



华海白癜风医院“美丽笑脸中国行”救助贫困白癜风患者公益活动再送福音 院长亲自制订方案 助贫困女孩“换新颜”

滨州日报/滨州网记者 郭刚 通讯员 张振远 刘俊亮

淄博市高青县16岁的女孩小樊,患白癜风多年,因四处盲目求医、治疗不当,花了十几万元也没有治好病,家庭因病致贫,没钱再继续治疗。看着白斑已扩散到面部等暴露部位,美丽梦想破灭,女孩整日以泪洗面,对未来忧心忡忡。

了解到华海白癜风医院开展的“美丽笑脸中国行”救助贫困白癜风患者公益活动后,小樊决定向活动主办方求助。华海白癜风医院院长成爱华了解小樊的情况后深感同情,觉得如果不帮女孩一把,她以后的人生可能就毁了。

于是,成爱华和活动组委会商议后,决定将小樊纳入免费救助范围。6月23日,小樊怀着美好的憧憬,在母亲的陪伴下来到华海白癜风医院,开启了康复之旅。

女孩患上白癜风,不仅久治未愈,还逐渐扩散,愁坏了父母,拖累了家庭

每个女孩都有一个追求美丽的梦想,但对于小樊来讲,这个梦想却变成了一种奢望。自2018年开始,她的腹部出现白斑,不久扩散到额头、脖子等暴露部位,白斑面积也越

来越大。俗话说,病在儿身,疼在娘心。虽然白癜风不疼不痒,但可怕的是它具有毁灭性。看着女儿的容貌一天天受白癜风侵蚀,可愁坏了小樊的父母。

患病五年来,小樊的父母不知带她跑过多少医院,淄博、潍坊、济南等城市治疗白癜风医院基本都去过了,前后花了十几万元,不但没有治好病,反而白斑越来越严重。小樊的家庭本来就不富裕,再加上常年为其治病,一个原本正常的家庭就这样被拖垮了,不仅家里没了积蓄,而且还负债累累。后来,小樊也因为家庭无力承担费用而放弃了治疗。

随着年龄增长,小樊越来越在乎自己的容貌,她每天都因为自己身上的白斑愁眉苦脸。由于身边人对这个病不了解,很多要好的同学和朋友误以为白癜风传染,所以也不敢和小樊来往,这让她变得十分孤独,每天都感到压抑和痛苦。

爱心医院为白癜风女孩送去福音,院长成爱华亲自为其制订个性化治疗方案

就在小樊一家人迷茫无助之际,他们在网上偶然看到一条新闻,

了解到华海白癜风医院正在开展“美丽笑脸中国行”救助贫困白癜风患者公益活动。

经过一番打听,小樊一家了解到华海白癜风医院的好口碑,而且医院非常有爱心,经常开展义诊等公益活动。其间,他们还联系到华海白癜风医院刚刚免费救治成功的江苏淮安青年患者小刘。小刘告诉小樊,华海白癜风医院仅用了一个多月的时间,就让她面部白斑消退了90%以上。这个消息让小樊一家人感到非常震撼,仿佛找到了救命稻草。

随后,小樊的母亲立即与医院取得联系。一开始,娘俩以为所谓的救助活动只是医院做宣传的噱头,没抱太大希望,没想到在向医院说明了病情和家庭状况后,医院很快回复了他们,同意给小樊免费救助,这让小樊一家人十分惊喜。

6月23日,母亲带着小樊一大早就赶到滨州。来到华海白癜风医院后,医护人员的热情接待消除了母女俩心头的雾霾。详细检查病情后,成爱华亲自为小樊制订了个性化的治疗方案。

住进病房后,小樊还见到了在网上联系的病友小刘。在亲眼看到他恢复的状况后,小樊看到了恢复

的希望,她和母亲终于放下心里的包袱,露出了久违的笑容。

救助一个患者,就是挽救一个家庭

成爱华告诉记者,小樊目前刚刚16岁,正是爱美的年纪,也正面临进入高中学习的成长阶段,如果白癜风治不好,今后她的学习、婚姻和社交都会受到严重影响。治疗方案确定后,华海白癜风医院医护团队将首先把让小樊感到最痛苦的部位——脸上的白斑尽快治好,让她重新恢复自信,也让其家庭看到未来的希望。

据了解,白癜风是一种毁灭性疑难皮肤病,因大多数人对该病存在传染、治不好等认识误区,常常使患者遭受歧视,形成巨大的精神伤害。华海白癜风医院发起“美丽笑脸中国行”救助贫困白癜风患者公益活动的目的,就是想通过开展公益活动,让人们关注白癜风、关爱白癜风患者,认识到白癜风并不可怕,只要选择正确、坚持科学治疗,一定能彻底康复。同时,医院也想帮助更多的贫困白癜风患者治好病,为他们创造一个温暖和谐的生存环境。



宝宝夏天身上起痱子怎么办

“防痱锦囊”为您排忧解难

痱子是幼儿在夏季的常见病。由于幼儿皮肤娇嫩,汗腺尚未发育完全,在高温天气里,汗液不能快速蒸发。而汗液滞留后引起汗管破裂会导致汗液外溢,渗入周围组织后引起刺激,就会出现痱子。

痱子一般分为白痱、红痱和脓痱三种:白痱,症状最轻,如果处理得当,1-2天可愈;红痱最常见,好发于脸、颈、胸上部褶皱处,为圆而尖、针头大小、呈密集红色丘疹,有痒感;脓痱症状较为严重,若不及时就医易感染,严重时可能导致抵抗力下降,产生败血症或引发其他疾病。

广大家长们,快来收藏这份“防痱锦囊”,让宝宝轻松健康度过炎炎夏日。

穿衣锦囊

给宝宝穿轻薄、宽松、透气的棉质衣物。宽松的衣服既有利于宝宝降温,防止起痱子,又可以减少摩擦产生痒感。

饮食锦囊

让宝宝多喝水,多吃清淡易消化的食物,少吃油腻和刺激性食物。

家居锦囊

注意环境通风,避免过热,遇到气温过高(环境温度30摄氏度以上)时,可适当使用空调或者电风扇降温(空调或电风扇不直吹宝宝即可)。

夏天宝宝出汗量大,宝宝出汗后,应尽快用细软的毛巾轻轻吸干,及时用温水清洗,然后涂上有干燥、收敛作用的去痱产品。

勤洗温水澡,避免使用过量的沐浴产品,以免皮肤表面油脂流失过多。

勤换衣物、枕巾和床单。

生活习惯锦囊

勤给宝宝剪指甲,避免宝宝抓破皮肤导致感染。

对于小月龄宝宝,在炎热的夏天,家长不要一直将其抱在怀里,尽量让宝宝在床上或者爬行



垫上玩耍。

宝宝刚入睡时,可在其脑后勺和后背下各垫一块毛巾,起到吸汗作用,20-30分钟后换掉,以便保持宝宝皮肤干爽,预防长痱子。

治疗锦囊

大部分痱子为自限性疾病,一段时间后就会消失。

轻微的痱子,只要让宝宝处于凉爽、通风的环境中,保持皮肤清洁、干爽,进行一些简单的护理,比如涂抹有干爽、收敛作用的去痱产品,即可恢复。

对于起脓痱的宝宝,除了注意保持皮肤清洁、干爽外,还需注意预防继发性细菌、真菌等感染,如出现大面积红肿现象,要及时带宝宝就医,切勿自行处理。

(稿件来源:滨州市中心医院微信公众号)

家医服务惠万家 健康相伴你我他

今年以来,滨州市卫生健康系统积极开展以“家庭医生服务惠万家·健康相伴你我他”为主题的送家庭医生服务“四进”活动,围绕全人群、全周期、全方位健康服务,在拓展服务主体、优化服务模式、完善服务模式方面下功夫,以家庭医生服务点为工作切入点,完善网格设置、优化巡诊服务,打通群众就医的“最后一公里”,取得较好的社会服务效果。

截至目前,全市共设置家庭医生服务点325处,实现基层医疗机构辖区全覆盖。图为家庭医生团队入户随访。(滨州日报/滨州网通讯员 摄影)



滨医附院脊柱外科主任耿晓鹏:

及时接收“预警信号” 科学防治颈椎腰椎疾病

滨州日报/滨州网记者 葛肇敏 通讯员 张莹莹



如今,随着人们的工作压力加大和生活习惯变化,患颈椎、腰椎疾病的情况较为普遍,颈椎、腰椎疾病在医院门诊已属于常见疾病。

其实,颈椎、腰椎疾病来临之前,身体都会给出“提醒”或“预警”。日前,记者采访了滨医附院脊柱外科主任耿晓鹏,请他为广大市民解读颈椎、腰椎常见疾病的发病原因和治疗方法。

出现疼痛或麻木感、眩晕感,是颈椎、腰椎疾病来临时身体发出的预警信号

腰椎、颈椎出现疾病时,最常发出的“预警信号”是疼痛,但是疼痛程度因人而异——有人剧烈,有人轻微,也有人呈现慢慢加重的趋势。“这种疼痛可能由某一个动作诱发,也可能因为长久保持一个姿势导致。”耿晓鹏说。疼痛是非常直观的症状,引发的原因可能包括软组织劳损、腰背肌劳损、轻型颈椎病等。

耿晓鹏说,还有一种情况会出现疼痛,就是扭伤,比如患者突然变换身体姿势,导致腰部扭伤,继而出现剧烈疼痛。还有很多患者长时间行走后或者一觉醒来,会出现颈部、腰部因剧痛无法自由扭动的情况。这意味患者的颈椎、腰椎可能存在劳损,或者身患小关节滑膜炎。

“颈部和腰部都是活动范围比较大的部位,关节、血管、肌肉等结构复杂,任何一个地方出现拉伤、慢性伤,或者局部血液回流不好,都会让患者感到疼痛、不适。”耿晓鹏说。

身体发出的另一个“预警信号”,是出现麻木感、眩晕感。事实上,引发患者头晕、眩晕的原因有很多,病情也较为复杂,既包括外科症状也包括内科症状,患者需要通过专业检查来查明病因。“还有些病人会出现一段时间持续的疲劳感,这需要患者到医院进行专业的检查,排除是否是过度劳累引起的,同时确诊是否患有颈椎、腰椎疾病。”耿晓鹏说。

颈椎、腰椎疾病患者应避免长时间处于低温环境,让身体保持微微出汗状态最好

当前,我市天气持续高温。面对酷暑,空调房在给市民带来舒适感的同时,也会让人体机能出现“迫降”——本来在户外高温环境下,突然进入到一个低温环境,会让我们的身体发生自我保护反应。

“在炎热环境中,我们的血管会扩张,以达到散热的效果。如果此时突然进入一个寒冷的环境中,血管就会快速收缩,带来的问题是体温快速下降。”耿晓鹏说,一旦长时间待在这种环境中,汗腺分泌会暂停,颈椎、腰椎部位的血液循环会出现僵硬。因此,无论中医还是西医,都达成了共同的理念:不要让身体有过度的变化,比如过冷、过热、时间过长。

“出于对大多数市民身体健康

的考虑,我建议大家把空调的温度调到27-28℃,这样既能提供较为舒适的环境,也能让身体保持汗液的持续分泌,让身体处于微微出汗的状态。同时,要及时补充水分。”耿晓鹏说。对于长时间伏案工作者而言,要注意经常变换一下姿势,不要保持一个姿势太久。

“米字操”“放风筝”“数星星”——这些日常保健动作会让颈椎变舒适

在我们身边,很多人的颈椎、腰椎都存在不同程度的不适。对于这些群体而言,适当做一些能够起到保健效果的健身操非常有必要。

耿晓鹏说,脊柱是人体灵活性非常强的部位,也是非常容易受伤的部位。要想保证颈椎、腰椎正常运转,就应该让这两个部位保持生理功能。对颈椎、腰椎而言,每一个放松的动作都应该确保两点——缓慢、舒展。

“适当练一下瑜伽,会让我们的身体变得更加舒展和平衡。”耿晓鹏说。对于更广泛的人群而言,还有一种简单易学的“米字操”效果也很好。“‘米’字只有六笔,我们把头当作‘笔尖’,缓慢舒展地在空中书写这个‘米’字即可。”耿晓鹏说,保健效果非常好。至于腰椎的保健,“米字操”同样适用,只需要我们把上身当成“笔尖”即可。

另外,还有两个动作同样可以放松我们的颈椎。“我们在观察颈椎不舒服患者的影像片子时,会发现他们存在不同程度的颈椎反曲和强直。而‘放风筝’‘数星星’这两个动

作,能够有效对抗反曲和强直。”耿晓鹏说,“每天晚上去仰望一下星空,坚持几分钟时间,大约数200颗星星就行,我们的颈肩就会觉得很舒适。”

腰椎间盘突出通常保守治疗即可,只有出现三种情况才需要手术治疗

当前,腰椎间盘突出是常见的疾病,病因为椎间盘突出压迫神经,导致患者出现腰腿疼。那么,得了腰椎间盘突出,是否需要做手术呢?

“对于采取何种方式治疗腰椎间盘突出,我们的依据是手术指征。对于比较轻症的患者,我们尽量保守治疗。一般的治疗时间为三周到三个月。”耿晓鹏说。但如果出现以下三种情况,则需要手术治疗:第一种是患者出现腰疼、腿疼、神经损害指征,皮肤感觉减退、肌肉力量下降,并且有加重趋势;第二种是患者疼痛剧烈,且不仅仅是纯粹的腰疼剧烈,而是下肢的放射性疼痛剧烈,无法完成肢体动作;第三种是患者得了马尾综合征,即椎间盘突出压迫到马尾神经,影响大小便,那就必须要立即执行手术。

“对于腰椎间盘突出患者,通常只有出现上述三种情况,我们会建议必须手术治疗。因此,其他情况的患者大可不必太过紧张,采用保守治疗即可,要注意保证休息,不要久坐久站,不要保持一个姿势时间过长,不要猛烈、剧烈地动作或者负重,在运动前热身,运动后拉伸。不到万不得已,不必手术。”耿晓鹏说。

夏季皮凉席如何选

中消协联合中国皮革协会为消费者支招

盛夏来临,随着皮凉席市场迅速增长,一些质量低劣的皮凉席商品混入市场。中国消费者协会联合中国皮革协会提示,购买皮凉席认准头层皮革和“真皮标志”证明商标,消费者切勿贪图小便宜,购买低质低价的皮凉席。

辨别头层牛皮,认准“真皮标志”证明商标

皮凉席与其他皮革制品不同,长期与人体皮肤直接接触,对透气性要求高。目前,皮凉席的行业标准《QB/T 4204-2011皮凉席》要求皮凉席的主体材质必须是头层牛皮,因为头层牛皮保留了粒面层结构,皮面平整,且皮革中天然的胶原纤维成网状编织,细致紧密,赋予皮凉席优秀的亲肤性能和触感,以及良好的透气性和透水性。

一些厂家为了拉低价格,用剖层皮代替头层皮,剖层皮是粒面层以下相对较为疏松的“网状层”,蛋白纤维粗糙且疏松,表面需要覆以PVC、PU等树脂材料进行加工,皮面涂层厚,透气性差。更有甚者,厂家为了降低成本,剖二层甚至三层,又被称作二层革、三层革。

消费者在购买皮凉席时,无论是线下还是线上购买,都要选择正规商家,选购知名度较高、消费者评价较好的品牌和产品。由于普通消费者很难辨别头层牛皮和剖层皮,中国皮革协会自2020年开始在皮凉席产品上推广使用“真皮标志”证明商标,消费者在难以分辨皮凉席材质的情况下,可以选择使用“真皮标志”证明商标的产品。

切忌片面追求牛皮完美

一张皮凉席一般采用1.5张

牛皮制成,受牛皮的尺寸、形状特点限制,通常要进行拼接,在皮凉席上可能会出现拼接痕。皮凉席使用天然材料牛皮加工而成,牛在自然环境下生长,遇到蚊虫叮咬、灌木扎伤等情形时,可能会存在不同程度的伤疤。

皮凉席行业标准《QB/T 4204-2011皮凉席》规定,可以有少量的不影响产品的内在质量和使用的轻微瑕疵,不明显处允许有分散的小结疤、小糙斑,业内人士常称“无伤不真皮”。市场上的高端产品为保留皮凉席天然特质和透气性强的优势,不会用厚涂层遮盖疤痕,多采用专业工艺修复,甚至有的在背面保留其疤痕痕迹。

皮凉席需要定期、专业保养

皮凉席和其他真皮制品一样,需要定期、专业保养(清洁、加脂),保养得当可延长皮凉席的使用寿命。皮凉席保养也有诀窍,消费者要详细咨询、充分了解产品的售后服务知识,享受更加优质的售后服务。目前国内一些知名品牌也推出了定期护理、代为保存、以旧翻新等服务。

日常使用中,千万不能用洗衣粉或洗衣液进行清洗,最好用拧干的温湿毛巾轻拭席面以清除汗液,自然晾干;易出汗体质的消费者很难辨别头层牛皮和剖层皮,中国皮革协会自2020年开始在皮凉席产品上推广使用“真皮标志”证明商标,消费者在难以分辨皮凉席材质的情况下,可以选择使用“真皮标志”证明商标的产品。

换季的时候,用清水喷湿毛巾,拧干后轻拭席面,待其自然晾干,一定要干透,否则皮凉席容易霉变。干燥季节应使用专业皮革护理剂均匀涂擦皮凉席表面,稍后用干净软布擦匀。

(新华社北京7月5日电 新华社记者 赵文君)