



特邀专家简介



王明松

新华医院派遣专家、心胸外科执行主任、主任医师、医学博士、硕士研究生导师。

擅长:肺癌、食管贲门癌、纵膈肿瘤及胸膜畸形的手术治疗,尤其是肺部结节的微创手术治疗,对心脏瓣膜病、先天性心脏病、冠心病、房颤、主动脉瘤及夹层的外科治疗具有丰富经验。

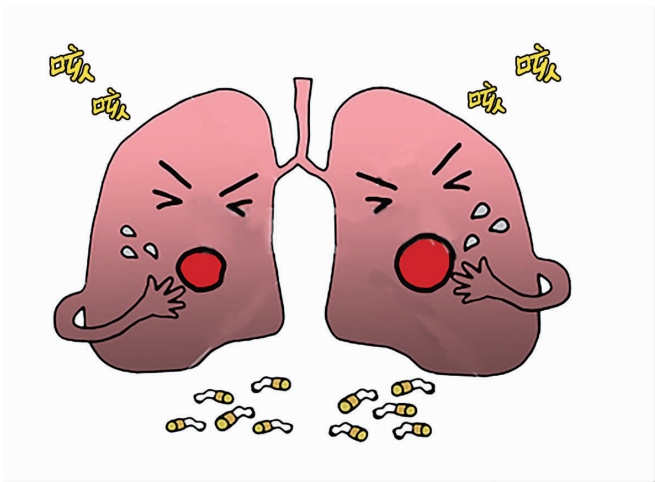
门诊时间:星期二上午

吸烟对肺部健康的影响

近年来肺癌的发病率、死亡率随着工业化速度的加快正在迅速上升。从肺癌的流行趋势可以看出,肺癌发病呈现以下特征,城市高于农村,吸烟人群高于非吸烟人群,吸烟是导致恶性结节(肺癌)的重要因素。

经常听到有人说,体检查到有肺结节。什么是肺结节呢?孤立性肺结节是指肺实质内的圆形或椭圆形致密影,通常直径≤3cm,多数不伴有纵隔淋巴结肿大、肺炎、肺不张、胸腔积液等其他病变,而直径≤1cm者则称为微小结节。许多肺部疾病都能表现为肺结节,不能笼统地将肺结节视为肺癌的早期状态,在全部肺结节中,良性肿瘤和一些感染性病变都占有一定比例,这个比例随结节的大小以及形态而呈现动态改变。

低剂量螺旋CT贯彻的原则就是在不影响CT图像的前提下减少患者X线的吸收剂量,具体到肺部就是指能够检测到肺部结节所应用的最低扫描范围和放射强度的CT检查技术。研究发现低剂量螺旋CT能够提高无症状人群早期肺癌检出率,对高危和低危人群均有显著意义。



高危人群,包括55-74岁,正在吸烟或者戒烟少于15年,并且吸烟指数大于30年每天一包;年龄大于50岁,吸烟指数大于20年每天一包,并且合并有肿瘤史、肺病史、家族史和职业性暴露这些因素之一。定期对高危人群进行低剂量螺旋CT检查是安全的也是必要的。

新华医院崇明分院每周二上午有胸外科、呼吸科、放射科、肿瘤科多学科参与的肺结节联合专家门诊,针对肺结节等疑难病症进行诊治,同时医院已开展单操作孔胸腔镜治疗肺结节数百例,技术成熟,方便海岛百姓看病就医。

病毒性肝炎防治知识

2017年7月28日是世界卫生组织确定的第7个“世界肝炎日”。宣传主题是“规范检测治疗,遏制肝炎危害”。为控制肝炎疫情,增加公众肝炎防治知识的知晓率,号召社会各界积极行动起来,科学防治肝炎,现向读者详细介绍病毒性肝炎的防治知识。

一、我国肝炎流行现状

世界卫生组织统计数据表明,目前全球有3.5亿乙肝病毒(HBV)携带者和1.85亿丙肝病毒(HCV)感染者,乙肝、丙肝、肝癌和肝硬化造成的全球疾病负担约占所有死亡病例的2.7%。

我国是肝炎的中度流行区。近年来,我国法定传染病系统每年报告有超过130万例的病毒性肝炎病例,占法定传染病报告例数的1/3。

二、什么是病毒性肝炎

病毒性肝炎是由多种肝炎病毒引起,以肝脏病变为主的一组传染病疾病,具有传染性、型别多、传播途径复杂、流行面广和发病率高的特点。肝炎病毒通常分为甲、乙、丙、丁、戊型。以疲乏、食欲减退、肝肿大、肝功能异常为主要表现,部分病例出现黄疸,无症状感染常见。

甲肝和戊肝多为急性发病,预后良好;乙肝和丙肝感染易发生慢性化,危害较大,感染年龄越小,越容易慢性化;丁肝病毒只与乙肝病毒同时出现或在乙肝病毒感染的基础上才可能感染。

三、肝炎的传播途径

甲肝和戊肝主要经粪——口途径传播,水源或食物被污染可引起暴发流行,也可经日常生活接触传播。

乙肝、丙肝的传播途径包括:血液传播(输血及血制品以及使用污染的

注射器或针刺等);母婴垂直传播;性接触传播。丁肝的传播途径与乙肝相同,但与乙肝病毒同时感染或在乙肝病毒感染的基础上才可能感染。

四、病毒性肝炎的预防

1、疫苗是预防乙肝的首选,国家实施新生儿乙肝疫苗预防接种为主的控制策略。

2、防止“病从口入”,预防甲肝和戊肝。接种甲肝疫苗,有效预防甲肝。

3、切断传播途径,如使用安全的血液制品、不共用注射器、避免不洁医疗行为等预防丙型肝炎。

五、病毒性肝炎的治疗

1、慢性乙肝和丙肝患者需到正规医院进行检查,定期接受随访,根据病情进行规范化治疗,切勿轻信虚假广告。

2、慢性乙肝和丙肝患者需要遵从

医嘱,主动配合,切忌自行停药。

3、鼓励检查了解乙肝感染状况,建议有疑似肝炎症状或高风险行为的人群主动到医疗机构检查。

4、丙肝需要早期诊断和治疗(主动检测,规范治疗,良好预后)。

六、健康教育

1、日常生活、工作、学习接触不会传播乙肝和丙肝病毒。

2、乙肝病毒表面抗原阳性者可结婚、生育。乙肝病毒表面抗原阳性者的配偶及时注射乙肝疫苗是最好的预防措施。

3、我国已明确取消了入学、就业乙肝体检项目(特警职位、民航招收飞行学生体检、血站从事采血、血液成分制备、供血等业务工作的员工除外)。

崇明区疾病预防控制中心
2017年7月22日

崇明2040愿景:引领示范生态文明建设

(上接1版)崇明坚决贯彻习近平总书记关于长江经济带“共抓大保护、不搞大开发”的战略决策部署,紧紧围绕世界级生态岛建设目标要求,积极践行“创新、协调、绿色、开放、共享”发展理念,坚持生态优先、绿色发展,大力实施“+生态”和“生态+”发展战略,积极推进生态、生产、生活融合发展。

“崇明区总规”明确要坚守人口、用地、生态、安全底线,优先保护生态环境,进一步厚植生态基础、完善生态资源、提升生态价值,使崇明成为上海重要的生态屏障和长三角乃至全球生态系统的节点。

“崇明区总规”还研究确定了崇明世界级生态岛建设核心指标体系,从环境质量、生态空间、水资源、生物多样性、气候与能源、产业体系等方面,明确核心控制指标,引导、监测、评价崇明生态岛保护、修复与建设。同时明确,要加快构建生态型创新产业体系,积极引导居民在衣食住行游等方面向绿色低碳、文明健康方式转变,全面推进经济发展方式的绿色转型。

结合“中国元素、江南韵味、海岛特色”的总体风貌定位,对全域空间进行总体城市设计,未来崇明将逐步形

成它独特的风貌景观,综合展现乡土情怀、田园风光和海岛肌理。

本次规划还为崇明人民带来了不少好消息。如建立“外畅内优、高效集约、绿色生态”的综合交通系统,对外交通突出轨交引领,规划“轨交+高速”复合的东西双通道,岛内交通突出公交先行,构建城乡绿道慢行网络。构建城乡一体的公共服务体系,发展面向未来、服务全生命周期的公共设施网络体系,以及依托城镇圈及社区生活圈,强化均等覆盖的基本公共服务设施布局等。此外,市政基础设施建设坚持“生态优先”原则,实现“海绵崇明”、“零碳岛”的目标。

“崇明区总规”公示时间为一个月,从7月20日至8月19日。公示内容将在上海市崇明政府网和上海市规划和国土资源管理局网发布,在崇明规划展示馆以及18个镇(乡)文化活动中心进行现场公示,并通过《崇明报》、“上海崇明”微信公众号等渠道同步发布和推送相关消息。公示期间,崇明区规划和土地管理局还将有序开展规划讲座、咨询座谈、问卷调查活动,进一步了解社会各界对崇明发展的感受、期待和愿望。

打造更高品质生态水环境

(上接1版)河道综合整治、落实河长制、加强长效管理等方面各项工作,水环境面貌进一步优化,水环境整体质量持续提升。

市人大崇明代表组对崇明水环境治理工作情况表示肯定,就进一步加强水环境治理、提高崇明水环境质量提出意见建议。代表们认为,市政府

及其有关部门要进一步加大对崇明水环境治理的支持力度,积极推进水生态治理新技术、新项目运用实施,不断完善体制机制建设,积极打造更具竞争力的高品质水环境,厚植崇明世界级生态岛水环境基础,为市民谋福祉。

座谈会还通报了下半年市人大崇明代表组活动安排。

招聘信息

城桥镇某单位招聘英语助教1人

条件:男女不限,25-35岁,大专以上学历。主要负责1、制定学科各阶段工作计划和教学目标,并按质按量完成;2、不定时进班听课并作出质量评价,及时与教师进行沟通调整;3、及时了解学生学习情况,听取学生意见,搜集学生和教师双方的教学反馈信息;4、了解各部门工作状况,做好跨专业、跨部门的沟通工作,并根据实际进行调整。

要求:1、英语专业优先,英语四级以上;2、具备良好的中英文沟通能力;3、责任心强,有耐心,积极热情,热爱教育行业。

待遇:月收入4000-6000元。

联系人:严老师。

联系电话:69693183

遗失启事

秦永平遗失从业资格证:
3100000020203346875
上海钢集物流有限公司遗失
道路运输证:沪J5693挂、沪DQ3493、沪JF248挂
黄洪平遗失四小证:Z06-5447

产后保养小知识

1、遵医嘱,随复诊

产后全身脏器机能将会渐渐恢复到产前水平,特别是子宫的复原。从恶露排尽到恢复,其间可能还要跨越几层坎,比如恶露不尽、产后发热、产后腹痛等,产后六周复诊健康检查,可以及早发现并预防有关疾病。

2、避风寒,慎起居

“产前宜清,产后宜温。”是说产前用清热养血方法治疗阴血偏虚之体,产后用温经化瘀之法治疗多虚多瘀之体,不可误用寒凉药性药物。产后应注意保暖防寒措施。夏季更是要注重防寒保暖,夏季容易贪凉饮冷,如果贪凉快,空调温度调得过低,寒凉之气容易由表入里,在空调房内要注意室内的温度,减少皮肤裸露在外,可穿薄长袖及长裤。

产后元气还未恢复,应该保证足够的休息时间,不可过早操劳,保证有良好的精力照顾宝宝,更有利于奶水的生成,保证宝宝的营养。家人应合理安排照顾好产妇母子,兼顾休息十分重要。

3、勤锻炼,畅情志

产后如果长期卧床,最常见的问题便是下肢静脉血栓的形成。适当运动做做产后保健操,预防产后子宫下垂或产后血崩等疾病的发生,促进新陈代谢,新血得生,亦可转换空间环境,调整心情。产后可听舒缓的音乐或进行户外活动,与新手妈妈间交流等。另外,妇女乳头属肝,乳房属胃,不论是肝郁气滞,还是胃失所养,均会影响乳汁的分泌,因此疏肝解郁,调畅气机,使气血自通,乳亦通也。

4、饮食的宜与忌

产后需要全面丰富的营养。古人薛立斋说:“血者,水谷之精气也,和调于五脏,洒陈于六腑,妇人则上为乳汁,下为月水。”

宜:主食是能量的主要供给,身体的恢复及乳汁的产生分泌都需要大量能量。蛋白质也十分重要,乳汁的产生,机体的正常代谢,都少不了蛋白质的支持,宜选用容易消化吸收的牛奶、鸡蛋、鱼等。各种维生素也十分重要,新鲜的蔬菜水果皆可以补充,如空心菜、花菜、苹果、猕猴桃、香蕉等,蔬菜还可以补充一定的植物纤维,促进排便,对于便秘的妈妈们很有好处。

忌:清代《胎产指南》中提到,水果和食物宜忌,以及俗弊:果忌梨、藕、橘、柑、柿、西瓜,易致血块凝结;食忌冷粉、绿豆、冷饭、荞麦、苋菜、生菜、苔菜、冷菜;忌鹅、犬、牛肉,因虚人难以消化,又恐停血作痛;忌沙糖酒、独煎山楂汤,损新血;忌多食胡椒、艾、酒,行血致崩;忌生姜酒,宁波俗弊,发汗行血;忌浓茶汁,寒停血块痛。

岳阳医院崇明分院

张婷婷名医工作室

专家门诊时间:每周四

拟申请注销登记公告

根据《事业单位登记管理暂行条例》《事业单位登记管理暂行条例实施细则》和《上海市事业单位登记管理若干规定》的有关要求,经举办单位同意,我单位拟向上海市崇明区事业单位登记管理局申请注销登记,现已成立清算组织。请债权人自2017年7月18日起90日内向本单位清算组织申报债权。

特此公告。

上海市崇明科技培训中心

2017年7月22日