

●●● 肿瘤资讯

# 南京地区肿瘤患者可免费领千元破壁灵芝孢子粉!

8月,2016年中国卫生信息技术交流大会在南京召开,江苏省卫生计生委也在此期间首次发布了江苏健康大数据统计报告。报告显示,在影响江苏人健康的主要疾病中,恶性肿瘤为主要因素,致死的前五位恶性肿瘤依次为:肺部肿瘤、胃部肿瘤、食管肿瘤、肝脏肿瘤和结直肠癌。肿瘤已成为市民健康的最大威胁。国家卫生部门倡导,肿瘤应早发现、早诊断、早治疗,可有效提高肿瘤临床治愈率。

通讯员 邓玲



肿瘤的关键,让肿瘤患者进行正确的治疗,是早期患者明智的选择。

## 肿瘤患者帮扶计划正式实施

为了关爱南京市民健康,做好肿瘤防治工作,中国中药协会中药新技术专业委员会联合南京健康产业商会特举办“帮扶肿瘤患者——灵芝孢子粉免费体验”活动。据了解,中国中药协会中药新技术专业委员会长期致力于现代化技术与中医中药的结合与应用,以推动人类健康发展为己任。

据悉,凡南京市一年内确诊的或正在治疗期的肿瘤病友均可免费申领总价1440元的破壁灵芝孢子(100粒装)3瓶。需要提醒的是:每位肿瘤病友终身限领一次,不重复赠送;领取时请携带个人病历资料及身份证明(不收取任何费用),申领热线:025-83223132

## 肿瘤综合治疗是关键

肿瘤是一种慢性病,需要长期与之斗争,才能达到延长生命周期、提高生活质量的目的。同时,肿瘤又是一种全身性的疾病,必须考虑综合治疗,坚持以手术治疗为主,结合放疗、化疗、中医中药等多种治疗方式的综合治疗模式,努力提升肿瘤患者的治疗效果,延长肿瘤患者的生存期,并在此基础上最大限度地提高患者的生活质量,使患者得到最大的受益。

## 肿瘤防治要“三早”

上海华山医院中西医结合科主任陈响中教授表示:通过健康教育从整体上提高群众的自我防病意识和自我防病能力可以预防肿瘤的发生,而早预防、早诊断、早治疗是治疗

# 难缠的颈椎病 并不难对付 微创治疗成为新趋势

“脖子僵硬、头痛、头晕、呕吐……”随着“久坐族”“低头族”的日渐增多,各种现代社会病层出不穷,在这其中,颈椎病的患病人群最为广泛,不仅是老年人,青年人也常常被颈椎病困扰,严重影响工作和生活。

通讯员 张军



统的保守治疗外,微创技术安全、快速、直达病灶的优势已经逐渐显现,被广泛运用。例如,“射频靶点消融术”就是其中之一,该技术通过精确导航系统,用不到1毫米的射频针直接作用于颈椎,把突出部位的椎间盘凝固、收缩,从而消除疼痛。

据了解,射频治疗全程不超过1小时。它的优势就在于能够直达病灶,使病人的症状很快减轻或消失,而且微创伤口也仅有针眼大小,术后仅需贴一个创可贴,痛苦很小,安全性很高,且治疗费用较低,因此特别适合中老年人。

## 服务读者,本报专家团开通咨询热线96060

被颈椎病困扰了十多年的黄阿姨在接受了微创治疗后,不到一周时间,颈痛、头痛和双手麻木症状都消失了。据了解,不仅是颈椎病,目前有许多微创技术在腰椎间盘突出、膝关节炎等常见病的治疗中都发挥着巨大作用,成为老病号解除病痛的突破口。

近期,本报将组织十多名骨科专家,针对“颈椎病、膝关节炎、腰椎间盘突出症、股骨头坏死、拇外翻、骨质增生、骨质疏松、肩周炎、强直性脊柱炎、风湿类风湿”等常见骨病的微创治疗进行推广。专家组成员包括中国医科大学教授、南京大学医学院教授、第二军医大学教授、享受国务院特殊津贴专家等。读者咨询、预约专家可致电本报专线:96060

## 颈椎病发作 不能自己做自己的医生

家住锁金村的黄阿姨,今年只有53岁,但是已经被颈椎病困扰十多年,颈肩部经常酸痛、双手麻木、头痛。头晕严重时天旋地转,还伴有恶心、呕吐。而她多年来并没有进行系统的治疗,每次发作只是吃止痛药,做做针灸、推拿等,稍微缓解后又会再次复发。

为了彻底摆脱病痛折磨,黄阿姨找到了中华脊柱医学组委会副秘书长、副主任医师安云琪。经过安主任的系统检查确诊,黄阿姨的颈椎生理曲度变直,颈部3-7椎体骨质增生、突出,压迫到了神经,从而出现头痛、双手麻木等症状。

“原本以为颈痛、头痛,按摩按摩,忍一忍就过去了,没想到患上了严重的颈椎间盘突出症。”得知自己的病情,黄阿姨非常紧张,后悔没有及时来医院检查确诊。为此,安主任提醒广大患者,如果出现颈椎反复不适、酸痛的症状,不能“自己当自己的医生”,盲目吃止痛药、按摩、针灸,往往会适得其反,使病情进一步加重。

## 面对各种治疗手段要有分辨能力

“临床上,我们发现许多患者逃避治疗、盲目治疗,这些都是不可取的。”安主任表示,现在治疗颈椎病的方法有很多,甚至有许多偏方,患者要有分辨的能力,其中最重要的一条是要到正规的医疗机构检查确诊。

其实,难缠的颈椎病并不难对付。除了传

## 南京出台文件透露一大波文化福利

# 全市图书馆将实现“一卡通”

曾几何时,街头的书报亭作为南京的一张“城市名片”让人引以为豪。然而,随着街巷的出新,主城的一些书报亭陆续被拆除。原因之一是书报亭占道经营,影响市容。这一做法曾引发争议。未来几年,这一状态或将改变。11月8日,南京公布了《关于推进现代公共文化服务体系建设的实施意见》(简称“意见”),其中提到在城区和乡镇集镇区人流密集地点规划和建设书报亭。此外还提到了一大波文化福利。

现代快报/ZAKER南京记者 鹿伟

## 将建100家各类博物馆

意见要求,深入推进公共图书馆、文化馆、博物馆、美术馆等免费开放,鼓励非国有博物馆免费开放,推动科技馆、工人文化宫、妇女儿童活动中心、老年活动中心以及青少年校外活动场所免费提供基本公共文化服务项目。推动经营性文化设施、非物质文化遗产传习场所和传统民俗文化活动场所等向公众提供免费或优惠的公益性文化服务。鼓励党政机关、国有企事业单位的各类具备开放条件的文化设施向社会免费或优惠开放。推进高校和社会公共文化资源的共享共用,促进高校图书资源向社会开放。

博物馆将越来越多。未来南京将加快建设以国有博物馆为主体、行业博物馆为骨干、民办博物馆为补充的博物馆公共服务体系,力争在全市建立100家各类博物馆,每年举办200场主题展览,积极打造博物馆之城。积极推进秦淮灯会申报人类非物质文化遗产工作。

## 全市图书馆将实现一卡通

全民阅读,南京将放大招来支持,今后

在家门口社区就能借书还书。

为了推进全民阅读,南京正在推进公共图书馆、文化馆、博物馆总分馆制,计划到2020年,主城区全面实现市、区、街道和社区四级图书阅读管理借通还“一卡通”,农村地区借通还“一卡通”覆盖率镇(街道)图书室达到100%,村(社区)图书室不低于60%;24小时自助图书馆达到50个,特殊场所借通还服务点50个,阅报栏(屏)数达到1000个。

未来,南京人将可以看到更多“质高价廉”的演出。根据意见,南京将以现有影院为基础实施改造挂牌,打造市级盲人影院,定期为盲人和其他残疾人放映公益电影。

## 人流密集地点将建书报亭

未来几年,南京或将出现一批批新的报刊亭。意见提出,在城区和乡镇集镇区人流密集地点规划和建设书报亭。同时,要求公共图书馆(室)、文化馆(站)和村(社区)综合文化服务中心(含农家书屋、社区书屋)等配备图书、报刊和电子书刊,并提供免费借阅服务和上网服务,推进农家书屋、社区书屋与市、区图书馆资源共享、借通还通。

# 天景山小学举行消防应急演练 3分钟,千名小学生疏散到操场



学生们在进行消防演练 现代快报/ZAKER南京记者 赵杰 摄

快报讯(实习生 舒越 记者 黄艳) 教学楼后楼发生火情,请大家不要惊慌,请班主任老师保持镇静,引导学生疏散……11月8日下午3:32,南京江宁区天景山小学的校园里,突然响起急促的警报声,伴随着一位老师急促的广播提醒。3分钟后,在后楼上课的1025人疏散到操场。这是11月9日全国消防安全日前,南京市教育局、南京市公安消防局主办的一次消防应急演练。

11月8日下午3:32,现代快报记者在天景山小学校园里,听到急促的警告和提示,小学生们手捂口鼻有序地奔跑出教学楼,楼层低的低年级孩子跑在前面,楼层高的

高年级孩子在最后。3:35,后楼疏散出1025人到达操场。

天景山小学四(8)班男生陈宇凡,代表全校向全市的同龄人发出“消除火灾隐患,共建平安校园”的倡议书,倡议书提出,离校离家要把电源切断;在家发现煤气泄漏,应立即推开窗通风;如发生意外失火,可披上浸湿的衣服或裹上湿毛毯、湿被褥冲出去;没法自救时,可用手电筒、醒目物品不停地发出呼救信号等。

现场,南京市首届儿童消防作文绘画竞赛结果揭晓,活动收到作品2000余篇,最终评选出获奖作品415篇。

# 不插管不下镜 一样能查胃肠

一些胃肠病患者常因害怕检查而随便吃药,其实,胃肠检查早就可以不难受了。近日,我们了解到一种新技术,查胃肠不插管不下镜,只需喝一杯类似饮料的显影剂配合体外扫描即可,这种被称为“MDX胃肠影像检查”的技术,检查准确不难受,同时可顺带检查肝、胆、脾、胰、双肾、甲状腺、前列腺、子宫附件、膀胱等十个脏器,一次节省近千元检查费。

为提倡科学治疗胃肠病,我们将在本周开展“无痛查胃肠”活动,不插管不下镜的MDX胃肠影像检查仅需100元即可参与体验,并特邀国务院津贴专家陈明伦教授,为市民会诊慢性胃炎、浅表性、糜烂性、萎缩性胃炎、结肠炎、便秘、口臭等疾病。拨打本报读者热线:96060即可报名。

通讯员 陈炜