

市市场监管局

服务与监管并重 做好医疗器械监管工作



本报讯(记者张刚 通讯员 押晓红 文/图)“一定要增强安全防范意识,合法合规组织生产。同时,我们会全程跟踪指导,助推企业健康发展。”7月15日,在许昌茂瑞科技有限公司,市市场监管局医疗器械监管科科长田黎明进行现场核查时对该企业负责人说。

7月15日、16日,受河南省市场监管局委托,市市场监管局对许昌茂瑞科技有限公司申请生产定制式固定式义齿、河南奥因医疗器械有限公司申请生产医用口

罩项目进行现场核查及技术指导(如图)。

每到一家企业,核查组都认真听取企业负责人对公司情况及发展规划的介绍,根据《医疗器械生产质量管理规范》的要求,对企业的生产条件、设施设备、产品质量控制、生产管理等进行全面检查。同时,核查组坚持监督与服务并举的原则,从生产车间环境、设备安装调试、原料采购贮存到质量检验等,对企业提出的疑问和技术困难,现场进行详细解答和指导,并要求企

业限期整改。

“真心感谢市市场监管局的同志,帮助我们新开办企业解决在生产经营中遇到的实际问题。我们一定积极整改,争取早日投产。”河南奥因医疗器械有限公司负责人满怀感激地说。

“下一步,我们将继续坚持监督与服务并举的原则,进一步转变工作职能,大力开展服务企业工作,引导我市医疗器械相关企业全面落实企业主体责任,规范经营,确保群众用械安全。”田黎明告诉记者。



7月16日是入伏第一天,很多预约三伏贴的市民在许昌市中心医院南区医院通过贴敷三伏贴调理身体。据了解,冬病夏治医治效果最为理想的是呼吸系统、风湿免疫系统、消化系统、妇科疾病等。今年,该院三伏贴贴敷时间为7月16日至7月25日(初伏贴)、7月26日至8月4日(中伏贴)、8月5日至8月14日(中伏加强贴)、8月15日至8月24日(末伏贴)。

记者 刘地委 摄

爱穿高跟鞋 小心患上拇外翻

■记者 刘地委

夏天,很多爱美的女性爱穿露脚趾的凉鞋,有的女性却不敢露出脚趾。原来,她们患有拇外翻。骨科专家指出,拇外翻不但影响美观,而且导致走路不稳、行动敏捷性降低等。这种疾病还是腰、膝、颈等退行性病变的元凶之一。

许昌市中心医院骨科专家张建军介绍,正常情况下,大脚趾应该与其他脚趾并列向前。但有些人的大脚趾会向小脚趾方向偏斜,甚至与第二趾交叉、重叠。这种问题在医学上被称为拇外翻(又称大脚骨)。拇外翻是一种复杂的涉及多种病理变化的前足畸形,外翻角度通常大于15度,且常常伴有扁平足。这是临床上的常见足病,国内发病率为5%至10%。其中,女性发病率高于男性,而且多发于中老年妇女。

造成拇外翻的原因尚未明确,一般认为其与多种因素有关,如遗传因素,在青少年患者中多见;不良穿鞋习惯,多与穿高跟鞋、尖头鞋有关;先天性足部结构异常,如扁平足、拇趾旋前、肌肉张力不平衡等;年龄因素,年龄增加易诱发拇外翻。此外,风湿性疾病、神经肌肉性疾病变、第一跖骨内翻、创伤等也可导致拇外翻。

经常穿高跟鞋或大脚趾长、第二脚趾短的人更容易发生拇外翻。张建军说,正常走路时,人的脚后跟、大脚趾跟部、小脚趾跟部三点匀称出力。可是,穿上高跟鞋后,体重转移到前脚掌。踝关节、膝盖、脊柱为了支持体重,时间一长,就会出现不可逆的劳损,也就造成了拇外翻。

“试想,走路时两个脚趾总在摩擦,会怎么样?轻则磨破皮、流血,重则导致足部变形。”张建军提醒,拇外翻的危害还有脚趾受力不均会使足弓下陷,脚的蹬踏力和抓地力减弱,很容易因走路不稳摔倒;足部关节变形会引起腿部胫骨内旋,不但诱发膝关节疼痛,还会波及腰部、颈部关节,出现腰痛、颈痛等一系列症状。

张建军提醒,拇外翻从孩童时期就要预防,除了保持正确的走路姿势外,还要少穿皮鞋。女性应少穿高跟鞋、尖头皮鞋,尤其是6厘米以上的。上班族女性可在办公室准备一双舒服、柔软的平底鞋,以减少穿高跟鞋的时间,回家后多赤脚走路。

如果已经发展到20度以上,应及时对症治疗。可采用运动疗法,用脚趾抓物品、扯橡皮筋,可用一根粗橡皮筋拴住两只脚的大脚趾,然后向两侧拉伸;效果不佳的,可敷药或进行理疗,可穿分脚趾的鞋袜等进行辅助矫正;若大脚趾翻转超过40度,严重影响足的机能,可考虑手术矫正。

清热解暑 注意午休 适量运动
热在三伏 养生也在三伏

■记者 刘地委

7月16日是入伏第一天。俗语说:“热在三伏,养生也在三伏。”中医专家提醒,三伏养生须重视清热解暑,注意午休,适量运动,多补水。

清热解暑是重中之重

三伏处在小暑和立秋之间,是初伏、中伏和末伏的统称,为一年中最热的时段。许昌市妇幼保健院妇孺国医堂中医专家李梦阳认为,三伏养生的重点在于清热解暑。

随着气温不断攀高,暑气逼人,人稍劳作或运动,就会大量出汗,产生强烈的口渴感。另外,三伏是一年中人体阳气最为旺盛的时候。旺盛的阳气除了容易给人带来不适之外,还会导致火气上升,出现心情焦躁、行为冲动、失眠等症状。因此,清热解暑便成为三伏养生的重中之重。

西瓜是夏季很好的解暑良品,但也

有禁忌。西瓜是生冷之品,较为寒凉。体质虚弱者、月经过多者、年老体迈者及慢性胃炎患者,不宜多食。同时,西瓜含有较多糖分,糖尿病患者不宜多食。

午休很重要

“夏天人们最好晚上10时左右睡觉,早上7时左右起床,然后适当地做些运动,以适应三伏阳气旺盛的趋势。”李梦阳说,下午1时到3时的气温最高,此时应注意午休。

午睡时间因人而异,一般以半个小时到1个小时为宜。时间过长,人会觉得没有精神。睡觉时不要贪凉,避免在风口处睡觉,以防着凉受风而生病。

从冰箱内拿出的食品别急着吃

由于天热,很多人爱吃刚从冰箱中取出来的水果等。有些人特别是肠胃功能较弱的儿童,吃后易剧烈腹痛,严重的还会出现恶心、呕吐、头晕、腹泻等症状。

李梦阳指出,人的胃肠温度一般在36℃左右,而刚从冰箱里拿出来的食物只有2℃至8℃。肠胃受到强烈的低温刺激后,会导致生理功能失调。最好将其在常温下放置20分钟后再食用。

多喝粥,是三伏饮食养生的重要方法。这样既能生津止渴、清热解暑,又能补养身体。为补充充足的维生素,人们需多吃西红柿、青椒、冬瓜、西瓜、甜瓜、桃等新鲜果蔬。此外,适量补充蛋白质也很有必要,鱼、蛋、奶、瘦肉等都是优质蛋白。

运动时补水很关键

所谓“冬练三九,夏练三伏”,指在大寒大暑天锻炼身体,可提高人体适应不同环境的能力。李梦阳提示,高温天气,适量运动有助于调节湿热,加快新陈代谢,但要控制“度”。早晨和晚上七八时很适合做户外运动,如散步、游泳、打太极拳等。而且,运动时需要及时补充水分。

过敏性鼻炎偏爱“空调一族”

本报讯(记者刘地委)炎炎夏日,坐在室内吹空调无疑是一件惬意的事。许昌市中心医院耳鼻喉专家曹银生提醒,吹空调应适度,不要贪凉。夏季过度吹空调,易患过敏性鼻炎。过度吹空调,会出现鼻塞鼻痒、老打喷嚏、鼻涕不断、头昏脑涨等症状。这些症状很可能是患上过敏性鼻炎的先兆。

半个月前,市民朱先生开始流清水鼻涕,接连打喷嚏,伴有咳嗽、鼻塞等症状,有时还头痛。吃了10多天感冒药不见效,朱先生只好去医院检查,被告知,他患的不是感冒,而是过敏性鼻炎。

“近来天气热,我每天除了上下班外,都在空调房内,外出时戴着口罩,没有接触花粉、粉尘等的机会,怎么会患上过敏

性鼻炎呢?”朱先生很不解地问。

曹银生介绍,区分感冒与过敏性鼻炎并不难。鼻痒、连续打喷嚏、流清涕和鼻塞是过敏性鼻炎的四大症状,多在早晨发作。起床后,首先是鼻内瘙痒,其次是打喷嚏,再次是流鼻涕,最后是鼻塞。部分患者还会出现眼痒、流泪等症状。感冒会并发一些全身症状,如头晕、头疼、全身无力、肌肉酸痛等,而过敏性鼻炎则不会。

人们普遍认为,过敏性鼻炎在春、秋季节比较多发。但是现在,由于空调的普及,夏季也有不少人患上过敏性鼻炎。夏季长时间使用空调,而不及通风,房间里的空气不流通,过敏因素大量积蓄,容易引发过敏性疾病。空调吹

出的风可能使过滤网上的灰尘和其他室内过敏原搅动起来,人吸入后会引发过敏性鼻炎。

预防过敏性鼻炎的关键是避免与过敏因素接触。夏季,空调的温度不要调得太低,建议设置在26℃左右。过滤网每个月至少清洗一次,定时开窗透气。地毯和各种棉织品定期清洗并拿到阳光下晾晒,清除螨虫等。过敏性鼻炎患者还应尽量避免和宠物亲密接触。适当进行户外活动,保证充足的睡眠,提高免疫力。

一旦患上过敏性鼻炎,就需要积极预防。因为过敏性鼻炎不仅严重影响生活质量,还会诱发多种并发症,如哮喘、过敏性支气管炎等。