

市二院成功开展我市首例冠状动脉+肾动脉一站式介入治疗术

本报讯(陈德彬 记者 宋金婷)9月8日,皖西卫生职业学院附属医院(市二院)心血管内科成功开展我市首例冠状动脉+肾动脉一站式介入治疗术,将冠状动脉病变及肾动脉病变通过介入方法一次性解决,目前患者已康复出院。

今年81岁的付某,半年来反复胸痛、头晕,近半个月病情越发严重,为求诊治他多方打听后,慕名来到皖西卫生职业学院附属医院心血管内科就诊。心血管内科任何进舟高度重视,完善心电图、心脏超声、肾动脉超声及CTA等相关检查后,通过严谨、规范、专

业的筛查,初步诊断为:冠状动脉粥样硬化性心脏病;不稳定型心绞痛;继发性高血压;左肾动脉狭窄。经过抗血小板、调脂、稳定斑块、降压等综合治疗后患者症状无明显改善。在何进舟主持下,心内科组织了会诊,对付某病情及下一步治疗方案进行详细讨论,决定为该患者行冠状动脉+肾动脉造影+支架植入术。

经检查,冠状动脉及肾动脉造影显示:LM未见明显狭窄,LAD中段狭窄约85%,LCX远段狭窄约95%,RCA近中段临界病变;左肾动脉开口及近段狭窄约95%,右肾

动脉正常。考虑该患者胸痛、头晕症状及血压药物难以控制为冠状动脉及肾动脉狭窄所致。随后,何进舟与患者及家属详细沟通了病情,并征得家属同意后开展冠状动脉+肾动脉一站式介入治疗术,于前降支、回旋支及左肾动脉各植入支架1枚(共3枚)。由于该患者81岁高龄,同时行冠状动脉和肾动脉两个脏器手术,手术困难极大,该科制定了周全的手术和麻醉方案,手术由心内科何进舟科主任、胡明副主任、陈德彬主治医师共同参与完成,术后患者胸痛、头晕症状明显改善,血压控制及恢复良好,已于9月13日康

复出院。

据了解,近年来,市二院心血管内科积极开展心脏介入治疗,如冠状动脉支架植入术、心脏起搏器植入术(单腔、双腔)、快速性心律失常射频消融术、心力衰竭器械治疗(CRT/CRTD)等均取得良好的治疗效果。目前心脏介入治疗已发展成熟,本次冠状动脉+肾动脉一站式介入治疗术的成功开展,标志着市二院在心血管介入治疗方面又取得一个重大突破,填补了市二院乃至六安市心血管介入治疗的一项空白,为更多的冠心病和高血压患者带来福音。

审慎对待“代餐”热

饭点到了,买一瓶代餐奶昔;没空就餐,来一根蛋白棒;计划减肥,定制一周低脂套餐……近年来,吃代餐成为一些年轻人的选择。

代餐,意即能部分或全部代替正餐的食物,包括代餐粉、代餐奶昔、代餐粥、代餐零食、蛋白棒等类型,一般具有低热量、易饱腹、营养均衡的特点。代餐最初是为了解决在某些特殊环境下没有条件吃饭的问题,后来逐步向减肥人群渗透,目前则有向普通人扩展的趋势。近年来,我国代餐行业销售人员与消费者稳步增加,互联网代餐领域品牌融资金额比较可观。

俗话说,民以食为天。食物直接关系居民膳食营养水平,映照人们的生活方式与健康理念。如今,我国已全面建成小康社会,居民生活水平不断提高,人们早已从追求“吃得饱”,转向“吃得好”“吃得健康”。代餐受到欢迎,与当下年轻人注重体重管理、追求健康生活方式密切相关。身处快节奏的现代生活,未必人人都有时间精力悉心烹调饮食,如果代餐能代替吃饭、满足营养需求,何乐而不为呢?一些代餐品牌正是抓住了消费者的心理,把人们想瘦的愿望转化为可观的市场需求。

应该看到,作为控制能量摄入的方式,代餐可以成为平衡膳食的一种补充,但仅靠食用代餐产品并不足以控制体重、吃出健康。在一些极端案例中,还存在危害健康的情况。科学认识代餐的功效,合理订定膳食、运动计划,真正“管住嘴,迈开腿”,才有助于减轻体重、增进健康。

购买代餐食品,需要保持理性消费心态。事实上,与其说代餐是一种成熟的食品类型,不如说是流行的消费概念。商家倾向于借助营销策略,把包装新潮的代餐与自律、健康、积极的生活方式挂钩。同时,代餐品牌营销高度依赖社交媒体,往往利用高频次的广告植入,激发消费者的购买欲望。挑选代餐产品,尤须重视各类营养指标。根据中国营养学会发布的《代餐食品》团体标准,代餐应严格区分“代餐食品”和“部分代餐食品”,且对于每餐代餐食品能提供的能量、蛋白质、脂肪、膳食纤维、维生素等必须含有的成分,都有详细数据指标。

食物的改进与传播,伴随着人类文明发展的进程。当3名中国航天员远在空间站也吃到了鱼香肉丝,在我们这个从不缺乏美食的国度,人们对“吃得更好”的热情一直都在。从长远来看,代餐行业的健康良性发展,离不开严苛的质量把控、健全的行业标准和严密的监管体系。有业内人士表示,目前代餐品牌包装不惜重资,但产品制造却高度依赖贴牌加工,产品可替代性高。一些地方市场监管部门收到的相关投诉表明,代餐食品商家存在虚假宣传、虚标营养成分等问题。类似问题,都是行业需要正视并积极予以解决的。

(智春丽)

来源:人民网-人民日报

养生保健

为推进《安徽省中医药条例》落地见效,推动“北华佗,南新安”中医药健康文化传播,增进社会对中医药的认知和认同,近日,霍邱县中医院开展中医药一法一条例讲座和中医药健康文化宣传月活动。

图为,该院门诊大厅内工作人员为前来就诊的群众发放中医药法和中医养生知识宣传册并细心解读;国医堂生诊专家为前来咨询的群众望闻问切、诊治疾病,耐心地向他们普及相关疾病预防和中医药健康保健知识。

张正武 朱增岩 本报记者 徐有亭 摄



9月12日,叶集区妇幼保健院开展“加强出生缺陷预防、助力孕育健康宝宝”宣传活动,向过往群众普及优生优育健康知识,倡导健康生活方式,向新婚夫妇、适龄夫妇宣传参加婚前健康检查和孕前优生健康检查以及科学服用叶酸等三级预防措施来预防出生缺陷等知识。

王豫宁 摄

山坡板栗又飘香

张祥

我的故乡坐落在金寨县金岗台东麓,四周全是大山,像天然的堡垒,守护着家乡的安全。这些高山的余脉,向内又衍生出许多高低起伏、形态各异的小山包。在这些小山包上,除了常见的松、栎、枫树等等,还有各种各样的经济林。缓坡茶园和陡坡茶梯,依赖国人的爱茶情结,规模永远占第一位。曾经辉煌的桐子林,却因为桐油的使用范围太小而逐渐式微。于是连片或独立的板栗树异军突起,很醒目地活跃在山野的沟沟坎坎上。

板栗树一般都在幼苗期进行嫁接,成活后移栽。这样的栗树不算太高,枝条也呈辐射状四散开来,通风良好,更能充分吸收阳光。野生的毛栗树为了在森林中出人头地,多吸收光照,会一个劲疯长。为了不浪费有限养分,栗农就截去它的主枝和旁枝,然后用家栗的栗子来嫁接。有一种野生油栗,果实拇指大小,味道香甜,生吃脆嫩,熟吃筋道。往往人们也会在山上留下几棵,不去嫁接它。至于灌木丛样的野毛栗子,成熟后只有小指甲盖大,更是随处可见,多半都被当作柴火,砍回家烧锅。

经历寒冬的蛰伏蓄力,迎来春风春雨的温情抚慰,板栗树抽条吐芽,树叶日夜蓬勃生长。从四月份开始,早板栗进入盛花期。板栗花雌雄同株,阴阳合一。雄花如成熟男儿,修长饱满,威武健壮;雌花似青春少女,身姿曼妙,娇俏可人。随着蜜月期满,残花落尽,如小刺球般的青栗泡就慢慢在树叶中显露出来。吸收五月的阳光雨露,历经六月的酷热蒸腾,栗泡逐渐长大,颜色由嫩绿至微黄,栗刺由软变硬、由密而疏,到七月底八月初,是时候开始收获了。

金秋时节,丰收在望。此时花生饱满,稻梁垂首,大大小小的栗泡也盘踞枝头咧嘴轻笑。在准备打栗子之前,先要砍栗山。几个月的风吹雨润,栗树下已是灌

木蕨蕨,杂草丛生。如果不清理干净,从山坡上滚下的栗泡,和绿油油的大地同色相融,很不容易找到。再有就是各种野蜂巢,也要提早消灭掉,免得到时候蜂子飞出来蜇人。打栗子是一件很累人的事。家栗树还好点,站在地上用长竹竿转个圈都能打完。用野栗树嫁接过的,因为太高,需要爬到树上去,从这根树杈挪到那根树杈,仰着头费力地去敲打。栗泡也恼人,常常会顺着竹竿滑下来,扎着你的胳膊大腿,或者身体的任何部位。栗刺小而尖锐,入肉即断,多点开花。那种火辣辣的痛感,比洋辣子滚过去,花脚蚊子叮两三口可要厉害多了。这时暑天的余威尚未散尽,但为了安全和防止蜂虫叮咬,只好穿上长袖的厚实衣服,戴好草帽或头盔,全副武装干活。半天下来,力尽神疲,汗浸衣裤,浑身湿透。然后用火钳或者戴胶皮手套,把青栗泡捡到蛇皮袋、花篮、箩筐里,挑回去打成堆,发酵个两三天,就可以剥栗子了。

完全成熟的栗果,有深红、红褐、或者是黑红等各种颜色。大都泛着温润的油光,也有有的上面是一层白扑扑的绒毛。一个栗泡里,两三枚果实常见,独栗是少数。至于四枚或以上的,基本上看不到。

以前在板栗价格高、行情走俏的时候,栗农们根本不用担心销售问题,有人直接上门收购。

盲目扩张之后,供大于求,市场饱和,栗价大跌。栗树少的,干脆放弃,不再打药施肥砍栗山,任它自生自灭。栗林已成规模的,不甘心心血本无归,咬牙要撑着。到了板栗成熟季节,花钱请人砍栗山、打栗子。然后栗农们连天赶夜剥出来,费工费力,拉到栗贩子的铺面来卖。行情疲软,收购条件也苛刻了很多。先用大网眼的方格网筛筛过一遍,留在上面的都是一斤只能称二十个左右的大栗子。然后换一张中号网眼的筛子,再筛选一遍,留下来的价格又低了一级。两轮过后,其余的小栗子送给栗贩子他也不要,就只好带回家。

栗子卖不出去,保存也是很大的问题。这东西不光人喜欢吃,也是虫子的至爱。一大堆栗子中间,如果有几只生虫的没有挑出来,那么一夜功夫,就像传染病一样,马上会有很多遭到虫害。在日头下暴晒也不管用,白白胖胖的虫子们吃饱

喝足,溜出来后放放风,爱咋咋地,随你生杀予夺了。后来条件好了,有了冰箱冷柜,只能想当然地把卖不出去的板栗放在冰箱里冷藏,但也只能管很短的时间。低温潮湿的环境,很容易让板栗变质,散发出一种烂糟糟的味道。

经历了几年价格的低谷期,青栗子开始走俏,迎来一个小高潮。距离板栗真正成熟还有二十来天,市面上就有青栗子卖了。这时的栗子底部还和栗泡紧紧相连,俗话说没有离底。果仁刚刚饱满,入口脆嫩,轻轻一嚼,齿颊留香,回味无穷。价格也是红栗子的好几倍,除了确实好吃,多半也是为了满足人们急着想尝鲜的好奇心。不管是不是炖鸡炖鸭,还是炒黑毛猪肉,都是极好的搭配食材。因为嫩,所以下锅不宜太早,否则只能闻其芳香而不见其形了。

近年来随着旅游业的红火和人们生活水平的逐步提高,吃得科学、吃得新奇,成了很多人追求的目标。在这样的背景下,板栗的前景也跟着光明了许多。南来北往的游客,无形中替故乡的板栗打了广告,提高了知名度。加上政府扶持,企业攻关,板栗罐头、板栗饮料、板栗月饼等等,在市场上都有很好的销量。有理由相信,在不久的将来,板栗这一传统的特色产品,会真正迎来属于自己的春天。

城事·茶舍

本栏责任编辑：宋金婷 784542876@qq.com

市人民医院急诊外科西院区病区开诊

本报讯(任莹 记者 宋金婷)9月9日,市人民医院急诊外科西院区病区正式开诊。据了解,西院区急诊部成立一年来,急诊科为进一步增强急危重症患者综合救治能力,加快创伤中心的建设,充分发挥急救医学多学科合作优势,更好地为六安市人民群众服务,经过紧张的筹备工作,急诊外科西院区病区目前正式开科运营。

急诊外科是急诊医学科的重要组成部分,主要涵盖了创伤外科、急诊普通外科和外科危重症等领域,为急诊室、手术室以及重症监护室的外科患者提供更加高水准、持续而全面的救治服务。

据急诊外科西院区病区负责人的丁锐介绍,急诊外科西院区病区还将筹建胰腺炎专科,做到急诊外科手术全方位覆盖,进一步建设和完善医院急救体系,使西院区急救能力和水平迈上一个新台阶。

当好学校疫情防控指导员

霍山讯(马骏)学校作为一个较为特殊的场所,人员密集流动性大,也是疫情防控工作中的重要监管环节,为夯实疫情防控工作成果,压实“四方”责任,近日,霍山县组织疫情防控指导员,对县内中小学开展入学后的“第一课”,即疫情防控知识宣传指导。

抓重点看成效,监管指导两结合。疫情防控指导员每到一所学校疫情防控指导员认真查看师生开学前14天的行程记录、核酸检测结果、疫苗接种证明、两案九制等软件资料,同时对疫情防控物资储备、临时观察点、公共区域日常消毒、因病缺勤制度落实等重点工作进行现场查看和指导,结合第八版方案要求,提出合理化改进意见。

以宣传促指导,上好疫情防控“第一课”。疫情防控指导员采取发放宣传折页、查看现场讲重点、座谈交流解难题,充分利用宣传栏、电子显示屏、悬挂横幅标语等形式,营造疫情防控宣传营造良好氛围,落实好疫情防控以预防为主方针政策。

叶集区：健康知识讲座进社区

本报讯(王豫宁)为进一步提高全区城镇低保适龄妇女健康水平,提升妇女健康意识,近日,叶集区妇幼保健院联合区妇联、区民生办在史河街道小南海社区开展“两癌免费筛查”健康知识讲座宣传活动。小南海社区城镇低保适龄妇女共60余人参加此次讲座。

区妇幼保健院妇保科医师以图文并茂的形式从女性“两癌”的内容、引起“两癌”的病因、如何预防等三个层面对“两癌”进行讲解,指导大家首先要控制体重,心情舒畅是健康的秘诀;其次是做到疾病早发现、早治疗,切实把“两癌”的预防知识送到群众中间。活动现场,医生认真解答适龄妇女提出的有关“两癌”方面的问题,并与群众进行密切互动,受到现场群众的一致好评。据悉,像这样的健康知识讲座以后还会在其他社区继续开展,为更多的适龄妇女送去健康。



秋果累累

惠琼

秋天啊,总是喜人的,不说一眼望过去金黄金黄的稻田,就说枝头上的果子。

枝头上的果子,可谓是累累。先讲讲葡萄吧。葡萄成串成串的,吊在葡萄架上。一粒一粒、圆嘟嘟的,像肉肉的小孩子的嘴,看着看着,想去亲它一口;滋味儿肯定是甜中带着酸,酸中带着甜,微微皱下眉,口中生液,回味无穷。

葡萄是可以用来酿酒的,唐朝人王翰有诗曰:“葡萄美酒夜光杯,欲饮琵琶马上催。”诗中所指的葡萄酒必定是葡萄酿制的。摘下一些葡萄,洗净,晾干水,加糖,捣碎,密藏于阴凉处,静等美酒呈来。常饮葡萄酒,软化血管、美容养颜哦!

“庭前八月梨枣熟,一日上树能千回。”八月秋来,梨子熟了,沉甸甸的,把坚韧的老梨树的枝都坠弯了。想吃,伸手摘一只,哪里需要爬上爬下的呢?不过,真在那高树梢上的,就留着给雀儿啄啄吧,也让它们尝尝秋天果子的味道。

枣,当然也是好东西,成熟在秋天的树枝上,圆形、椭圆形,耳坠子一般。秋风一吹,它们便唧唧吧……啪的一下,跌落在地,等待在树下的丫头娃子可是乐翻天喽!忙跑过去,捡拾起来,拉起褂襟子擦擦,塞进嘴里,急急地,很怕有谁和她抢。甜脆嫩嫩的秋天在她细嚼慢咽中浸透五脏六腑。

枣不仅仅小人喜欢吃,小虫子也喜欢吃。有些枣上面有只小窟窿,顺着小窟窿切下去,便能看到一只肥胖胖的小虫子。小虫子是不是装了一肚子枣呢?不清楚。反正,那枣是空心一大半;反正,虫子吃剩的枣特别甜。

枣生虫,还有一种果也好吃,它叫板栗。金风一吹,把板栗吹熟了。想吃板栗不容易。它可是全副武装的家伙,里外三层的铠甲。铠甲的最外层全是刺,那个样子活像是蜷缩着的刺猬,一只绿色的小刺猬,满可爱的。中间一层是硬硬的壳,得用上刀子、剪子,以及坚固的牙齿才能打开它。最里面那层贴身皮肤,也不是那么容易就能褪去的。紧紧地粘着它鲜嫩的胴体。当终于把一只板栗的硬刺、硬壳、皮膜去掉,光鲜亮丽的栗仁

现在秋阳下时,厨房里板栗烧鸡的香味,已经让人馋涎流得长长的了。

秋天真好!朱自清在他的散文《秋》里写道:“早晨起来,一般带有成熟果实味的新鲜空气沁人心扉,觉得是那样的爽适和舒畅。”可见,秋天是果子的天下。

拾眼随处可见的果子,是皮树的果子,红彤彤,水润润的,它是鸟家族的美食。因为,总能见到各种鸟儿飞落在皮树丛中,叽叽喳喳叫个不停。树下,一地的鸟粪是红的。有一次,妹妹问过为什么到处都能见到皮树。这啊,一定是鸟儿的功劳。另外,皮树具有很强的适应能力,无论生在哪里,都能长势蓬勃,春华秋实。皮树的学名叫构树,据说其花、其果、其皮、其根都有很实用的药用价值。

低眉见的果子,你来猜猜它是谁?辛弃疾的《清平乐·村居》中有一句“最喜小儿无赖,溪头卧剥莲蓬。”这种低眉可见的果子便是句中小儿剥的莲蓬。莲蓬生在水之湄,与莲花同生,当然也与莲花同性:出淤泥而不染,不蔓不枝。于佛性,则是圣洁,清静之华;于尘世,愿世间人多子多福多美好。

秋天真得好,黄叶飘飘落,总见果儿鲜。“子黑石莲老,柿红霜叶疏。”到了深秋,老透的莲蓬由原来的青绿变得乌黑,立在明净的湖面下,静成一桩雕像。而柿子,却红了起来。长天碧空下,山梁水畔,房前篱边,柿叶纷纷离开枝头,留下一树的柿果。“色胜金衣美,甘逾玉液清。”这是诗人张舜民对柿子的深情赞美。红柿如灯笼,这幅喜庆的图景会延续到大雪飘飞的冬天,直至来年春暖花开。

秋天是喜人的,因这累累的果实,瞧上一眼,便钟情于它。



莲蓬生在水之湄 郭彬 摄



近期,金寨县各乡镇广大农户全力投入到板栗采摘、加工、包装、运输中,今年他们打破往年旧的经营方式,抢抓机遇,采取提前采摘青栗,直接送往各大城市的酒店餐馆,让消费者及时吃到新鲜可口的大别山板栗。图为金寨县中板栗收购点的村民们在加工包装刚采摘的板栗。

吕跃 摄