

# 腹部主动脉瘤犹如拳头大 随时可能爆破

哈医大四院血管外科专家成功“拆弹”

生活报讯（记者王秋实）69岁的王大爷双腿站起来特别吃力，像注了铅一样。近期，他找到哈医大四院血管外科黄任平主任，经检查发现他腹部有个犹如拳头大小的主动脉瘤！

“它像一颗‘不定时炸弹’，随时可能爆破，你这种情况要尽快手术！”黄任平主任马上为他安排做微创腹主动脉瘤腔内隔绝术。手术过程中，医生们发现王大爷体内的这颗“瘤”犹如一个气球被吹到了极致，“瘤”内储存的血量上千毫升，已影响到其心脏等重要脏器的功能，同时造成下肢供血不足、行走无力。更危险的是，这段膨胀的血管壁已经被血流冲击得非常薄弱，如果未及时手术，一旦

血流冲破血管外壁，像决堤一样大出血、休克，死亡很可能就是一瞬间的事。

手当天，在局部麻醉的状态下，黄任平教授团队通过王大爷大腿根处的穿刺眼，用特制的细长导管将覆膜支架送到腹主动脉瘤部位，为血液流动重建一条“人工通道”，与腹主动脉瘤完全隔绝，成功“拆弹”。术后，王大爷很快康复出院。

黄任平主任建议，高血压、动脉粥样硬化、有吸烟史、家族史、肥胖等高危因素的人群，特别是65岁以上有吸烟史或家族史的男性，每年应定期做胸腹部X线检查和主动脉超声排查。一旦发现存在主动脉扩张，应及时到血管外科就诊，进一步排查诊断。如果确诊为主动脉瘤或



主动脉壁间血肿，经专科医生充分的安全性评估后，如无任何症状，也不影响其他脏器的供血，可暂时不手术。如果不幸需要手术，也不必太过担心，可通过微

创介入手术帮其血流“改道”，让动脉瘤不受高压血运的影响而被“引爆”，又避免传统开放性手术带来的大创伤及并发症。

哈医大四院血管外科专家：

## 假期旅行切勿久坐 谨防下肢静脉血栓



生活报讯（记者王秋实）外出旅行，长时间同一姿势坐飞机、客车座位上，很容易形成静脉血栓。哈医大四院血管外科黄任平教授提醒，假期旅行切勿久坐，两小时起来动一动。

黄任平教授介绍，下肢深静脉血栓是由于血液高凝状态、血流淤滞、血管内皮损伤等因素所致的血液在静脉内不正常的凝结而引起

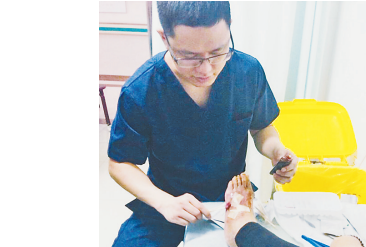
的。动至肺动脉引起肺栓塞，危及生命。

那么下肢深静脉血栓如何治疗呢？黄任平教授介绍，国际国内指南一致认为下肢深静脉血栓栓的基础治疗为抗凝药物治。为了防止或减轻下肢深静脉血栓后综合征PTS的发生发展，减少下肢深静脉血栓栓后遗症，预防肺栓塞，建议积极进行微创手术治疗，创伤小，恢复快。黄任平教授建议，长途旅行要勤活动、多饮水。一旦出现小腿肿胀疼痛，尤其是左下肢，要尽快到医院血管外科诊治。

女子脚上有杏大小的“洞”竟是糖尿病足

哈医大四院血管外科专家：

## “糖友”要注意 足部护理



生活报讯（记者王秋实）整个脚部红肿，溃疡难以愈合……近期，张大妈患上了严重的糖尿病足部并发症。到哈医大四院血管外科时，张大妈整个左脚红肿，脚背外侧有一个杏股大小的溃疡，溃疡面上有脓性分泌物。经过哈医大四院血管外科的积极治疗，一个月后，张大妈脱离了截肢的危险，溃疡面愈合，血糖也控制平稳，张大妈可以行走、外出散步了。

“糖尿病足部病变是周围神经病变（包括自主神经病变）、微血管病变、大血管病变和不良的卫生习惯等诸多因素之间复杂的相互作用所导致的。一旦发病，由于其治疗复杂、困难大，会面临截肢等后

果。但是，只要患者能够积极处理的话，大多数的截肢也是可以避免的。”据血管外科主任黄任平介绍。

足部问题是导致糖尿病人入院治疗的最常见原因。每六个糖尿病人中就有一人要忍受一生足部溃疡所带来的痛苦。绝大部分的截足病因是由足部溃疡开始的，全世界每30秒钟就有一条腿因糖尿病病而被截去。

那么糖尿病患者在日常生中如何做足部护理呢？黄任平提醒市民：通过饮食调节、适量运动、学习相关的糖尿病知识，必要时在医生指导下用药物治疗，使血糖控制在合适的范围，是预防糖尿病足部病变的先决条件。

同时，市民要注意，皮肤过于干燥时可涂油性较大的护肤膏，每周2-3次；冬季注意保暖，提倡穿棉或羊毛袜，既保暖，透气性又好。为缓解夜间足凉，可穿袜套，但不宜用热水袋或小水炉暖脚；糖尿病患者所穿的鞋号要适合，最好穿平底鞋。

## 避免截肢！哈医大四院血管外科微创治疗下肢动脉硬化闭塞

生活报讯（记者王秋实）刘大爷今年七十多岁了，一年多来，走路总有点别扭。走不多远，刘大爷的左腿小腿肚就酸胀、疼痛，刘大爷认为走路没力气是因为自己年纪大了，也没太在意。近两个月来，刘大爷常感脚凉发麻，他每晚用热水泡脚，也不见好，还把脚烫坏了。在附近诊所换药半个月也不见好，听别人说可能是脉管炎，得截肢。

刘大爷赶紧到哈医大四院血管外科找黄任平教授，才得知自己得了下肢动脉硬化性闭塞症。

黄任平教授通过微创斑块切除术联合药物球囊治疗，解决了刘大爷下肢缺血的问题。刘大爷的腿不仅保住了，而且走路不跛了，烫伤伤口也长好了。

黄任平教授介绍，下肢动脉硬化性病变，与高血压、高血脂、糖尿病、肥胖、

年老、吸烟等因素相关，病人的动脉血管壁上形成看似米粥样的物质，医学上叫粥样斑块，所以，动脉硬化又叫动脉粥样硬化。动脉硬化性病变，一般是全身性疾患，腿上的动脉血管由于发生粥样硬化引起的病变叫下肢动脉硬化闭塞症。

据悉，哈医大四院血管外科黄任平教授专业微创治疗下肢动脉硬化闭

塞症。根据病人病情采用不同的治疗方法，如药物（西、中药治疗）治疗、微创吸栓，微创动脉硬化斑块切除，微创球囊扩张和药物涂层球囊治疗，微创血管内支架治疗等。微创治疗不开刀，疗效好，恢复快，运用微创技术使狭窄闭塞血管再次通畅，恢复下肢血流，特别适合于年老体弱不愿手术的病人。

## 搬家专栏

搬家刊登电话  
王萍 13351116219

## 信誉搬家

居民 公企 大学生搬家 长短途搬运 空调安装  
专业拆装家具 钢琴 可开可关 配货物流  
通外 15331886393  
通外 15904504951  
哈西 18245175648

## 退役军人搬家

军人素质，真诚服务，七折优惠，全市各区均可发车  
18745057660  
18845765103

## 老年公寓

## 一元养老公司

招自理、半自理卧床老人，吃的好、住的好、玩的好、照护好、交通便利，配套齐全、药店、洗衣房、食堂、护士站、老年大学、琴棋书画特色班、24小时热水、冰箱、互动电视、无线网络等。哈西红星城3号楼  
电话：0451-51025111、13936510333  
乘坐57.58.236公交车直达

## 出租出售

13796106320  
旺楼整体出售

哈尔滨市道里区东风街89号，左侧临东风街与右侧临高道街，两街交叉口。此楼建筑面积5300平米，楼层—1到7层，原方为宾馆，现有结构为8层共计122间客房，可按要求改造，地下室1层可做餐厅，带一部电梯，楼体外有停车位，消防手续合格。  
李先生：18545620356

## 宾馆招租

哈尔滨市南岗区龙江街91号，黑龙江煤矿机械有限公司房产1-4楼对外招租，原为快捷宾馆，建筑面积约2286平方米，现仍以宾馆对外招租。  
详情见黑龙江联合产权交易所（http://www.huaee.net）。  
联系电话  
13069869797、87586512

## 急售写字间/办公室两套

哈尔滨道里区上海街7号海上银座写字楼，因房主迁移外省着急售卖，价格可面谈。房屋建筑面积一套130平米，另一套170平米，精装修，两套房在一个楼层，可一并购买也可单独出售。房屋地点好，位置佳，属观江房可俯瞰松花江，房主去年重新装修完毕，新换中央空调系统、供暖系统，且走廊正对电梯门处有约5平方位置可放置牌匾。  
18645184468

## 急售江北花园洋房

哈尔滨江北天鹅湖花园小区31号楼洋房一套，因房主迁移外省着急售卖，价格可面谈。房屋建筑面积180平米，四楼（顶层），毛坯房，三室一厅二卫带阳台，地热房，属私产房屋。房屋紧邻江北公园、哈尔滨大剧院、小区园林面积占比30%以上，环境好，位置佳。  
联系电话  
18645184468

## 急售别墅

哈尔滨私产别墅，因房主出国着急售卖，6000元/平米。房屋建筑面积约400平米，车库1个（可停两辆车），毛坯房，别墅内自带庭院面积1000平米，院内山林约2000平米。小区还配套高尔夫球练习场、钓鱼池、滑雪练习场、温泉等设施，免费对业主开放。  
联系电话  
18645184468

## 生活报中缝广告

受理地址：哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼阳光大厅  
刊登 84681180  
电话 15004697804  
当天办理，次日见报。  
也可线上定稿，邮寄报纸。

## 新高考模式下 省重点名师赠锦囊

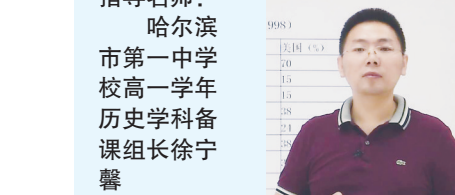
# 历史：高考算原始分 迅速实现学习方式的转换

见习记者 陈薇伊 生活报记者 吕晓艳

近日，哈市教育局发布最新开学通知，哈尔滨高中新生23日报到。2021级高一新同学们应该如何开启新高一的学习征程？新高一学生目前应该如何做好各个学科的学习准备，生活报记者特别对哈一中新高一学年的九大学科名师进行采访，给即将进入新高一的学生一份初高中衔接锦囊。

## 初中历史学习与高中的区别

- 一、考核程度的不同**  
哈尔滨市中考历史科目只占有非常小的比重，考核要求较低；而高中阶段对历史科目的考核要求有了大幅度的提高。在新高考实行“3+1+2”模式下，普通高中全体学生，都必须参加历史学科合格性考试，满分100分，成绩以合格、不合格呈现，60分及以上为合格，成绩合格是所有学生高中毕业的必要条件，合格性考试原始成绩作为高职院校分类考试招生录取的依据。对于在“3+1+2”模式下物理、历史两选一，选择历史的考生，还要参加历史学科的选择性考试，历史选择性考试的成绩以原始分呈现，作为高考分数的组成部分。
- 二、学习内容不同**  
初中历史学习内容内容为中外通史，教材内容呈现出浅显性与感性描写的特征。高中历史课程新教材虽然同样也是通史体例，必修为《中外历史纲要》上、下，分



指导名师：  
哈尔滨市第一中学  
高一学年  
历史学科备  
课组长徐宁  
馨

## 高中历史的学习方法

- 一、运用历史唯物主义基本观点观察问题、分析问题**  
历史唯物主义是马克思主义将辩证唯物主义引入社会历史领域而产生的一种科学的理论。是高中阶段历史学习的基础。
- 二、课前熟读精思**  
课前有预习，不仅要阅读教材的正文部分，教材中导语、课前提示、知识链接，课文中的图片，问题，课后习题材料等都要认真阅读，这些内容是同学们随手可用的学习精粹。在阅读的同时进行思考，这样不仅能够提高课堂学习效率，而且能够使用同学们逐渐学会，在老师的指导下以“问题化”串联知识体系，以理解形成知识的思维导图。

教龄17年，哈尔滨市优秀教师，哈尔滨市教育学院课改先进个人，哈尔滨市第一中学校“四有”教师标兵。所执教《先师孔子》一课，在教育部2019年度“一师一优课”活动中被评为优质课。

## 三、课后“化繁为简”

历史知识纷繁复杂，同学们在老师新课教授结束后，应该寻找本节课课程中的核心知识，核心概念。在此基础上与认知结构中的已有历史知识进行链接，形成阶段特征，构建历史知识体系，明确历史的发展脉络，及相互联系。

## 四、适度练习

同学们应该精选习题，适度练习，在老师的帮助下，开拓解题思路，提高解题技巧。

## 五、拓展历史视野

平时多关注国际国内重大时事热点问题，多角度去研究、分析所涉及的问题。参观史迹时多思考多分析。多阅读一些历史课外书，增长见闻，拓宽视野。

## 省中医医院举办义诊活动 为200余位市民免费诊脉

生活报19日讯（见习记者周璇 记者周琳）19日，是第四个“中国医师节”，黑龙江省中医医院举办大型义诊活动。本次义诊活动在黑龙江省中医医院香安院区、三辅院区、南岗分院三个院区开展，香安院区共200余人预约就诊。

“扫码、测温，请出示预约挂号界面……”当日9时，记者来到香安院区看到，保安在门口组织着患者进入。走进1楼大厅入口处，只见门口两侧均设置了预检分诊台。

“早就听说今天的义诊有很多专家，我特意给我父亲挂了号，希望医院能多举办这样的活动。”市民王先生说。“以往我们经常举行走基层地方义诊、分项分科义诊等多种义诊活动，这次医师节义诊活动，香安院区参与义诊的科室包括心血管科、肝胆脾胃科、针灸科、肾内科等10个科室共计17位专家出诊，几乎涵盖了院区的大部分专家，对百姓来说更加惠民。”香安院区负责人郑佳新表示。

每周五刊发  
哈市发改委授权 **生活报** 独家发布

## 价比三家 8月19日价格表

品种	规格	比优特顺乡店	家乐福乐松店	大润发松北店	中央商城	大润发开发区	家乐福永平店	注 计价单位：元
散称大米	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	(1)五得利；(2)防蛀护品莹莹
散称面粉	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	荷140克；(3)香满园雪花饺子粉；(4)
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	雪花牌；(5)牙博士；(6)福临门家宴
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	小麦粉；(7)金龙鱼香滑平原雪花粉
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	(9)促销价；(10)三级；(11)双汇；
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	(12)伊利金领冠三段奶；(13)伊利
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	学生奶粉；(14)完达山乳元乳儿配方
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	奶粉；(15)上品精制面粉；(16)紫磨
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	白香青薄140g；(17)1.55kg/袋；
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	雪花粉1kg；(18)哈尔滨；(19)哈肉
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	联；(20)100g/2；(21)100g/5袋；
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	(22)统一红烧牛肉面；(23)哈尔滨；
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	香巢3段奶粉；(26)哈肉联；(27)清
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	雅茉莉；(28)700g；(29)金龙鱼长粒
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	香东北大米5kg；(30)117g*5袋；
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	(31)伊利纯牛奶；(32)240ml；(33)
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	厨邦料酒；(34)东古海鲜酱油
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	500ml；(36)碧浪专业去渍无磷洗衣
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	粉自然清新型；(37)维达蓝色经典纸
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	200；(38)舒洁加香手帕；(39)洁
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	丝新清爽擦脸卸妆洁面乳200ml；
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	(40)维达魔镜系列140*10
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	克；(41)250ml；(42)含倍绵白糖；
散称花生油	500g	1.99	2.48	1.99			2.48	(43)东三福葱香排骨面。