慢吞吞洗漱、吃早饭。然后拿着手机,点开抖音快手,没心没肺地傻笑一阵。看完百度上真假难辨、有益无脚的各种资讯,或者发着呆想一想,或者撇着嘴哼哼“哒”。有空了去支付宝上种种果树、喂喂小鸡,再忙着各种各样的签到抢红包,一转眼就中午了。

午饭后,三、五样家常菜,一个小火锅,家人围桌而坐,不小酌两杯简直对不起这种温馨氛围。慢悠悠吃着,轻浅浅吸着,看孩子们和妈妈一会儿亲密交谈,一会儿半真半假打嘴仗。照例不出声,笑眯眯地看着他们表演。不知不觉中,娘仁又同仇敌忾地指责我:动作太慢,吃菜像老牛反刍,喝酒不叫喝,叫闹。两两酒,一碗饭,没一个小时结束不了。轻抿一小口,正准备张嘴反驳,几个人全溜了。老套路,不想洗碗呢。反正我有闲时间,啥时吃啥时洗吧。

午饭后打个盹,然后再看两集电视剧或一部电影,很快就到晚饭时分。等到我收拾好碗筷出门,孩子们呼朋

