

这些和血液有关的传言是真的吗？

本报记者 常娟

在日常生活中，我们有时会听到这样的话：“输液时，他的手部被护士拍打了好几次，还很难找到血管”“一起献血时，他的抽血时长比别人多一半儿，是不是他的血管太细，身体不健康？”“听说血管细的人比血管粗的人更易得心脑血管疾病？”“那个人经常献血，一年献血十几次，是不是上瘾啦？”

现在请有关专家来回答这些问题。

血管粗细和健康无关

河南省人民医院输血科主任燕备战说，血管粗细和一个人的遗传因素及自身发育有关，和健康无关。血管无论粗或细，只要不影响机体的血液运行，能保障身体的血液供应，一般不会影响健康。

郑州大学第一附属医院输血科主任吕先萍持同样的观点。她认为，血管细的人不一定比血管粗的人更易得心脑血管疾病。因

为心脑血管疾病的发病因素除了遗传因素外，一般和高血压病、血液黏度、血管壁平滑肌细胞非正常代谢及吸烟、酗酒等不良生活方式相关。以血液黏度为例，其他血脂、血压有关。“通常来说，血脂高的人血液黏度容易高，而血液黏度高了会造成体内血液循环慢，血液流动的速度慢了，许多物质比如脂肪、血小板就会沉积在血管内部，从而导致血管损伤，时间久了就会形成血栓。因此，心脑血管疾病的发生和血管粗细无关。”

郑州市第十六人民医院输血科主任兼检验科主任王现亭说，随着年龄的增长，人的血管并不会变细，但血管内壁会变薄。这是因为受血流速度等因素影响，血管壁内部附着了一些沉淀物，比如血小板。而血小板就像一颗颗小葡萄一样存在血液

久而久之就会形成血栓，进而造成脑梗死、脑出血等疾病。

经常献血不会上瘾

来自河南省卫生健康委的统计数据显示，2019年，全省共采集全血433吨，采集血小板17.3万个单位，有力保障了临床用血。这里面离不开无偿献血者的奉献。据媒体报道，郑州有一位“献血达人”，几乎每年都要献血小板10余次，20年来已经献血260余次(包含献血小板)。可在一些人眼中，却觉得这些“献血达人”是献血上瘾了。

“这不能说是上瘾，而应该说这些人有爱心，长期坚持并形成了自觉行动。”吕先萍说，自己每年也时常献血并鼓励身边的人去献血，因为献血利己、利他。一个健康人的总血量约占体重的8%，一个成年人的总血量为4000毫升~5000毫升。平时80%的血液在心脏和血管里循环流动，维持正常生理功能；

另外20%的血液储存在肝、脾等脏器内，一旦失血或剧烈运动，这些血液就会进入血液循环系统。《献血法》规定，血站对献血者每次采集的血量一般为200毫升，最多不得超过400毫升。一次献血量200毫升~400毫升只占总血量的5%~10%，献血后储存的血液马上会补充上来，不会减少循环血容量。献血后失去的水分和无机物，1小时~2小时就会补上，同时血液黏度也会下降，这样对身体不会有任何影响，更不会伤元气，反而会有利于健康。

“至于社会上的‘献血达人’每年都会献很多次血，他们实际捐献的是血小板，并不是我们传统意义上的献全血。”吕先萍在很多场合向公众科普过这些理念，“血小板在体内9~11天死亡，两周可以形成新的小血小板，而血液中的红细胞恢复时间比较长，一般需要120天。因此，国家规定献全血的时间至少要间

隔6个月。一年献血次数很多的人献的是血小板。”

在王现亭看来，捐献血小板还可以降低血液黏度，促进血液循环，避免血液淤滞，降低血液中脂肪含量。因此，他建议50岁以上的人可以多献血小板，“我们正常人的血小板是(100~300)×10⁹个/升，但有的人会达到400×10⁹/升以上，这些人就属于高危人群，可以多献血小板，保护身体健康。”



→“小朋友们，图片上这个近视的公主生活方便吗？”为了帮助小朋友养成良好的卫生习惯，6月10日，济源健康巡讲团专家走进济源第一幼儿园，利用绘本，图文并茂地为孩子们带来一节别开生面的健康知识课，受到孩子们的欢迎。

王正勤 侯林峰 卢铁军/摄

科技兴医

3小时“拼图”修复脸部凹陷

本报讯（记者乔晓娜 通讯员高艳红）6月11日，从南阳市口腔医院传来消息，一名男子骑电动车时不慎摔倒，导致颌面部粉碎性骨折，出现一个坑。该院专家用了3个小时，成功完成“拼图”补脸手术。

据接诊医生介绍，患者被送来时左右脸不对称，上下牙无法咬合，嘴巴张不大，左侧颧骨处有明显凹陷，双侧髁状突(颞颌关节)活动度变小，属于粉碎性骨折，且口内及左面部出血不止，左侧下巴处有一道长约4厘米的伤口。如果不及

后，分区域、分层次利用钛板钛钉，一点点将患者面部碎裂严重的骨头拼接、固定，对受伤的下巴进行清创缝合。整整3小时，医生像拼图一样，将患者粉碎性骨折的脸部拼接完整。

目前，患者病情稳定，凹陷的脸已恢复正常。

据了解，骑电动车不慎摔倒造成颌面部骨折的人不在少数。下巴着地可造成下颌骨骨折，因为力量的传导，还可造成髁状突(颞颌关节)骨折。有些患者跌倒时摔掉门牙，并出现张口受限等症状，觉得无关紧要，等到变成陈旧性骨折时才到医院就诊，这不仅增加了手术难度，而且也因颌面部骨折畸形给身心带来影响。专家提醒，驾驶电动车等交通工具时应注意安全，如不慎发生意外造成颌面部外伤，应尽快到专业医院诊治。

高难度手术 切除高颈髓血管瘤

本报讯（记者刘永胜 通讯员高 鸽 姚佳丽）记者6月10日从洛阳市中心医院获悉，该院神经外科成功完成一例高颈髓血管瘤手术。

今年45岁的张先生，在工地上干活时出现右下肢麻木、无力，头晕，头痛，颈后部发紧，休息后症状缓解。张先生以为是累的，并没有太在意。后来，张先生又多次出现这些症状，休息后也不见好转，于是来洛阳市中心医院就诊。

医务人员检查发现，患者颈1~2脊髓内偏左侧出现血管瘤，属于高位颈髓占位，紧邻延髓，需要立即手术。该手术难度大，术后患者可能出现呼吸困难、高位截瘫、肢体麻木等。如果不手术，随着血管瘤的生长，患者的症状会持续加重，甚至会有生命危险。

该院神经外科主任姚庆和带领团队仔细检查、分析病情，制定了详细的治疗方案，计划后正中入路、显微镜下行高颈髓内血管瘤切除术。在

显微镜下，医生成功保护了患者的延髓和高颈段脊髓的正常供血动脉和回流静脉，将血管瘤距脊髓表面最浅处切开分离脊髓，严格按血管瘤边界将其完整切除，未损伤正常颈髓神经组织，手术顺利完成。

患者术后意识清醒，呼吸平稳，肢体麻木感消失，肌力改善，现已顺利出院。

据姚庆和介绍，高颈段脊髓在人体中扮演着连接大脑的桥梁角色，牵一发而动全身，紧邻呼吸循环中枢，故高颈段脊髓内手术风险巨大、难度很高。脊髓内部的空间非常小，只有手指粗细，各类神经和血管纵横交错，血管瘤生长导致正常脊髓受压迫，严重时部分脊髓受压薄如纸，血管瘤与脊髓紧密粘连，稍有不慎就有可能出现高位截瘫的严重后果。因此，此类手术不仅需要医生具有丰富的临床经验和高超的技术水平，也要具备超强的心理素质。



凡人亮点

卫生院来了个“优秀特派员”

本报记者 常俊伟

“如何识别心跳骤停，如何采取规范的操作，如何提高应对能力？”5月27日，在辉县市薄壁镇卫生院，医务人员正在聆听急救知识讲座，主讲人是新乡市中心医院康复治疗中心专家秦素霞。为了提高乡村医务人员的急救水平，提高医疗服务质量，作为新乡市科技扶贫特派员的秦素霞，已经出动了近百次。

“许多疾病是可以避免的，很多人患病是因为缺乏健康知识。”说起为何主动报名做科技特派员，还要从秦素霞的职业经历说起。

10多年前，一名高大帅气、品学兼优的高中生在打篮球时，篮球架突然倒下，砸中了他的后背。倒地后，他的四肢活动自如，并没有造成脊髓损伤。但令人遗憾的是，身边的同学缺乏基本的医学常识，热

心地把他们背了起来。由于存在压缩性骨折，体位的改变造成这名高中生脊髓损伤，从而导致截瘫。

在接诊过程中，秦素霞目睹了这个家庭为了给孩子康复治疗而砸锅卖铁的经历。但无论如何努力，仍改变不了男孩要终生坐轮椅的悲剧。就这样，一个幸福的家庭陷入了痛苦的深渊。秦素霞下定决心：如果有机会，一定向人们传播健康知识。

从2017年起，秦素霞便离开舒适的家，来到在距离市区50多公里的乡下，与乡镇卫生院职工吃住在一起。

秦素霞主动加入薄壁镇卫生院职工微信群，方便他们咨询技术问题。几年里，她经常帮助薄壁镇卫生院开展慢性病中医康复治疗工作，帮助解决临床工作中的疑难问题，积极

响应国家所倡导的“基层首诊，上下转诊，急慢分治，上下联动”分级诊疗要求。

为了缓解群众看病难的问题，秦素霞向上联系医院领导，寻求资金帮助；向下联系乡村干部，寻找帮扶对象。3年里，她在薄壁镇设立了8个科技扶贫健康教育大讲堂。在工作之余，她抽空就住乡下跑，为群众宣讲健康知识。她常常滔滔不绝地讲解几个小时，顾不上喝一口水。

在乡镇卫生院、城市社区和患者的家中，秦素霞坚守着科技特派员的初心，近百次走进基层，走到群众最需要的地方，成为乡村医务人员和群众的主心骨。2018年，秦素霞被评为河南省优秀科技特派员。“用优质的科技服务帮助老百姓脱贫，帮助困难户致富，真的很有意义。”秦素霞说。

郑大一附院专家走进巩义

开展驻扎式帮扶活动

本报讯（记者杨 须 通讯员白 鹏 张艺丹）为落实新医改要求，实现优质医疗资源下沉共享，让巩义百姓在家门口就能享受到省级医院专家教授的诊疗服务，6月7日，郑州大学第一附属医院神经外科教授王正峰、肝胆外科主任医师马秀现、甲状腺外科教授付利军等14名专家来到巩义市总医院，启动了郑州大学第一附属医院专家教授故乡行驻扎式帮扶·巩义站活动。

巩义市总医院党委书记、院长乔来军，党委副书记赵雨，党委委员、副院长长邵炎辉，巩义市人民医院副院长赵宏峰及相关科室负责人参加了启动仪式。

“我院将以此次驻扎式帮扶活动为契机，依托郑大一附院略

厚的技术力量和品牌优势，多学习、多请教，学习专家精湛的医疗技术，学习他们良好的服务态度，学习他们扎实的工作作风，以提高自身的医疗技术和服务水平，更好地满足巩义市老百姓医疗卫生方面的需求。”乔来军说，此次专家教授故乡行活动是两家医院共同推进健康中原战略、贯彻分级诊疗政策的具体实

践。今后，这两家医院将在学科建设、人才培养、教学科研、远程医疗等方面加强合作，不断探索、完善合作机制，努力把巩义市总医院医疗技术水平提升到更高的层次，为巩义人民提供优质、高效、便捷的全方位、全周期的医疗服务。

在启动仪式上，乔来军为郑

本报讯（记者王明杰 通讯员李宇军）“全市上下要瞄准工作目标，狠抓健康扶贫重点工作，实现贫困人口基本医疗有保障，全面打赢脱贫攻坚战！”记者6月11日从信阳市卫生健康委了解到，信阳市卫生健康系统今年的健康扶贫重点工作目标确定，要紧盯基本医疗有保障的目标，坚持基本医疗有保障的标准，保持现有帮扶政策、保障措施、工作标准的稳定，保持攻坚态势，巩固健康扶贫工作成果，建立防止因病致贫、因病返贫长效机制。

信阳市要求，切实做好剩余贫困人口的大病分类救治工作，要将大病救治病种由目前的25种扩大到30种，惠及更多患大病的贫困群体。针对每一种大病，信阳市卫生健康委要求结合定点医院实际，制定切实可行的诊疗方案和临床路径，并优先采用医保目录内安全有效、经济适宜的诊疗技术、药品和耗材，严格控制费用，最大限度减轻贫困患者的就医负担。

对于患有新冠肺炎的贫困人口，信阳市要求及时救治并做好后期的跟踪管理服务；在慢性病签约服务方面，确保所有贫困户在应签尽签的基础上，提升签约服务质量，做到健康管理全部到位；对于患有高血压病、糖尿病、结核病、严重精神障碍4种慢性病的贫困人口，要做到每季度不少于1次的随访服务。

今年，信阳市还要组织县、乡、村三级医务人员，对全市剩余3.3万贫困人口开展免费健康体检，建立健康档案，并充分利用河南省健康扶贫动态管理系统，做好因病致贫人口的健康管理工作。同时，信阳市还对因病返贫风险较高的已脱贫户和边缘户，开展预警监测，逐步将他们纳入健康扶贫政策保障范围，减少因病致贫返贫现象。

开封市中心医院 组建基干民兵医疗救护连

本报讯（记者李 季 通讯员何 慧）6月10日从开封市中心医院传来消息，该院基干民兵医疗救护连正式成立，共40名成员，并进行了为期3天的人队训练。

开封市中心医院医疗急救治队成立于2003年“非典”之时，2013年在开封市卫生应急队的基础上，组建了河南省卫生应急队，并被正式命名为河南省紧急医学救援队（第9队）。近年来，该院非常重视应急队伍建设，坚持开展教育培训、应急演练，不断加大物资、经费保障与支持力度，卫生应急队员持续更新，队伍不断壮大，在各项医疗急救保障和应急救援、应急演练、应急技能比武活动中均取得了优异的成绩。

此次人队训练，该院严格对

照《民兵军事训练大纲》要求，重点就队列条令、民兵常识、军事法规等内容进行培训，并开展了防汛抗洪抢险救灾专业演练。在训练场上，烈日当空，全体参训队员着装整齐、精神抖擞，认真做好每个训练科目。经过不懈努力，全员顺利通过属地武装部的考核、检验。

开封市中心医院党委书记刘静宇说，该院将切实担起党管武装的主体责任，加强对民兵预备役工作的领导，建设一支能承担战、平时为民、战时为兵、战时应急、急时应急”使命的基干民兵预备役力量；持续加强应急队伍建设，努力打造一支“拉得出、判得明、救得下、运得好”的卫生应急队伍，时刻严阵以待，做好各类突发事件的应急救援准备，切实保障百姓的生命健康。

郑州人民医院 “五心”服务温暖患者

本报讯（记者王 婷 通讯员陈 慧 潘黎黎）“虽然我住院时间不长，但可以感受到你们是一支优秀的团队。我在这里收获了一颗‘心’，一定要当面谢谢你们！”患者杨老先生激动地说。

5月3日，杨老先生因左下腹疼痛来到郑州人民医院郑东院区就诊。“我当时没有在意，觉得应该没啥事儿。”杨老先生说。当

主任冯素萍看到杨老先生的检查报告时，她发现了其中的问题，并建议杨老先生做进一步检查。经高级别肠镜下皮内瘤变。随后，杨老先生来到郑州人民医院总部消化内科住院部治疗。5月18日下午，内镜中心姜海波主任为杨老先生进行了手术。“我忘不了，刚来到总部住院的时候，姜主任对我的病情已经非常了解，让我安心住院。那一刻，我觉得很踏实。”杨老先生说。

原来，早在杨老先生来到郑州人民医院总部之前，冯素萍已与姜海波沟通了患者的病情。郑州人民医院是一个优秀集体，在这里，我看到了一支高素质、高

效率的医护队伍。”杨老先生在感谢信中这样写道。

据姜海波介绍，杨老先生的病灶在胃黏膜下层，切除的时候要非常小心；如果切得太浅，会有病灶残留；切得深了，会造成胃穿孔。杨老先生的病灶已被完全切除，防止了病情的恶化。

“我在这里收获了安心、放心、暖心、关心和信心，为你们点赞！”杨老先生不断地表达着感激之情。

从精准判断、精心准备到温馨问候、细心护理，郑州人民医院消化内科时刻从“心”出发，让患者安心舒心、揪心变暖心、担心变放心。“其实我们也没做什么，就是把事关患者的每一个细节做好。”该院消化内科一病区护士长赵宁说。

在消化内科病区，记者看到一份息内切除后膳食指导单，上面清楚地写着对息内切除患者的建议及息内切除后一周内的饮食指导。除此之外，肠道准备是顺利进行检查的关键，很多患者在检查前都需要观察大便形状和颜色，只要患者有需求，医务人员都会随时为患者提供服务。

郑州大学第一附属医院驻扎式帮扶专家付利军颁发了巩义市人民医院普外科名誉主任聘书。仪式结束后，郑州大学第一附属医院专家教授分别前往急诊科、普外科、消化内科、眼科、产科、超声科、感染性疾病科、周围血管外科等科室进行教学查房、疑难病会诊、手术指导、学术讲座等。