

男子汗蒸解乏 越“蒸”越累进医院了

医生：糖尿病患者不适合汗蒸 易低血糖甚至晕厥

“糖友”汗蒸 易导致低血糖

生活报讯（王魁 高军震 记者周琳）生活中很多人喜欢每隔一段时间就去汗蒸一下，调整状态放松身体。但殊不知，不是所有人都适合汗蒸，比如糖尿病患者，就很不适合频繁的、长时间的汗蒸。哈尔滨市第五医院专家提醒广大糖尿病患者，切莫频繁汗蒸，以免引发心脑血管疾病。

想汗蒸解乏 结果越“蒸”越累

吴先生是一名糖尿病患者，最近一段时间经常出现疲倦易困的症状。他以为是自己最近一段时间太劳累导致的，于是就去洗浴汗蒸。但是汗蒸几次后，他感觉症状越来越明显，赶紧来到哈尔滨市第五医院就诊。医生告诉他，出现这样的症状正是汗蒸引起的，如果继续汗蒸的话，可能会出现心梗、脑梗的危险。

“虽然汗蒸是非常受大家追捧的一种养生方法，但并不适合所有人，比如糖尿病患者就不适合汗蒸，很容易导致各种并发症的出现，也容易导致低血糖。”哈尔滨市第五医院内分泌科主任李东荣表示。

哪些人不适合汗蒸？

据哈尔滨市第五医院内分泌科主任李东荣提醒：

- 有心脏病、高血压、糖尿病、高血脂的患者，病情严重时不适合汗蒸。
- 低血压、身体虚弱、空腹时、过度劳累时也不宜汗蒸。
- 即使健康的老年人汗蒸也需要家人陪同，因为在高温高湿的环境下，老年人衰老的脏器及输送器官不能很好地适应这一环境，容易导致诸多疾病的发生。



升。

总之，汗蒸对糖尿病是没有好处的，汗蒸并不能够起到稳定血糖和降低血糖水平的作用。相反，很有可能会出现低血糖的情况，处理不及时，甚至导致患者晕厥、休克、死亡。



10岁女孩腹痛不止 竟长了妇科肿瘤

医生：有肿瘤家族史的
最好每年给孩子做一次盆腔超声检查



生活报讯（记者周琳）10岁少女本应无忧无虑快乐地成长，但10岁的小彤最近却遇到尴尬事，她突然间出现腹痛，严重腹痛长达1天后仍没有缓解，小彤妈妈赶紧带她来到哈医大四院进行检查。

经查，小彤被初步诊断为盆腔肿物。是阑尾炎？还是肾结石？经超声检查后，发现小彤盆腔右侧附件区有一个直径约6.9cm的肿物，结合小彤的症状，哈医大四院杨艳琪主任医师初步诊断为盆腔肿物（卵巢囊肿蒂扭转可能性大），并立即行急诊微创手术。

术中探查，果然是卵巢浆液性囊肿合并输卵管系膜囊肿导致的蒂扭转惹得“祸”。幸好手术及时，卵巢位于盆腔深部，患者大多没有症状，有些身材苗条的女孩发现腹围变粗或者出现尿频、排便困难等压

迫症状；出现子宫出血或月经不规则；还有一部分卵巢肿瘤因为能分泌激素，从而导致女孩发育过早或者性成熟加速；或是像患者小彤一样发生肿瘤蒂扭转、破裂、感染等出现腹痛、发热等症状。卵巢肿瘤的治疗以手术为主，具体方案要根据患者年龄、肿瘤组织类型、良恶性、期别等综合制定。”杨艳琪医生介绍。

杨艳琪医生温馨提示家长，青春期是女孩子身体快速发育的时期，并不是绝对不会患妇科疾病，家长一定要有这个警惕性，要重视妇科检查，特别是有肿瘤家族史的，最好每年给女孩子做一次盆腔超声检查。妈妈与孩子多交流，教给孩子正确的生理卫生及自我保健常识，多关心女孩子的身心发育，当发现异常时要想到妇科肿瘤的可能，及时带孩子就诊。

无需现场排号 动动手指即可
@哈尔滨人
在“龙头新闻”
办社保更便捷

生活报讯（记者吕晓艳）5月26日，黑龙江日报报业集团与哈尔滨市人力资源和社会保障局合作，在龙头新闻APP开通社保业务办理功能，只要下载龙头新闻APP，点击最底部菜单“服务”按钮，接着点击“哈尔滨社保通”按钮，进入哈尔滨社保界面，就可以办理包括企业养老、机关养老、失业保险、工伤保险四大类所属的自由人参保、申报失业补助金、参保职工个人补缴等77项业务。哈尔滨市民无需再到社保窗口排队办业务，只要通过龙头新闻APP就可以一网通办。

办理方式：哈尔滨市民下载龙头新闻APP选择底部服务模块，点击“社保通”进入“哈尔滨社保通”页面，选择想要办理的社保业务，人社部门会把办理结果信息自动推送到申报人手机上。



转业兵搬家
退伍军人为您服务 居民 企业 搬家
大件搬运 专业拆装家具 长途运输
诚信为本 谢绝二次收费 七折优惠
18346188200
18346188211

真诚搬家
公企搬家、居民搬家、专业搬钢琴、搬运大件
拆装家具、长短途运输、诚信为本、七折优惠
13704806637
13704806638

士兵搬家
军人素质 真诚服务 公企搬家、居民搬家、专业拆装家具、钢琴
搬运大件、长短途运输、诚信为本、七折优惠
15204602898
南岗道外香坊 18249086999

诚信搬家
以诚为本，信誉第一，军民共建，长期运送
居民搬家、居民搬家、专业拆装家具、钢琴
13633645802
13704802031

老兵搬家
公企搬家、居民搬家、专业搬钢琴、搬运大件
拆装家具、长短途运输、诚信为本、七折优惠
89301110
899111448
87630967

吉利搬家
军人素质 真诚服务 居民 公企
长期搬运 专业拆装家具 钢琴
搬运大件、长短途运输、诚信为本、七折优惠
15945995322
群力哈西 13903650494
香坊动力 139046110086
北 13945059319

喜临门搬家
招和司机
居民 公企 大学生搬家 专业拆装家具
七折优惠 方便快捷 谢绝二次收费
道里群力哈西 13503620282
南岗道外香坊 18946110086
24小时客服 18746472226

搬家刊登电话
13945172547

生活报

分类广告

中缝声明

企业招聘

业务办理电话：

15504651777

89682777

QQ/微信:80451

生活报讯（记者赵政府文/摄）连日来，生活报持续关注哈尔滨市一些医院周边出现“山寨急救车”的问题，哈市多部门联合执法检查后，哈市市民反映，最近医院周边的山寨急救车确实少了，但还是有车在拉运。记者走访发现，目前出现了这样的尴尬局面：正规120车不运送出院的患者，医院周边的山寨急救车还存在乱收费、乱服务的问题，市民也不知道该怎么把出院患者送回家了。

120紧缺 只送入院急救患者

随着市区面积的增加，哈尔滨市急救中心的服务半径也越来越大，工作量也越来越多。目前，哈尔滨市急救中心承担着哈尔滨市区几百万人口的日常院前急救、转运，突发公共事件，大型事故医疗救援，重大活动、赛事医疗保健等任务。为了提高效率，哈尔滨市急救中心在部分大型医院设立急救站，即使这样，哈尔滨市急救车和人员配备仍然不足。

记者了解到，原国家卫计委2018年发布的《医疗机构基本标准(试行)》提出，每5万人口配1辆急救车，至少有1辆急救指挥车。按此标准计算，哈尔滨市应配备100辆左右急救车，而哈尔滨市急救中心的急救车目前还没有达到这个数字，且还陆续有退役的车辆，日常能随时出车的，也就七八十辆。

哈尔滨市急救中心一位工作人员告诉记者，他们的工作人员经常“连轴转”，常年都是这个工作状态，有时日出车超过200台次，“非常辛苦，所以一些医务工作者不愿意到急救站工作，身体吃不消。”

因此，目前哈尔滨市急救中心的主要服务对象是那些需要紧急去医院的患者。

「冰城市民反映·山寨急救车满街跑漫天要价」后续
山寨急救车乱象调查
「李逵」少人知 「李鬼」抢市场



96120
如何收费？

接线员告诉记者，非急救转运收费标准在车内显著位置进行了公示。
哈市市区内费用：
基础费3公里内98元，超过3公里，每公里8元。



纷纷避让，以为是拉患者的急救车。

“开始以为他们是120，我们即使拉着客人也变道甚至停下来给他们让路，怕耽误患者抢救，看了你们的报道才知道，原来他们是山寨的急救车。”的哥赵先生告诉记者，他们外形酷似急救车，但并不是急救车，却占用应急资源。他建议，把急救车和非急救车的外形进行区分，不允许他们模仿急救车。

而更让广大市民诟病的是，这些车不仅外形酷似急救车，就连车里的设备也和急救车一模一样，吸痰、除颤、氧气瓶等一应俱全，有的司机竟然声称配备了正规医院的医护人员，而且漫天要价。

正规96120上岗一年多 鲜有人知

山寨急救车乱要价、乱服务，那么哈尔滨市有正规的非院前急救服务吗？记者拨打了120后，提出有患者出院需要运送服务，工作人员建议拨打96120，这个平台负责院后运送服务。然而，记者采访了多位市民，大家都不知道哈尔滨市已经有了正规的非急救平台和服务。

记者了解到，2020年1月，为满足患者非急救转运特殊需求，在哈尔滨市委、市政府、市卫健委指导下，96120非医疗急救转运项目由哈尔滨交通集团通佰有限公司承接、启动试运行。项目启动后，为行动不便、残障、失能半失能病人看病就医、病后出院、跨省跨市非急救长途转诊等提供安全便捷、优质高效的转运业务。

记者拨打了96120电话，接线员告诉记者，96120提供出院护送服务，没有急救和医护人员陪同，非急救转运车辆车型统一为金杯阁瑞斯，车身

蓝白相间，车身上96120专线

号码、服务监督电话、哈尔滨非

急救转运服务以及哈尔滨交通

集团等标识醒目清晰。目前，

哈市各大医院附近都有停驻车

辆，随时投入转运服务工作中。

生活报法律顾问

黑龙江同长律师事务所

主要业务：法律咨询

诉讼、非诉讼业务

咨询电话：17094511333

地址：南岗区黄河路136号