

愿你被世界温柔以待

许昌市妇幼保健院举办世界更年期关怀日系列活动

本报讯（记者 高峡）10月18日是世界更年期关怀日。为关爱更年期女性，帮助广大女性认识更年期、积极面对更年期，许昌市妇幼保健院举办了以“妈妈的健康需要关怀”为主题的世界更年期关怀日系列活动。

更年期这个词对大家来说并不陌生。调查数据显示，中国女性更年期症状的发生率为60%至80%，更年期日益成为公众广泛关注的课题。更年期一词来源于希腊语，本意是“梯子的一阶”，是人生中必须经历的一个阶段，也是妇女从生殖功能旺盛状态过渡到非生殖期的

一个阶段。时间一般从女性45岁左右开始，持续10年至15年不等。许昌市妇幼保健院妇女保健部部长宋俊丽说，更年期是一种自然现象，标志着女性从中年向老年开始过渡。女性朋友不应该把更年期看成一种病态，而是一个必经过程，只是有的人明显，有的人症状不明显。

那么，如何判断女性是否进入了更年期？宋俊丽说，绝经后的女性一般会出现各种各样的更年期症状，早期如潮热、多汗及肌肉、关节酸痛，中期会出现生殖器萎缩等症状，远期可能出现骨质

疏松、心脑血管疾病和认知能力下降等，根本原因都是绝经后雌激素缺乏。

随着人均寿命的延长，女性更年期后要面对几十年的岁月。如何平安、健康地度过后半生，尽可能远离老年痴呆，是让更多更年期女性迷茫的问题。该院此次举办的世界更年期关怀日系列活动主要针对40岁以上的女性，除开展诊疗相关优惠活动外，还推出了健康教育巡讲。巡讲走进企业、事业及各种社会团体，为广大女性朋友开展健康知识讲座，讲解妇女常见病的预防与鉴别、乳腺保健、健康饮食与运动、青春期保健、更年

期保健、盆底保健及优生优育等内容。

更年期是妇女一生中变化较大的一个阶段，相关症状严重的会影响生活质量和家庭幸福。许昌市妇幼保健院作为全市妇女健康管理主体单位，针对更年期女性这一特殊群体，开设了更年期、老年期门诊，为有需求的女性朋友提供规范的诊疗和保健，预防和治疗更年期近期不良症状和远期并发症；开设了女性讲堂和更年期运动课堂，普及更年期保健知识，举办读书沙龙、插花、心理疏导等活动，努力提高广大女性朋友的生活质量，促进家庭幸福和谐。



◀10月21日，许昌市半截河社区卫生服务中心志愿者来到东城区刘庄社区为高龄老人免费进行健康体检。据悉，该中心经常组织志愿者深入辖区，为孤寡老人、留守儿童等进行健康体检、宣传卫生知识等，以实际行动彰显志愿者精神。

记者 史晶 摄



▶刚满8个月的孩子不慎吸入两厘米长的贴纸，导致剧烈咳嗽、呼吸困难、哭闹不止。许昌市立医院儿童部主任徐伟禹成功为孩子实施气管镜下异物取出手术，顺利帮孩子消除了危险。

记者 高峡 摄

双胞胎顺产降生，强！

许昌市妇幼保健院搬至新院后第三次迎来顺产双胞胎萌娃

本报讯（记者 高峡）10月12日，清脆的婴儿啼哭声响彻许昌市妇幼保健院产房，一对体重均为1600克的双胞胎姐妹出生。据悉，这是该院搬至新院后第三对顺产出生的双胞胎。目前，双胞胎已平安出院。

许昌市妇幼保健院产科主任郑红艳说，双胞胎妊娠是对孕妇的巨大考验。令人羡慕不已的背后，需要孕妇付出比常人更多的辛苦。医学上把双胞胎妊娠划为高危妊娠，孕期就开始加强管理。因为双胞胎妊娠患并发症的风险较高，且容易早产，所以很多产妇以剖宫产结

束分娩。

为了保证母婴安全，这对双胞胎分娩前，该院产科对产妇进行总体评估，并组成了以产科主任郑红艳为首的分娩团队，为产妇建立双静脉通路，加强心电图监护。当日10时20分，第一个女宝宝以头位顺利分娩。可第二个胎儿胎心急剧下降，双脚自阴道露出。分娩团队临危不乱，争分夺秒，全力配合，用过硬的技术于10时22分帮助产妇臀位顺利分娩第二个宝宝，母女平安。

据悉，许昌市妇幼保健院一直秉承自然分娩的理念，把“爱母爱婴、崇尚自

然、降低剖宫产率、降低孕产妇及新生儿死亡率”作为重点发展方向。2015年，许昌市妇幼保健院获得了“全国百家优秀爱婴医院”的光荣称号，该院产科也被评为许昌市重点专科。目前，该院运用国际先进的分娩理念，提供导乐分娩、家属陪伴分娩、水中分娩、音乐镇痛等服务，并通过孕妇学校等多种渠道让孕妇了解自然分娩，感受爱、传递爱。

作为政府主办的唯一一家三级妇幼保健院，该院擅长各种产科并发症的诊治，尤其在危重孕产妇抢救、疑难病诊治方面具有丰富的临床经验。

一场与死神的较量，他们赢了！

许昌市立医院成功救治一外伤重症患者

本报讯（记者 高峡）9月15日0时，伴随着呼啸的救护车笛声，小伙儿王某因锐器伤，被紧急送往许昌市立医院。该院多学科专家联手击退死神，成功救治了一个鲜活的生命。

该院急诊科医务人员孙杰接诊时发现，患者前胸多处刺伤，血流如注，血压测不出来，神志不清，呼吸困难，生命垂危。急诊科专家初步怀疑患者前胸的损伤可能导致心脏损伤、心包填塞，马上通知全科医务人员全力抢救。

“前胸8刀，其中6刀刺入肺，2刀刺入心脏，被锐器刺伤的伤口随心跳喷血……伤口处血肉模糊。”检查结果让人不寒而栗，29岁的小王生命危在旦夕。

该院急诊科专家团队一边采取吸氧、建立静脉通道快速补液、抽血备血及检查化验等措施抢救，一边与手术室和心胸外科主任刘于威联系。伤者胸部CT检查结果提示其为左侧开放性气胸、心包积血导致的失血性休克，符合心脏损伤诊断，遂被紧急推入手术室准备手术探查。

小王被紧急推入手术室时，麻醉科、手术室和心胸外科团队已准备就绪，插管、麻醉、输血、消毒一气呵成。当心胸外科主任刘于威打开小王胸腔时，发现其心包血流呈喷射状，心脏前壁两个伤口持续出血。刘于威主任为其实施心脏修补术。经探查，刘于威发现小王左肺有6

个伤口，又为其进行修补。经过一个多小时惊心动魄的手术，小王终于闯过了“鬼门关”。

在宝贵的生命面前，许昌市立医院的医护人员争分夺秒，心胸外科、急诊科、麻醉科、输血科……多学科相互配合、通力协作，硬是把病人从“死神”手里拉了回来。

许昌市立医院常务副院长王晓莉说，遇到情况危急的患者，抢救能在非常规下进行，才有可能赢得时间。作为一家大型综合医院，像这样多学科联动且为患者开辟绿色通道的情况非常常见。这场跑赢死神的抢救，体现了该院过硬的医疗技术水平及快速反应能力。

专家提醒——

春捂秋冻，学会“洋葱穿衣法”

本报讯（记者 高峡）天气转凉且早温温差较大，孩子的穿衣问题很难把握，甚至因此导致家庭矛盾。昨日，记者就此采访了许昌儿童医院门诊主任李淑君。

在穿衣问题上，老人和年轻人往往意见不一致。老人觉得自己冷，就给孩子多穿。这种现象很常见。孩子闷出一身汗，吹了风更容易感冒。其实，儿童的基础代谢比成人高，并没有大人特别是老人想的那样怕冷，如同网友调侃的“有一种冷叫奶奶觉得你冷”。

李淑君说，入秋后，不少孩子因衣物增减不当而导致感冒。加上季节更迭本就是鼻炎、哮喘等过敏性疾病的高发季，近段时间儿科门诊患者明显增多。

带孩子看病的年轻妈妈主张秋冻。对此，许昌儿童医院中医科主任李艳红说，所谓秋冻，就是此时人们不要急于添厚衣，而是有意识地进行一些耐寒锻炼，提高机体对寒冷的适应能力，减少疾病的发生。中医认为，小儿是纯阳之体，意思是孩子发育旺盛，生机勃勃。通俗地说，就是小儿新陈代谢旺盛，因此不宜穿太多，春捂秋冻有一定的道理。而且，让孩子在秋季稍微“冻”一下，能够提高孩子的耐寒能力，迎接即将到来的冬季。

专家特别提醒，秋冻不适合所有孩子。有的宝宝是寒性体质，消化不好，平时本来就手脚冰凉。有些孩子有鼻炎、腺样体肥大、扁桃腺肥大等症状。这些孩子很容易受到风寒而生病，不适合秋冻。当户外温度降低到10℃左右，就应该结束秋冻。北方秋天凉得早，昼夜温差更大，以免万一，孩子尽量少秋冻。

平时正确判断孩子冷热，才能科学增减衣物。由于3岁以下孩子的手一般是温凉的，判断孩子冷热，正确的做法是摸孩子的后颈处，那里才是准确的“体温计”。如果那里是温热的，说明孩子不冷也不热。

孩子的运动量大，尤其是秋季，天气舒爽，适合外出活动。孩子平时穿衣应学会“洋葱穿衣法”。依照内层、中层、外层的穿衣法。内层穿排汗功能良好的衣物，外层穿保暖功能好的衣物，外层穿防风、防水的外套或卫衣等，视场合与温度一层层加上去或脱下来。给孩子增减衣服的时候，这样一层一层地增减，不会因为脱掉外套衣服太少而生病。