

桂林美年大健康体检 守护家人的健康

儿行千里母担忧，越长离家越远，父母总说儿女是他们的骄傲，可我们常常心怀愧疚。一年四季忙于在外拼搏，没能常回家看看，但如果说还有什么比拼搏更重要的，那就是父母的身体。桂林美年大健康体检，让大家更科学地了解自己的身体情况，从而针对性地防治。一次体检，让父母安心，让子女更放心。桂林美年大健康体检，守护家人的健康。



美年大健康（集团）股份有限公司自2004年创立至今，已覆盖全国30多个省（自治区、直辖市），在全国200多个核心城市，拥有专业体检及医疗服务中心400余家。拥有全职专家、专业医护人员及管理团队近3万人。2017年服务客户逾2000万人次。2017年美年大健康入选明晟国际、沪深300指数，彰显优质蓝筹地位是医疗板块影响力领先的A股上市公司。

桂林美年大健康成立于2015年，由卫计委批准，获得医疗机构执业许可，专业从事健康体检。我们以专业的力量帮助更多人实现健康梦想为己任，凭借优势医疗资源、国际先进设备、专业技术、优质服务获得飞速发展，至2017年已为超过10万人次提供健康体检服务。

随着时间、年龄、生活、工作节奏的加快和心理压力的增加，很多疾病的发生呈现出年轻化趋势。而对于一些疾病来说，能否早期发现，及时治疗，是决定预后的关键。健康体检是预防疾病的有效手段之一。通过体检，可以了解自身健康状况，发现不易察觉的早期疾病和异常，以便及时预防和纠正不良习惯，终止疾病的发生发展，起到事半功倍的效果。定期进行全面的健康体检，是对自身及家庭负责。

健康是儿女对父母最大的心愿！但由于经济原因，很多老百姓在体检的大门犹豫止步。为了让老百姓花尽可能少的钱享受到尽可能多的体检项目，桂林美年大健康推出春节健康体检促销活动，最低3.3折优惠，价格亲民，体检项目丰富，让更多老百姓能够享受得起健康体检。

520 关爱健康卡体检项目：

体检项目：一般检查、内外科、耳鼻喉科、眼科、妇科常规检查（限已婚女性）、血常规、尿常规、血糖、血脂6项、肝功能11项、肾功能3项、血流变（限男性）、乙肝两对半（定量）、CEA定量、AFP定量、上腹部彩超、前列腺彩超（限男性）、子宫附件彩超（限女性）、乳腺彩超（限女性）、颈动脉彩超（限男性）、心电图、骨密度、人体成分分析（限未婚女性）、胸部CT。

“关爱健康卡原价1070元，现价520元，买二送一，每天不到1块钱”。

998 尊享健康卡体检项目：

体检项目：一般检查、内外科、耳鼻喉科、眼科、妇科常规检查（限已婚女性）、血常规、尿常规、血糖、糖化血红蛋白、血脂6项、肝功能11项、肾功能3项、心肌酶谱4项、甲状腺功能5项、胃功能4项（限男性）、乙肝两对半（定量）、血流变（限男性）、肿瘤标志物6项（男定量）、肿瘤标志物6项（女定量）、上腹部彩超、前列腺彩超（限男性）、子宫附件彩超（限女性）、乳腺彩超（限女性）、甲状腺彩超、心电图、动脉硬化（限男性）、骨密度、人体成分分析、经颅多普勒、颈椎侧位DR、胸部CT。

“尊享健康卡原价2030元，现价998元，买二送一，每天不到2块钱”。

体检前的注意事项：

1. 体检时间为周一至周六上午8:00-12:00，体检报告领取时间为周一至周五下午；
2. 体检前三天请尽量不吃油腻和难消化的食物，勿饮酒，避免剧烈运动；
3. 体检前提前一天预约，预约电话：七星分院7990369，临桂分院6925068；
4. 体检当日请携带身份证，空腹（禁食少饮），经采血、腹部超声、碳13或碳14检查后再进食；
5. 体检完成后请将导检单完整交回前台，关注微信公众号，方便查询电子报告，纸质报告约7个工作日领取；
6. 子宫附件、前列腺B超需憋尿，建议最好不要排晨尿，检验更准确。

七星分院：七星区驸鸾路佰鑫大厦一楼

电话：0773-7990369

临桂分院：临桂区金水湾机场路（交警大队路口处）

电话：0773-6925068

何秀兰 文/摄

把温暖送到瑶乡群众心坎 市中西医结合医院开展 “送温暖送健康下乡服务活动”



1月9日，桂林市中西医结合医院组织医务人员到灵川县大境瑶族乡开展“年末岁尾送温暖送健康下乡服务活动”，以实际行动贯彻十九大精神，支援瑶乡农村卫生建设。此次活动，把温暖送到了瑶乡群众的心坎，受到了农民群众及当地政府的好评。

当天正值圩日，该院组织了内科、外科、骨伤科、针灸科等医务人员冒着严寒，在圩场为农民群众进行义诊。活动现场，专家们热情为群众进行诊疗服务，耐心解答与疾病健康有关的各种问题，受到农民朋友的欢迎。

另一方面，大境瑶族乡卫生院是市中西医结合医院对口帮扶基层医院，此次活动，市中西医结合医院组织了院里骨科副主任医师徐峰、针灸科医生毛曦晔分别为乡卫生院医务人员及村卫生室村医讲授针灸、骨伤中医适宜技术，帮助基层医务人员提升业务水平。

据了解，2017年，桂林市中西医结合医院骨科在大境瑶族乡卫生院建立了重点专科基层工作站，下拨专项经费10多万元，制订了帮扶方案，在硬件设施完善、环境改造、业务技术培训等方面定期开展帮扶工作，帮助该乡卫生院搞好专科内涵建设，提升服务能力。

陈延明 秦远军

健康 养生

多吃西红柿或助修复 吸烟造成的肺损伤

美国约翰斯·霍普金斯—布隆伯格公共卫生学院发布一项研究，显示平时多吃西红柿、苹果等蔬果有助延缓肺功能衰退，甚至可以修复吸烟造成的肺部损伤。

研究小组2002年评估650余名志愿者的饮食情况和肺功能，10年后再次检测他们的肺功能。综合考虑志愿者性别、年龄、身高、衡量肥胖程度的身体质量指数、社会经济状况、运动习惯和热量总摄入量等因素，研究人员发现，日均食用超过2个西红柿或者超过3份水果的志愿者，肺功能衰退程度低于那些日均食用西红柿不足1个或者水果少于1份的志愿者。1份水果相当于1个中型水果，如苹果、橙子，或者2个小型水果，如猕猴桃。

在那些戒烟的志愿者中，饮食与肺功能的关联更明显。研究人员认为，西红柿、苹果之类蔬果中可能含有某些成分，有助修复吸烟造成的肺部损伤。肺功能差与多种疾病的死亡风险存在关联，包括慢性阻塞性肺病、心脏病和肺癌等。

研究人员还注意到，只有新鲜蔬果有这一保护作用，含有水果蔬菜的加工食品则没有。

研究人员在由最新一期《欧洲呼吸学杂志》刊载的报告中写道，人的肺功能大约30岁开始衰退，衰退速度因人而异。这项研究显示，日常多吃蔬菜水果有助延缓年龄增长带来的衰退，甚至有助修复吸烟造成的损伤。

黄敏

市二医院引进椎间孔镜技术 让腰椎间盘突出症患者轻松解除痛苦

家住八里街的黄女士近两年出现腰痛，近期突然加剧，整天被疼痛折磨得苦不堪言，只能躺在床上休息。近日，桂林市第二人民医院骨科医师为其及时实施了椎间孔镜下腰椎间盘突出切除术，让她恢复健康，重新回归正常生活。

据黄女士介绍，近两年来，只要干一些重活，黄女士都会出现腰痛，反反复复，但吃一些药后，疼痛有缓解。3个月前，黄女士突然感到腰痛并且伴有左下肢疼痛，起初也没有太在意，依然是去附近诊所进行一些简单理疗，可没过几天，疼痛加重，不但不能行走，就连站都站不起来，持续的疼痛让黄女士彻夜睡不着觉，服用止痛药和安眠药也没有效果。家人于是将黄女士送到桂林市第二人民医院就诊。该院骨科医师为黄女士进行了仔细的检查，黄女士腰3/4、4/5椎间盘突出，诊断为腰椎间盘突出症。由于椎间盘突出，严重压迫神经根，如果不及时治疗，不但黄女士疼痛的症状无法缓解，并可能引起瘫

疾。鉴于这种情况，市二医院骨科决定采用微创的椎间孔镜下腰椎间盘突出术对黄女士进行治疗。

手术过程中，医师首先在黄女士的患侧切开一个8毫米的微小切口，利用扩张器逐级扩孔，建立工作通道，然后置入工作套管，最后将光源置于工作套管内，于可视下用髓核钳摘除了突出物，给神经根减压，手术非常成功。术后第二天，黄女士就可以下床行走，这让黄女士全家惊喜不已。

据了解，近年来，市第二人民医院骨科积极开展微创手术治疗，尽量减少患者的创伤，及早康复，该科先后开展膝关节镜手术、经皮穿刺椎弓根内固定和椎体成形术、椎间孔镜下腰椎间盘突出切除术等多项微创技术。椎间孔镜下腰椎间盘突出切除术对肌肉、筋膜等损伤小，不影响脊柱稳定性，术后见效迅速，恢复快，成为越来越多腰椎间盘突出症患者的理想手术疗法。

陈延明 唐清