



菏泽市中医医院血液科

菏泽市中医医院是全市唯一一所三级甲等中医医院,该院血液科技术力量雄厚,现有医学博士1名,硕士2名,主任医师1名,副主任医师1名。

张子彦,该科主任、医学博士、教授、主任医师,主要从事血液病学方面的基础及临

床研究,擅长治疗贫血性疾病,如再生障碍性贫血、骨髓增生异常综合征、溶血性贫血、运动性贫血等;血液系统恶性肿瘤如急慢性白血病、多发性骨髓瘤、恶性淋巴瘤的诊断和治疗。同时,在各种出血性和血栓性疾病的诊断、治疗及预防方面有丰富经验。

张子彦曾入选浙江省2007年151人才工程,参与了国家自然科学基金、省市级基金的科研工作,获得省市科技进步奖,在国内外发表论文30余篇,主编专著1部(遗传性血液病学),参编2部;曾任中国国家皮划艇队队医,在国内首先报道了遗

传性纤溶酶原激活剂抑制物-1缺乏症,对其发病机理进行了深入研究;率先开展白血病的分子生物学研究,如慢性髓细胞白血病和急性早幼粒细胞白血病融合基因的检测、微小残留病的监测;并多次主讲市级医学继续教育项目讲座。



教师节前 为教师健康“出谋划策”

长时间的站立讲课、伏案工作,而且面临不断的知识更新……压力步步为营,长期紧张的生活节奏是否逼走了您的健康?

在这个教师节来临之际,希望本报菏泽健康锦囊能帮助老师们找到自己在健康上存在的问题,打败疲惫,以全新的状态迎接一个新的学年!

讲 老师上课时几乎需要从头说到尾,有时课间休息时还需要给学生讲解问题,几节课下来,嗓子真是“苦不堪言”。

健康锦囊:

- 1、讲课中注意音量,切勿太大声或急切地说话。
- 2、常用温开水润喉。
- 3、不宜过多食用辣椒等刺激性食物以及巧克力等糖分高的食物。
- 4、多吃养阴清热、利咽的食物,例如银耳、雪梨等。

写 长时间低头备课、改作业,令教师很容易患上颈椎病,出现头晕、头痛等症状,严重者还会出现单侧或双侧上肢麻木等。

健康锦囊:

伏案工作一段时间后,要起来走动,让颈部前后左右缓缓地转动;要经常参加锻炼,例如游泳、打羽毛球等;睡觉时,要选择适当的枕头。

站 教师在课堂上讲课,几乎一整天都是站着的,久而久之,容易患上下肢静脉曲张。

健康锦囊:

虽然教师长时间站立是职业需要,不可避免,但是在这个过程中,可以来回走动走动,让腿脚得到适当的放松。工作间隙,可以抬高双脚;下班回家后,可以换上舒适的鞋子或者赤脚,改善足部血液循环;休息时,可以用热水泡脚,促进血液循环。

温馨叮咛:

正所谓:“会休息的人,才会更好地工作。”虽然时代在进步,生活节奏在加快,压力在增加,但不顾休息,带病备课、上课、批改作业的老师我们仍然不提倡,所以,一名合格的老师,应该是一个能够协调好生活和工作的人。健康的身体是做好工作的基础,关注健康,这不仅是对自己负责,也是对家人、对事业负责。

(时海彬整理)

**菏泽健康**

健康维权热线:0530-6330010

投稿邮箱:qlwbhzjk@163.com

本版编辑:刘莉 组版:皇甫海丽



菏泽市第二人民医院骨科

菏泽市第二人民医院是一所大型综合性医院,是经市政府批准的全市唯一警医共建的市创伤医院,是经省政府批准的菏泽市法医鉴定

唯一复核医院。

该院骨科现有主任医师1名、副主任医师3名,其中硕士研究生导师1名、菏泽医专特聘教授2名,开放床位85

张。该科擅长治疗各种复杂性骨折、颈肩腰腿痛(颈椎病、腰椎间盘突出症、椎体或椎管肿瘤)、骨关节畸形等骨科疾病,曾先后荣获国家专

利4项,在全省或全市率先开展了“经椎动脉孔减压治疗椎动脉型颈椎病”、“人工全髋关节、全膝关节置换术”等20余种复杂手术。



菏泽市第三人民医院特色科室

菏泽市第三人民医院是一所集医疗、教学、科研、预防于一体,以治疗精神、神经疾病、心脑血管病和创伤为主,附设内科、外科、妇科、正骨科的大专科(脑科)小综合的综合型医院,是全市唯一

的精神卫生防治中心。

医院支柱科室精神科,作为菏泽精神疾病防治中心,肩负着全市人民的精神、心理疾病防治及菏泽医专精神病学教学和全市9县区精神卫生专业人员技术培训及指导工作。

医院支柱科室神经内科,如今已发展成为集脑系疾病、神经系统疾病治疗、教学、科研、康复于一体的脑血管病研究中心。

医院支柱科室创伤急救中心,拥有一批骨外和神经

外技术专家,建立了重症监护室和创伤急救绿色通道,从院前到院内实行一体化救治服务,确保创伤患者得到迅速有效的治疗。“看脑病到市三院”如今已成为人们的普遍共识。

菏泽市中医医院积极参与 全民健康日专家义诊活动



9月1日是我国第5个“全民健康生活方式日”,根据菏泽市卫生局的统一部署,市中

医院组织专家组到牡丹广场开展专家义诊活动。该院在医学博士张子彦(右三)的带

领下,为市民送上了权威的健康知识,受到市民一致好评。

义诊活动中,该院血液科医学博士、主任医师张子彦带领专家组耐心、细致地向群众介绍生活中的许多健康小知识,建议市民合理膳食,适量运动,采取“我行动,我健康,我快乐”的居民个性化健康生活方式,通过合理膳食、适量运动、戒烟戒酒、减盐控压,达到预防部分慢性病的目的。张子彦等义诊组专家在短短几个小时的义诊活动中,免费为百余名市民查体、测量血压,为他们量身制定健康生活方

式“处方”。

该院院长郝敬忠要求全院职工以此活动为契机,号召全院职工从自己做起,以自身行动带动周围亲朋好友,改掉生活陋习,减少疾病发生,提高学习健康知识和践行健康生活方式的主动性,不断提高预防控制高血压、糖尿病等疾病的意识和能力,为和谐社会做出自己的贡献。

本次义诊活动向市民发放健康教育宣传资料600余份,为市民义诊100余人次,活动取得良好效果。

通讯员 贾宝生 袁萌

眼科专家提醒： 征兵视力体检要求高 近视手术莫贪图便宜

【核心提示】

又到每年一度的征兵时期,而其体检视力要求比较严,眼睛近视的朋友需要通过矫正才可以圆自己的军人梦想。日前,很多近视朋友询问:为什么激光近视手术在有的医院2000元就可以做?这么重要的眼部手术价格为什么相差这么大?如何合理选择医院?选择适合自己的近视激光手术方式?

针对这些问题,笔者咨询了菏泽爱尔眼科医院准分子科王丽霞主任:

1、手术设备的差异:激

光治疗近视,对手术设备的要求极高。对设备精确度的要求是以微米为单位来衡量的。设备更新换代很快,美国博士伦准分子激光,是行业公认效果最好,也是最贵的设备之一。

2、手术医生不同:好马要配良将,好的设备要由技艺娴熟的医生来操作才会发挥最大的效用。人体是一个复杂的大系统,各器官之间有着微妙的关系。通常在某一领域里成为专家需要至少10年的相关工作经验。专家与新手的不同体现在

专家根据病人的情况设计手术的步骤,能够有效地防范风险。

3、手术方式不同:就目前而言,世界最先进的手术方式是波前相差引导的个性化切削及美国飞秒激光近视手术方式。它具有安全、精确、完美、原态的优点,最适合于警察、运动员、白领、航空人员等对眼要求高的人群,也是最早通过美国FDA认证的手术方式,菏泽爱尔眼科医院于自开业就率先引进了美国博士伦217Z-100手术系统,让菏泽

市近视患者足不出户就可以享受到与世界同步的先进近视手术方式。

4、手术配套条件不同:手术并不是一个孤立的过程,术前要进行严格的眼科常规检查,排除不适宜手术的病症。要精确的验光,进行角膜地形图检查,相应数据要准确无误的输入计算机,经过计算机处理的数据要导入手术设备。在菏泽爱尔眼科医院每位术前检查的患者都要进行严格的18项术前检查,而且每次手术前都要对激光设备进行精

确的调校,这些过程不能有丝毫马虎。

5、手术耗材不同:同样的手术进口耗材和国产耗材的价格差异巨大,用于制作角膜瓣的刀片成本很高,有些医院为节省成本将角膜刀反复使用,容易造成病人感染。正规医疗机构的所有耗材不论多贵,都只能一次性使用。

安全永远是第一

“作为在眼睛部位施行的手术,安全肯定是第一的”,王丽霞主任说,患者在选择近视手术医院时,应全面了解医院的规模、实力和

手术量,这样就可以总体判断医院的医疗质量。要做近视手术的朋友不能只图手术价格便宜而最终选择错了手术地点,以免影响今后自己一生的“视界”。爱尔眼科集团作为中国最大规模的眼科医疗机构,在北京、上海、广州、山东等地有30多家连锁医院,每年近视手术量近6万例,在全世界都是比较多的。同时,爱尔眼科集团能通过严格审核上市,说明医疗质量都是可以信赖的!

通讯员 石宗成