

# 天气转凉 注意预防关节炎

本报讯(记者 刘涛)“最近膝关节疼得特别厉害,您帮我看看。”40岁的郭女士表情凝重地说。天气转凉后,医院门诊关节炎患者增多。10月17日,北大医院太原医院风湿免疫科专家表示,秋冬季是关节炎的高发季节,随着生活方式的改变,关节炎已不再是老年人的“专属”疾病,它可发生在各年龄段,保持健康的生活方式可以预防和减轻关节炎对身体的影响。

关节炎是一种常见的慢性疾病,由炎症、感染、创伤或其他因素引起,可分为骨关节炎、类风湿性关节炎、创伤性关节炎、系统红斑狼疮性关节炎等类型。近年来,我国关节疾病的发病人数不断攀升,其中,骨关节炎是最常见的一种关节疾病。骨关节炎是因关节退化而引发的疾病,表现为关节疼痛和肿胀,主要出现在手部、臀部、膝盖部位的关节处。目前,骨关节炎呈低龄化趋势。

“关节炎并非老年人的‘专属’疾病。”北大医院太原医院风湿免疫科主任医师肖玲表示,平时缺少运动的人群,过重的身体使关节长期超负荷支撑,加速关节磨损;长时间按手机键盘或游戏机按钮的人群,因用手指长时间做一个动作,易诱发腱鞘炎;年轻女性一年四季以裙装为主,肌肉和关节长期暴露在室外,不断受到风湿、风寒等影响,易导致肢体麻木、关节酸痛,长此以

往会造成慢性风湿性关节炎。

生活中如何预防关节炎?肖玲提醒,保持健康的生活方式是关键所在。如保持健康的体重;均衡饮食,多吃富含维生素C和维生素E的食物;适当运动,选择游泳、瑜伽、太极等低冲击性运动项目,可以增强关节的灵活性和肌肉的力量,从而减少关节的负担和疼痛;注意工作或运动的姿势,避免久站久坐,注意保暖。

## 助听器效果不佳 市监局助力维权

本报讯(记者 张勇)消费者购买高端助听器,非但效果不如预期,甚至出现“头晕、恶心、心脏不舒服”的症状,想要退货却遭拒绝。10月18日,经尖草坪区市场监督管理局工作人员调解,消费者孙女士最终拿到了助听器全额退款。

据了解,消费者孙女士的爷爷年近九旬,因年岁增长及耳膜穿孔导致听力逐渐下降。为了改善这一状况,她就近来到一家“专业助听器验配中心”,在销售人员的推荐下,孙女士选择了一款价值近万元的助听器。销售人员表示,该款助听器可以根据个人听力情况进行定制,确保最佳效果。

然而,经过商家两次上门调试,孙女士发现爷爷佩戴2天后,助听器效果并不如预期,杂音较大,且在某些环境下几乎无法听清对话。

此外,老人在使用中更出现耳朵疼痛、头晕恶心、心脏不适等情况。孙女士和家人认为



可能买到了不合适产品,便回到店铺寻求帮助,销售人员却以“个人听力差异”“使用不当”等理由拒绝提供有效解决方案。

接到投诉后,尖草坪区市场监督管理局工作人员前往助听器销售店铺进行实地调查,耐心调解,经过反复沟通协商,最终商家给孙女士全额退款退货。

尖草坪区市场监督管理局工作人员提醒广大消费者,在

购买专业助听器材时,应选择有资质的正规渠道或医院耳鼻喉科推荐的验配中心,根据个人听力情况进行专业验配,同时务必保留好购买凭证、发票、产品说明书等相关证据。使用过程中,如遇到问题,应及时记录并保存相关证据以便维权。遇到消费纠纷时,消费者应保持冷静和理性,积极寻求消费者组织、市场监管部门等机构的帮助和支持,或通过法律途径维护自身合法权益。

## 男子突发胸痛 急诊冠脉搭桥

本报讯(记者 魏薇)36岁的吴磊(化名)因突发胸痛,被紧急送到省人民医院心脏中心,检查显示吴磊冠状动脉左主干末端狭窄90%,接诊医生立即启动急诊冠状动脉搭桥手术。幸亏手术及时,吴磊转危为安,并于近日顺利出院。这是省人民医院心脏中心成立以来实施的首例急诊搭桥手术。

吴磊被送到省人民医院胸痛中心后,被诊断为急性心肌梗死。因为吴磊持续胸痛,医生又立刻安排其做冠状动脉造影检查,检查结果并不乐观,其冠状动脉左主干末端狭窄高达90%,所幸他的冠状动脉呈右冠优势型,右冠状动脉的血管比较粗大,还能部分供应左侧心脏。医院心脏中心专家医疗团队对其治疗方案充分讨论,并与患者家属沟通,决定为患者立即实施急诊冠状动脉搭桥手术。心外科、心脏重

症监护室、麻醉手术科医护人员迅速投入手术。术中,由于吴磊血管病变严重,加上手术前服用了一定量的阿司匹林和氯吡格雷,加重了术中出血的风险。在各位专家的共同努力下,手术取得成功。

目前,年轻人的冠心病患病率不断升高,这与不健康的生活方式密切相关。医生建议,秋季气温下降,心血管疾病患者尤其要注意防寒保暖,尽量减少严重低温时的户外活动;要保证充足睡眠,规律生活,避免熬夜,保持乐观向上的生活态度,避免情绪过度波动,戒烟限酒;有高血压、高脂血症、糖尿病等基础疾病的人群,要密切监测自己的健康指数变化,按时服药,如有胸痛、胸闷等不适症状,要立即就医;平时没有心脏病的年轻人,也要重视胸闷胸痛症状,一旦发生,立刻就诊。

## 我省老年医学学会肌少症分会成立

本报讯(记者 刘涛)为进一步加强老年医学领域的研究与交流,特别是针对老年肌少症的防治,山西省老年医学学会肌少症分会日前成立。

肌少症是一个因持续骨骼肌量流失、强度和功能下降而引起的综合症状。如果没有营养

和运动干预,三成60岁以上老人、一半80岁以上老人会发生不同程度的这种病症。肌少症分会的成立是顺应时代需求、推动老年医学事业发展的重要举措。

今后,肌少症分会将围绕老年健康,定期开展学术研讨会和培训班,推动肌少症防治

指南的制定与推广,加强与国际国内相关学术组织的联系与合作,积极开展科研交流,通过各种媒介开展老年患者的健康教育与科普宣传,加强专业人才培养,提高全省老年医学科医师的诊治水平,更好地服务于全省老年肌少症患者。

## 复旦大学附属华山医院太原合作医院揭牌

本报讯(记者 刘涛)10月19日,复旦大学附属华山医院太原合作医院揭牌成立,标志着复旦大学附属华山医院与太原市第三人民医院的深度合作正式开启。

复旦大学附属华山医院创建于1907年,是国家卫生健康委委属医院、复旦大学附属医院和中国红十字会冠名医院,为我国培养了最早一批现代医学人才,是国内最著名、最具国际化特色的医教研中心之一。

太原市第三人民医院作为省内规模最大的集医疗、教学、科研、预防、康复于一体的三级甲等传染病专科医院,承担着省城乃至全省传染病的临床诊治及突发公共卫生事件的医疗救治任务。

今后,太原市第三人民医院将依托复旦大学附属华山医院的优质资源和高端平台,着力在专科建设、人才培养、技术提升等方面实现大范围、宽领域、深层次的合作,借力华山医院肝胆外科高精尖医疗团队优

势资源,不断提升太原市第三人民医院肝胆外科诊疗能力和水平。

此外,太原市第三人民医院将与上海方面专家共同探索打造名医、名科、名院的有效途径,引进华山医院的优势专科品牌、技术和管理模式,形成优势互补、资源共享的责任共同体、服务共同体,为医院迁建后发展成为具有综合救治能力的传染病医院打下良好的基础,为太原本地及周边地区百姓提供高质量的健康医疗服务。

## 天气寒贴秋膘 牛羊肉受青睐

本报讯(记者 申波)渐入深秋,气温逐渐下降,又到了“贴秋膘”的季节。10月12日,记者在我市几家大型市场走访了解到,牛羊肉因其丰富的营养和滋补效果,受到消费者青睐。

记者在我市一些市场看到,各种牛羊肉产品琳琅满目,购买者较多。其中,牛腩因其肉质鲜嫩,炖煮后的味道醇厚,尤其受到了大多数消费者的喜爱。

据了解,在深秋时节,由于天气寒冷,人们的食欲往往会增加,而牛羊肉的口感鲜美,营养丰富,深受消费者喜爱。

“最近早晚都是冷飕

飕的,买点羊蝎子炖一锅,暖和着呢。”在兴华北小区蔬菜综合市场,市民刘女士正在买羊蝎子。

刘女士选得一根总共105元,她一边扫码付款,一边表示,虽然猪肉相对便宜,但她在每年秋冬季节还是偏爱牛羊肉,这是因为入秋以来的天气逐渐变冷,又到了该“贴秋膘”的好时候了。

一位经营牛羊肉的摊主段先生介绍,现在的羊肉价格和国庆期间的价格基本保持一致,销量却有上升趋势,牛肉受市场供应的影响,价格略有下跌,但销量增长明显。总体而言,受季节影响,经营状况较前半年要好。