

全民护胃从早预防早诊治做起

地区融媒讯（实习记者 阿米乃姆）4月13日,就如何预防胃病,记者采访了地区维吾尔医医院肝胆脾胃科副主任艾力·图尔荪托合提。艾力呼吁全民护胃,尽量做到早预防、早发现、早治疗。

艾力介绍,人们平常所说的胃病,实际上是许多病的统称。它们有相似的症状,如上腹胃部不适、疼痛、饭后饱胀、嗝气、反酸,甚至恶心、呕吐等。

胃病的发生是多种因素造成的结果,其中人体胃黏液分泌的不足在胃病的发生中起重要作用。由于缺少胃黏液的保护,胃黏膜会受到胃酸、幽门螺旋杆菌、酒精和刺激性食物的侵害,胃壁得不到润滑,胃蠕动缓慢,有害物质就会侵蚀胃黏膜,导致炎症和溃疡的发生,甚至引起胃病恶化。

艾力建议,出现消化道出血、上腹部不适、上腹部肿块、呕吐、消瘦等症状,应及时就诊,最好进行胃镜检查,排除胃癌等上消化道疾病。

一直以来,人们对胃镜检查抱有一定的畏惧感,那么有没有易于被接受的检查方法呢?

艾力告诉记者,地区维吾尔医医院新开展的“胃肠超声造影”技术,具有价廉、无痛、方便、准确等优点,此项检查



4月13日,地区维吾尔医医院肝胆脾胃科副主任艾力·图尔荪托合提在查看患者病情。

技术是一项无创检查,为不适合做胃镜检查的患者提供了方便。此项检查,患者只需服下超声造影剂,通过超声机就能检查出是否患有慢性胃炎(浅表性胃炎、萎缩性胃炎)、胃息肉、胃结石、胃良

恶性肿瘤、胃下垂、胃及十二指肠溃疡、十二指肠球炎、胃食管返流、食管裂孔疝等疾病。

胃病早期症状比较隐蔽,且容易和其他消化道疾病相混淆,导致很多患者

错过了诊断及治疗的最佳时期,一旦出现体重下降、腹痛、恶心呕吐、厌食和消化性溃疡等症状时,病情就比较严重了。因此,积极筛查有助于胃病的早期发现,尤其是伴随多种胃癌危险因素以及出现上述症状的人群,早期进行胃镜检查及定期随访十分重要。

艾力介绍,胃病的发作是一个漫长的过程,生、冷、硬、酸、辣等刺激性食物进入胃内后,会直接影响胃的工作质量,加之患者的新陈代谢、内分泌不规律,导致胃黏液分泌不足,胃失去保护,浅表性胃炎、糜烂性胃炎、急慢性胃炎的发病几率马上会大大增加。所以说,胃病往往是因为忽视造成的。

艾力还谈到了很多人对待胃病的另一种态度:一些胃病患者在病情发作时,往往会不加选择地吃些胃药了事。曾有位时常感觉胃部不适的患者,长期以来一直服用胃药,掩盖了疾病本身的症状。直到有一天,病情发作到无法控制时才到医院进行检查,结果已是胃癌晚期。

艾力提醒广大患者,胃病患者在服用胃药时,一定要先知道自己患了什么胃病。胃药的类型比较多,有治疗胃炎的、胃溃疡的等等,患者一定要在医生指导下对症下药。

气多变、时暖时寒、比较干燥,人体内环境很难与外界环境相适应,人体的免疫力相对低下,病菌、病毒等致病微生物便会趁机而入、侵袭人体,所以一旦遇到室内通风不良或人群密集等情况,就极易传播。”

阿布都卡地尔还介绍,有基础性疾病的患者也容易受到感染。“像有高血压、糖尿病等疾病的患者,由于自身免疫力较低,一旦因病毒性感染,就会表现出发热、全身肌肉酸痛及咳嗽、流鼻涕等上呼吸道系统疾病症状。”

针对这一情况,阿布都卡地尔提醒广大居民,要谨防各类春季高发传染病,要勤洗手,不用脏手触摸鼻、眼、口等部位;常喝水、注意补充营养,适当增加水分和维生素的摄入;加强个人卫生和个人防护,注意生活规律、加强体育锻炼、提高自身的免疫力,避免到人群聚集的场所。家里如有流感患者,要及时开窗通风,保持空气清新。



随着气温逐渐升高,杨絮柳絮也开始漫天飞舞,漫天飞絮给不少人的眼睛和鼻子带来了不适,这其中尤其以哮喘和过敏性鼻炎最为常见。这些过敏疾病还会伴随着鼻子痒、打喷嚏、流鼻涕等类似感冒的症状。

柳絮本身没有毒,但是它的毛状物会有刺激性,而且在它飞舞的过程中会附带大量的灰尘和细菌,给一些过敏体质的人群带来强烈的刺激,让呼吸道疾病患者有所增加,尤其是一些体质敏感的成人和儿童。有人表现出打喷嚏、流清鼻涕、鼻塞、鼻痒等过敏性鼻炎的症状,或出现喉痒、咳嗽甚至哮喘的症状,严重影响工作、学习和睡眠。近段时间面部过敏的病人,大多表现为脸部红、肿、痒,还有眼皮水肿。避免过敏的最好方式就是找出过敏源,确认过敏源后,在医生的指导下选择针对性治

疗方案,一定不要自行乱用药物。易过敏的人群应少去公园柳絮及花粉多的地方,出门最好佩戴口罩以阻挡柳絮对呼吸道及面部的刺激。戴眼镜,以减少柳絮飞入眼睛,减少刺激。若是杨柳絮钻进眼睛里,千万不要用热水敷,以免损伤角膜,更不要用手用力揉,最好用清水冲洗,把异物冲洗出来。皮肤痒别瞎挠,抓挠皮肤时,坚硬的指甲会划伤皮肤,病菌容易趁虚而入,造成感染。出现过敏反应,最好是在家里的冰箱中备淡盐水,然后打湿毛巾敷在皮肤上以缓解皮肤红肿。避免食用刺激性食物,辛辣刺激性食物易造成血管扩张、皮肤发红加重柳絮过敏。饮食宜清淡,多食用水果蔬菜补充维生素C,如小白菜、西红柿、胡萝卜等。有哮喘的人可服点生姜蜂蜜水,以润燥镇喘。

据人民网

想开点、放松点…… 防抑郁,送你快乐清单!

在日常生活中,许多人都面临着就业、生活压力等一系列烦恼,如果缺少自我调节能力,就容易产生抑郁情绪,进而形成抑郁倾向,如不及时止损,很可能发展成抑郁症。

第一个是想开点。心理学上认为,一个人的情绪往往是受他对这个事件的看法影响,比如说有半杯水,积极心态的人会很开心,因为有半杯水可以喝。如果是消极心态的人,可能就会很悲伤,只想着怎么只剩下半杯水了。所以,有时候事实很难改变,但从不同的角度看,个人的情绪就

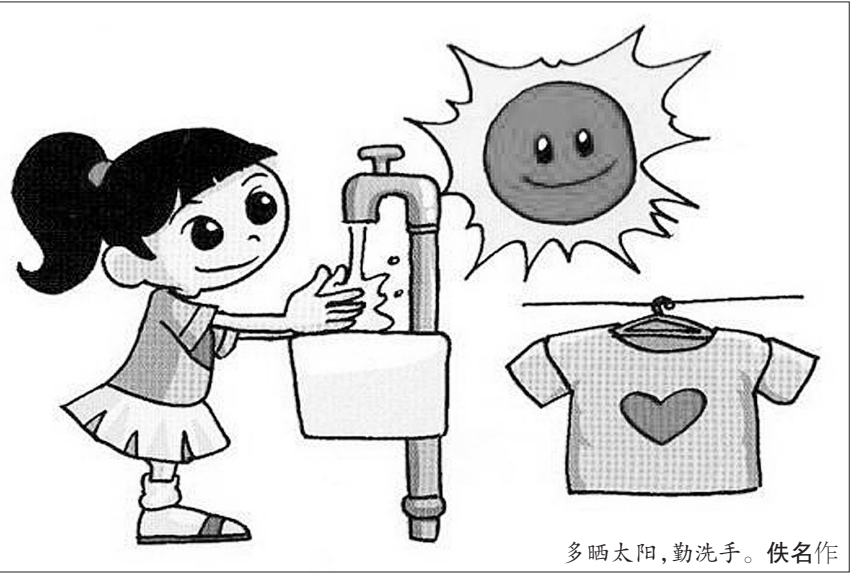
会完全不一样。

第二个是放松点。当自己感觉这段时间非常疲劳,很难承受的时候,不妨踩一踩刹车。健康是1,后面的家庭、事业、财富都是零,平时后面的零积攒得越多,但如果没有前面的1,损失就会越大。

第三个是快乐点。建立个人快乐清单,列出做哪些事情会让自己开心,那么就付诸行动。比如,喜欢运动的就多跑步,喜欢音乐的就经常去唱歌等。做了这些让自己开心的事情,那么,个人的情绪就不会差到哪里去。

据人民网

春季谨防传染病叠加



多晒太阳,勤洗手。佚名作

地区融媒讯（记者 阿迪拉 实习记者 阿米乃姆）春天万物复苏,也是传染病高发的时节,针对此类问题,记者专门采访了地区维吾尔医医院肺病科主任医师阿布都卡地尔·阿布力米提。阿布都卡地尔提醒广大居民,春季谨防传染病叠加,避免去人多的地方。

春天天气晴好,公园、景区等陆续迎来游客高峰,不少市民选择踏青休闲。“春季是各种传染病的高发季节,居民在休闲的同时,更要做好自身的防护。”阿布都卡地尔告诉记者,春季是流行性感冒、麻疹、风疹、水痘、流行性腮腺炎、流行性脑膜炎等传染病和支气管炎、哮喘病等的高发季节,广大居民一定要做好个人防护。

阿布都卡地尔说:“春季由于天

声明

近期有不法公司或个人以中国铁塔股份有限公司和田分公司名义承揽通信建设工程,诈骗高额保证金,我公司郑重声明:我公司属于国有企业,通信工程建设按招投标法要求进行招投标,不存在收取高额保证金情况,有意愿参与我公司建设工程,请通过正规渠道参与我公司招投标,不要听信某些不法公司或个人的蛊惑,上当受骗。对于受骗后产生的各种纠纷,我公司概不负责。

特此声明

中国铁塔股份有限公司和田分公司
2022年4月18日

车辆过户声明

墨玉县内孜麦麦提·依斯拉木(身份证号:653222199610121277)名下新RL9841号摩托车2019年卖给别人。请现车主自本声明见报之日起7日内到车管所办理车辆过户相关手续,逾期未办理后果自负,与原车主无关。

特此声明

联系人:肉孜麦麦提·依斯拉木
联系电话:18106497889
2022年4月18日

遗失声明作废

●新疆生产建设兵团第十四师皮山农场J8964000013905(账号:30581101040004296,开户行:中国农业银行皮山县支行)开户许可证丢失,特此声明。

●新疆锦州建设工程有限公司和田分公司6532015025374号公章丢失,特此声明。

●中共和田地委政法委员会 Z8960000363001(账号:107011139248,开户行:中国银行股份有限公司和田市北京路支行)开户许可证丢失,特此声明。

●洛浦县木塔力甫·多来提(身份证号:653221199105012013)努尔曼古丽·图尔荪(身份证号:653224199311021447)之女;努尔则巴·木塔力甫(身份证号:653224201805312324)S650088733号出生医学证明(出生地点:洛浦县人民医院)丢失,特此声明。

●和田宏达房地产开发有限公司和市国用(2008)第000006185号(座落:和田市纳瓦格办事处第一居委会,图号:01-01-1179)土地使用证丢失,特此声明。

●和田市远东砂石料厂开具给和田市水利局0003995号收据丢失,特此声明。

●和田市布威艾妮排·努尔麦麦提(身份证号:653224199501060025)2019XJ001952号护士执业证书丢失,特此声明。

●和田市依明·买买托合提(身份证号:653201195710071510)中华人民共和国干部退休证丢失,特此声明。

●和田市枫林晚餐管理有限责任公司开具给久什坤·居来提(身份证号:653201199606291554)3816800号收据丢失,特此声明。

●墨玉县艾斯图拉·阿卜杜合力力(身份证号码:653222199402162912)夏拉排提·穆合塔尔(身份证号码:653222199605252985)之女;夏帕艾提·艾斯图拉(身份证号码:653222201503133010)O650582258号出生医学证明(出生地点:新疆墨玉县人民医院)丢失,特此声明。

●于田县英巴格乡小学6999093879号非税收入一般缴款书(金额:8855元)丢失,特此声明。

●和田地区湖南商会公章丢失丢失,特此声明。

●和田市欣明伟业房地产开发有限公司开具给玛伊努尔·阿卜力米提(身份证号:653201197809281525)08705226号统一收款收据丢失,特此声明。

●甘肃省宕昌县白小辉(身份证号:622623198504110060)和田县康树英(身份证号:411024198704253263)之子;白羽飞(身份证号:621223200906050038)J650153095号出生医学证明(出生地点:和田县人民医院)丢失,特此声明。

●和田宏达公交出租车有限公司J8960002025001(账号:108282476081,开户行:中国银行股份有限公司和田市乌鲁木齐北路支行)开户许可证丢失丢失,特此声明。

●和田市玉英广告文体装饰部6532010010411号公章丢失,特此声明。

●墨玉县阿卜杜卡尤木·吉力力新32工1151号大型工程机械设备行车证丢失,特此声明。

●墨玉县阿卜杜卡尤木·吉力力新32工1151号挖掘机牌照丢失,特此声明。

●中国人民财产保险股份有限公司和田市公司(单证识别号码:AEZDBA2008Z50)65002100724347号电动车第三者责任保险投保单兼保险单丢失,特此声明。



和田地区融媒体中心