



2022/10/24 星期一 壬寅年 九月廿九



主管/主办:黑龙江日报报业集团 出版:黑龙江日报报业集团生活报 国内统一连续出版物号:CN 23—0017 总第11882期 今日8版

75岁女子一吃完饭就烧心

误认为是胃病 一查却是“食管裂孔疝”

生活报讯(记者周琳)近日,哈医大一院群力院区普外科二病房副主任邹小龙医师,成功为一名被反复上腹痛、反酸烧心折磨的75岁女子行腹腔镜下“食管裂孔疝”修补,治好了她10年的顽疾。

最近,75岁的耿阿姨来到医院就诊。“一吃完饭就烧心,难受得不行,要说这情况得有10年了,一开始没这么严重,最近两年越来越严重了,有时候为了不难受,我都不敢吃饭。”耿阿姨表示,家人带她辗转于多家医院就诊,但一直没

查出来是啥毛病。其间,耿阿姨也曾服用奥美拉唑等药物,症状略有缓解。但近一个月症状加重,出现严重呕吐,人也瘦了5斤。为此,耿阿姨几度怀疑自己患了胃癌,非常焦虑。让她没想到的是,困扰她的难题很快在哈医大一院群力院区普外二科迎刃而解。

来到医院后,普外二科副主任邹小龙主任医师团队根据临床表现,结合检查结果,认为耿阿姨可能是得了“食管裂孔疝”。邹小龙主任医师团队结合耿阿姨身体状况和手术意愿,最终确定为她实施腹

腔镜下“食管裂孔疝”修补+胃底折叠术。在麻醉科及手术室的积极配合下,由邹小龙主任医师与白凯泓主治医师完成手术。术后5天,耿阿姨顺利出院。

据介绍,正常人的食管穿过膈肌上的食管裂孔进入腹腔,与胃相连。正常情况下,食管裂孔刚好容纳食管通过,但可能由于各种原因导致腹腔压力增大,该压力使食管裂孔变大,导致一部分胃通过食管裂孔进入胸腔,并反复滑动进出胸腔,这就叫做“食管裂孔疝”。

“一般长时间反复发作的反酸、烧



心、胸痛、上腹痛等,是‘食管裂孔疝’的症状。”随着疝逐渐增大,会引起比较明显的胃食管反流表现,严重者可能会出现出血、吞咽困难及剧烈上腹痛等。

72岁大爷脑梗不到两周 又查出胃上长了肿瘤

生活报讯(记者周琳)近日,哈医大一院胃肠外科王毓利教授、姜宪教授团队,成功为一名高龄急性期脑梗死患者施行了微创腹腔镜胃癌根治术。男子术后恢复良好,已康复出院。

近半个月前,72岁的许大爷突发脑梗出现偏瘫,说话含糊不清,经过系统治疗后有所好转。然而,许大爷又

增加了新毛病,一吃完饭就肚子胀痛。经检查,发现他得了胃癌。而且肿瘤不偏不倚长在了胃窦部,这意味着如不及时治疗,很快他将不能再进食。脑梗还没完全治好,又添了新毛病,多家医院对这种情况都表示不能治疗。

眼看着父亲一天天消瘦,许大爷的子女只能带他来到哈医大一院胃脾

外科就诊,王毓利教授和姜宪教授团队经过详细了解,发现许大爷的情况真不是一般特殊。

“不仅年龄大,而且有脑梗史,同时还有糖尿病、高血压,这时候手术真是太危险了。”王毓利教授表示,但是,考虑到患者已经无法正常进食,如不尽早手术,又将错过最佳时机。几经斟酌,王毓利教授和姜宪教授为许大

爷施行了腹腔镜下胃癌切除术,术中彻底切除了胃部肿瘤并规范清扫了胃周淋巴结,术中几乎无出血,术后患者即返回普通病房。

术后,医生们也一丝不苟松懈,紧盯着许先生的血压、血糖,适时调整补液量和补液速度等。在医护的精心治疗下,许大爷很快康复,目前已顺利出院。

霜降节气 中医大一院治未病专家说养生

日常防秋寒 爱美女子要“藏”住脚脖

生活报讯(记者周琳)23日是“霜降”节气,此时已进入深秋,冬天的脚步越来越近,养生保健尤为重要。黑龙江中医药大学附属第一医院治未病中心负责人、省青年名中医客蕊给出养生指导。

饮食重平补 少吃海鱼、虾及冷饮

“中医强调四季五补的理论,即春要升补、夏要清补、长夏要淡补、秋要平补、冬要温补,霜降节气应以平补为原则。”客蕊介绍,适宜的食物有梨、苹果、橄榄、白果、洋葱、芥菜等。这些食物有生津润燥、清热化痰、止咳平喘、固肾补肺的功效。此时应少吃寒凉的食物,如海鱼、虾、各种冷饮等,以免伤肺引发疾病。

霜降时节按五行而言属土,此时脾脏功能处于旺盛时期。由于脾胃功能过于旺盛,加之寒冷刺激,胃肠蠕动受到影响,所以霜降之时,也是消化系统疾病常犯的节气,养生应该重视脾胃功能,以保暖润燥健脾养胃为主,少吃冷硬食物,忌强刺激、暴饮暴食,注意胃的保暖。此外,还可以多吃些百合、蜂蜜、大枣、芝麻、核桃等食物。

日常防秋寒 爱美女子要“藏”住脚脖

霜降节气的特点是早晚天气较冷、昼夜温差大。客蕊建议,早晚出门要注意适当添加衣物,注意保暖脚部和胃部。爱美的女性朋友们尤其要注意脚踝保暖,不易穿裸露脚踝的鞋子或者薄袜,以免足部受凉。睡前用热水洗脚,足部是下肢的足三阴、足三阳经起止的地方,热水泡脚可使血管扩

张、血流加快,减少下肢酸痛的发生,缓解一天的疲劳。此外,还要注意下腹部的保暖,穿着过于单薄,特别是在经期时不注意适当的保暖,易使寒邪由外及里入侵,伤于子宫和关节,日久可引发痛经、经行身痛等病症,穴位敷贴、针灸、埋线等对痛经、经行身痛有良好疗效,且简便快捷。

运动疏肝郁 起居不熬夜

同时,肺为秋季主脏,中医认为肺属金,而金克木,因此旺盛的肺气容易对属木的肝气造成影响,使肝气郁结,导致情绪低落。此时不妨登高赏叶,呼吸新鲜空气,开阔视野,使紧张焦虑抑郁的情绪得到释放。同时还可多尝试慢跑、散步、打球、游泳或练五禽戏,太极拳、八段锦等,既能锻炼身体,还可舒缓情绪。

熬夜对肝血伤害很大,肝

血不足时,人容易在子夜失眠,脾气急躁,甚至双目干涩,指甲变薄,手脚发麻,上至心脏,下至大小便,都会受影响。中医十分强调睡子午觉,这对养生防癌也很重要。

客蕊提醒,对经常熬夜的人群,肝虚火旺而出现眼睛干涩,可以多喝菊花枸杞茶,脾胃虚寒者除外。还可以拍打肝胆经,泄肝火,缓解眼睛疲劳酸痛。

男子左眼 忽然啥都看不清 竟是白内障

生活报讯(记者周琳)一男子由于“水眼”,导致左眼视力骤降。最近,哈医大四院眼科学科带头人、眼科学教研室主任、博士生导师王峰教授团队采用超声乳化白内障摘除、张力环植入、人工晶体植入为男子治好看不见的左眼。

一年前,哈市宋先生的左眼视力突然下降。一开始,只是有点儿看不清,可是最近三个月,宋先生的视力下降特别明显。“站我面前2米,我都看不清脸,这眼睛是咋的了。”来到哈医大四院后,医生检查后诊断为左眼白内障,玻璃体切除术后晶状体半脱位。

“由于眼底疾病造成视网膜功能差,玻切后眼内无玻璃体支撑,玻璃体腔充满水,这种病又称‘水眼’。”王峰主任充分了解男子病情后,在征得患者及家属同意后,为男子进行人工晶体植入等治疗。术后恢复良好,效果满意,目前已出院,宋先生的视力提升至0.5。

专家提醒市民,进行了眼底玻切手术的患者要注意术后眼睛的清洁和卫生,不要用脏手揉眼睛。平时不要用眼过度,注意眼部休息,不要长时间阅读,尤其避免在光线不足的地方阅读。不要长时间看太亮的东西,如电视、电脑和手机等电子产品,同时要定期复查,以免影响眼睛的恢复。



习近平同志



10月23日,刚刚在中国共产党第二十届中央委员会第一次全体会议上当选的中共中央总书记习近平和中共中央政治局常委李强、赵乐际、王沪宁、蔡奇、丁薛祥、李希在北京人民大会堂同采访中共二十大的中外记者亲切见面。新华社记者 申宏 摄

党的二十届一中全会产生中央领导机构 习近平任中共中央总书记中央军委主席

习近平李强赵乐际王沪宁蔡奇丁薛祥李希任中央政治局常委

习近平同志主持会议并作重要讲话

新华社北京10月23日电 中国共产党第二十届中央委员会第一次全体会议公报

(2022年10月23日中国共产党第二十届中央委员会第一次全体会议通过) 中国共产党第二十届中央委员会第一次全体会议,于2022年10月23日在北京举行。出席全会的有中央委员203人,候补中央委员168人。中央纪律检查委员会

委员列席会议。习近平同志主持会议并在当选中共中央委员会总书记后作了重要讲话。

全会选举了中央政治局委员、中央政治局常务委员会委员、中央委员会总书记;根据中央政治局常务委员会的提名,通过了中央书记处成员,决定了中央军事委员会组成人员;批准了二十届中央纪律检查委员会第一次全体会议选举产生的书记、副书记和常务委员会委员人选。名单如下:

一、中央政治局委员

(按姓氏笔画为序排列) 丁薛祥 习近平 马兴瑞 王 毅 王沪宁 尹 力 石泰峰 刘国中 李 希 李 强 李干杰 李书磊 李鸿忠 何卫东 何立峰 张又侠 张国清 陈文清 陈吉宁 陈敏尔 赵乐际 袁家军 黄坤明 蔡 奇

二、中央政治局常务委员会委员

习近平 李 强 赵乐际 王沪宁 蔡 奇 丁薛祥 李 希

三、中央委员会总书记

习近平

四、中央书记处书记

蔡 奇 石泰峰 李干杰 李书磊 陈文清 刘金国 王小洪

五、中央军事委员会主席、副主席、委员

主 席 习近平 副主席 张又侠 何卫东 委 员 李尚福 刘振立 苗 华 张升民 六、中央纪律检查委员会书记、副书记、常务委员会委员

书 记 李 希 副 书 记 刘金国 张升民 肖 培 喻红秋(女) 傅 奎 孙新阳 刘学新 张福海 常务委员会委员 (按姓氏笔画为序排列) 王晓萍(女) 王爱文 王鸿津 刘金国 刘学新 许罗德 孙新阳 李 希 李欣然(满族) 肖 培 张升民 张福海 陈国强 赵世勇 侯 凯 阎 柏(纳西族) 喻红秋(女) 傅 奎 穆红玉(女)

习近平在二十届中共中央政治局常委同中外记者见面时强调

始终坚持一切为了人民 一切依靠人民 以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴

中共二十届中央领导机构成员简历

A02-05