

“全国爱肝日”，你会保肝爱肝吗？

市第三人民医院肝病科二病区副主任医师蒋旭东提醒,30 至 45 岁
应酬多的商务人士、销售人员、生意人等群体是酒精肝的高发人群



■见习记者 陈力

每年的 3 月 18 日为“全国爱肝日”，您对肝脏了解多吗？关爱够吗？据介绍，肝脏疾病包括乙肝、丙肝等病毒性肝炎、脂肪肝、酒精性肝病、肝硬化、肝癌等各类肝病。其中最普遍的是病毒性肝炎、脂肪肝、酒精性肝病。今年的主题为“生活需要爱心，也需要爱肝。”记者为此走访了衡阳市第三人民医院肝病科，该科二病区副主任医师蒋旭东告诉记者，病毒性肝炎是我国第一大肝炎，其中乙肝、丙肝最常见，乙肝病毒携带率达 7.18%。他表示，日常生活接触，不会传播乙肝、丙肝。

多项领先技术治愈肝病患者

市第三人民医院在治疗肝病方面处全市领先地位，拥有人工肝治疗重症肝炎、肝癌的射频治疗、介入治疗、肝硬化无创检测等多项先进医疗技术。蒋旭东从事肝病工作 20 年，擅长各种肝病的临床诊治。蒋旭东告诉记者，科室一年接诊 2000 多人，基本都顺利出院。

2013 年，从衡阳转来了一名重症肝炎患者李先生，李先生 2 个月前在省某医院住院治疗，当时花了 20 多万治疗效果不明显。后由当地医院介绍到了市第三人民医院，肝病科蒋旭东接手治疗该患者，蒋旭东在查看了患者病情后，立即启动了人工肝治疗法，即置换血浆，使血液净

如何预防肝病

在日常生活中，不少居民提起丙肝就“色变”，据蒋旭东介绍，丙肝与乙肝、艾滋病等一样，是通过性接触、血液和母婴三种途径传播的，工作和日常生活接触，如握手、拥抱、共用餐具和水杯、共用劳动工具、办公用品、钱币等，一般不会传播丙肝病毒。

“市民预防乙肝做到这 5 点便可轻松预防乙、丙肝。”蒋旭东指出，一要注意饮食安全。二是出生要在正规医院，切勿土法接生。三是性生活切勿紊乱。四要避免聚众吸毒。五要做好预防接种工作，并 8—10 年加强接种一次。预防肝病，饮食要有规律，尽量不吸烟喝酒，多吃新鲜、高蛋白、高维生素、低脂的食品。例如鱼、牛奶、豆制品、蔬菜都是很好的护肝



化，替代肝脏功能。再配以抗病毒、输白蛋白、输血浆、护肝等综合治疗，该患者住院 50 天痊愈。“三医院让我重获新生，捡回了一条命。”出院后李先生对蒋旭东感激不尽。

2014 年，市民刘某在市内某三甲医院被查出晚期肝癌。在通过朋友介绍下转院到市第三人民医院。蒋旭东分析后认为该患者还有救，便立即采取介入治疗法，即插一根导管通过股动脉至肿瘤的靶血管，再注射化疗药物并且栓塞血管。肿瘤在无血液供应下，渐渐坏死。蒋旭东通过介入治疗，逐渐稳定了刘某的病情。两年来，刘某多次来市第三人民医院复诊，肿

菜。尽量少吃腌制、油炸、高脂肪的食品。预防肝病需保障充足的睡眠，多睡午觉。肝功能不好尽量多休息、少运动。另外，乐观积极的态度，良好的心态也是预防肝病的一大法宝。蒋旭东告诫市民，乙、丙肝发病阶段多为 30—50 岁的男性，发现肝功能异常需去正规医院检查就诊。

“饮酒无度，长期嗜酒，就可能会发展为酒精肝。”蒋旭东告诉记者。酒精为啥会损伤肝脏？他说，正常情况下，酒精进入体内后，10 分钟左右即可被吸收，进入血液，被输送至肝脏。当血液中的酒精浓度迅速升高，肝脏已经无法及时将酒精分解时，血液中的酒精就会沿着循环系统进入人的大脑，抑制中枢神经，造成头晕，反应迟缓等醉酒现

瘤得到了控制。

“治疗肝癌，还有一样法宝。”蒋旭东告诉记者，科室的肝癌射频技术治愈了许多肝癌患者。“利用肝癌的射频技术，5 厘米以下的肿瘤可达到手术般的效果，甚至根治。”蒋旭东介绍，肝癌的射频技术即从体表插一根射频针至肿瘤，机器使针尖再产生射频波，使周围组织产生约 90℃ 的温度，消灭癌细胞。该技术具有微创、安全、费用低、住院时间短的特点。蒋旭东还告诉记者，该院近年来推出了肝硬化无创检测技术，可诊断早期肝硬化。该检测技术在全市独一无二。相比传统肝硬化检测，肝硬化无创检测具有无创伤特点，极大地减轻了患者的痛苦。

象。因此，喝酒最好不要超过这一界限，一旦感到头晕脑涨，应及时注意停止饮酒。

“近年来，酒精肝患病人数逐年上升并呈年轻化趋势。”蒋旭东介绍说，30 至 45 岁应酬多的商务人士、销售人员、生意人等群体是该病的高发人群。

脂肪肝与酒精肝是近年来发病率较高的两种肝病。其早期临床症状不太明显，都具有一定的隐匿性。蒋旭东称，预防脂肪肝与酒精肝需经常参加体育运动，控制体重。饮食结构要合理，尽量避免饮酒，少吃高脂高糖的食物，多吃高纤维素、高维生素的食物，多喝水。喝酒人士需每年定期到正规医院做肝检查。发现肝功能不正常需及时治疗、及时戒酒，避免发展成肝硬化。

南华医院
开设远程心电诊断

为患者开通 “诊断直通车”

■通讯员 陈莉 唐宏羽

本报讯 3 月 12 日，由南华大学附属南华医院精心策划，以“融合创新，互联互通，合作共赢，造福百姓”为主题的“远程心电诊断”学术研讨会在南华医院祁东分院顺利召开。来自周边地区 40 多家基层医院的院长及业务骨干 60 余人参加大会，学术氛围极其浓厚。

大会由南华医院祁东分院谭松林副院长及急诊科主任周克兵主持，南华医院祁东分院院长刘龙飞、祁东分院肖运成副董事长分别致辞，南华医院副院长覃事范及心内科马小峰主任就“远程心电诊断”作了精彩授课。覃事范从医疗+互联网背景、建设模式、南华医院新型医联体的探索与实践三个方面，权威解析互联网+医疗在医疗健康领域的发展、应用与未来前景。马小峰主任以“一条心电图挽救的最高值是生命”的真实案例引入，用专业、精炼的语言通过对急性心肌梗死临床的典型病例进行分享，对如何将远程心电诊断与基层医院相结合，实现社会、医院、患者共赢。来自各基层医院的骨干就平时工作中遇到的一些难题，及“远程心电诊断”相关问题进行了提问，马小峰主任均一一答疑解惑。

市第一精神病医院召开
第八届二次职工代表大会

目标:通过三级 专科医院评审

■通讯员 蒋丽

本报讯 3 月 11 日—12 日上午，市第一精神病医院召开第八届二次职代会，出席大会的 77 名职工代表共商攻坚克难之计，共谋五年发展之策，大家紧紧围绕大会的 10 个中心议题，充分发挥主人翁的精神，为医院发展建言献策。

市卫计委工会主席谢笃菊希望医院进一步提高医疗质量，加强自身建设，以创新的精神和务实高效的作风，推动各项工作取得新的更大的成绩。

院长刘中毅作了《医院 2016 年工作报告》及《五年发展规划（2016 年—2020 年）讨论稿》，从医院发展速度加快、发展稳定安全、发展扎实推进和发展团结和谐四个方面简要回顾了 2015 年的工作，同时指出了发展过程中遇到的问题、机遇与挑战。工作目标是通过三级专科医院评审，构建和完善衡阳市三级精神卫生防治服务体系，着力扩大医院医疗服务半径；进一步提升医疗服务质量，着力打造医院核心竞争力；进一步完善人才梯队建设，着力打造医院人才方阵；进一步加强信息化建设，着力提高医疗服务工作效率；进一步加强党建工作，保障医院各项工作顺利开展。

医院总支书记文贵林号召广大干部职工牢牢抓住全心全意为全市人民精神卫生健康服务这一宗旨，认真抓好医疗、教学和科研等各项工作，不断开创医院又好又快健康协调可持续发展的新局面。