

减少加班真能提高员工生育率？

新快报讯 近日，日本一公司禁止加班后员工生育率翻倍的消息冲上热搜，引起广大网友热议。有专家建议中国应该参考。

有专家指出，不孕不育人数日益增多与工作繁忙紧张、长期熬夜有很大关系，长期熬夜会导致精子、卵子发育不良或内分泌失调；晚婚晚育也是一个原因。减少加班、熬夜有助于降低不孕不育人数，提高生育率。

据Mob研究院数据显示：我国有超过5亿人习惯在24时之后入睡，这部分人群占中国人口的35.8%，且95后人群熬夜占比最多。而熬夜的原因主要有加班、玩手机、工作学习压力过大导致睡眠障碍等。

专家指出，从影响生育的因素来看，最重要的就是生物因素，健康是成功怀孕的前提。如果精子卵子质量不好，或患有生殖器官疾病，就会严重影响生育率或胎儿质量。长时间加班对人体健康也有害，减少加班从一定程度上有助于人体健康。

从员工角度来看，公司不加班可以有效改善员工工作生活的平衡，提高生活质量。加班更是导致家庭矛盾

和夫妻关系紧张的主要原因之一，减少加班有利于降低员工压力，有利于身心健康，这在一定程度上有助于提高生育率。

广州仁爱天河医院生殖健康与不孕不育科主任王丽君表示，熬夜不会直接导致不孕不育，但经常熬夜会降低怀孕的几率，间接导致不孕不育。

但现代年轻人沉迷熬夜，且越来越多人选择晚婚晚育，想要提高生育率，除了减少加班、少熬夜外，最重要的还是要保护好生育能力。

如果女性有经常熬夜的习惯，容易使自身内分泌紊乱，影响卵巢的内分泌功能，使卵巢无法正常排卵，还可能会使卵子质量降低，对女性的孕育功能产生影响。而男性经常熬夜，长期睡眠不足，会造成机体性激素分泌及激素水平出现紊乱，对精子质量产生影响，可能会导致精子生成障碍、精子活性降低，从而引起不育。王丽君建议年轻人不要熬夜，保证充足的睡眠，注意减压，定期做好生育力评估，保护好生育能力，发现问题及早干预。

(文/新快报记者 梁瑜)

脑梗死、肺炎、呼吸衰竭患者一个月实现“新生”

据悉，半年前，85岁的叶爷爷(化名)在家中行走时，因双脚乏力不慎跌倒在地，因没有感觉到胸闷、不适等症状，没有前往医院做特殊处理，于是开始了长期卧床休养。后来出现了痰多，难以咳出，呼吸急促症状，一直得不到缓解，紧接着又出现了发热、发烧，最高体温达到了38.9℃，意识模糊。家人们赶忙将叶爷爷送往医院检查，经朋友介绍选择来到广州仁爱天河医院就诊，经过相关检查诊断为：脑梗死、重症肺炎，针对病因，给予抗感染、化痰等对症治疗，但未见有明显的好转，次日，病情加重出现了呼吸衰竭，转到ICU紧急治疗，行气管插管接呼吸机辅助呼吸，患者症状得到缓解，生命体征平稳。

考虑到叶爷爷长期卧床，有多年脑梗死、冠心病病史，加之此次合并重症新冠肺炎等诸多危险因素，蔡主任与患者家属详细说明可能存在的风险，沟通并确定针对性的治疗方案。同时，在重症医学科团队的高度配合下，密切关注患者生命体征变化，以及感染指标、心肾功能、尿量等注意事项，经过一个月的治疗后，叶爷爷病情得到好转，拔除了气管插管，神志清楚，病情平稳后出院。

(文/网络 杨树珍)

76岁老人髋部骨折 康复治疗助其重新行走



据了解，苏阿姨(化名，下同)76岁，有十余年高血压病史，六年多高尿酸血症，患有脑梗死后遗症八年，只能依靠拐杖步行。前段时间在家中不慎摔倒，屁股右边重重着地，附近关节疼痛，1个月都不能下床活动，后在家人陪同下前往医院就诊，诊断为右股骨粗隆间骨折，于今年5月中旬在外院行相关固定术。

为得到进一步的康复，早日下床活动，降低长期卧床导致其他并发症的风险，提高生活质量，经朋友介绍，6月31日来到广州仁爱天河医院进行术后康复治疗。

对苏阿姨的情况进行综合评估后，王健主任为其制定了一套针对性的康复治疗方案。

期间主要进行了直腿抬高训练、屈髋屈膝训练、伸膝训练、站位平衡、本体感觉训练、患者患侧单侧支撑、非患侧往前后迈步以及步行训练等，提高患肢平衡性，循序渐进地训练，矫正步态。

经过20多天的康复治疗，苏阿姨的情况有了很大的改善，坐位平衡从2级提升到3级，可独立站立，扶着横栏行走，独立扶拐行走。

(文/网络 杨树珍)

仁爱之路

主办:广州仁爱天河医院 主编:刘耿浩 副主编:苏子文、周涛 编辑:段国龙、江峰、刘倩 美编:滕聪、陈利瑞

妇联携手我院开展异地务工女性两癌公益筛查活动



7月21日，市妇联携手广州仁爱天河医院远赴佛山高明开展异地务工女性免费两癌筛查活动，为广大女性朋友提供了一次重要的健康检查机会。该活动得到了广大女性朋友的积极响应，吸引了300余名女性前来参与。

广州仁爱天河医院一直以来都致力于为女性朋友提供全面的健康服务，此次联合市妇联开展女性两癌筛查活动，是为了进一步关注女性健康，并及时发现和筛查乳腺癌、宫颈癌等常见妇科疾病。通过早期筛查，可以提高发现疾病的准确性和早期治疗的机会，保障女性的身体健康。

体检团队负责人表示：“女性两癌筛查是非常重要的一项健康检查，我们希望通过此次活动，让更多的女性朋友认识到预防和早期诊治的重要性，并尽早采取相应的措施，保护自己的身体健康。”

现场我们通过TCT检查、乳腺彩超、乳腺触诊、白带常规检查、血常规检查、妇科检查等现代化筛查方法，对参与者进行了全面的检测和健康问卷调查，筛查结果将会及时反馈给受检女性。医生们还耐心地针对大家提出的疑问进行解答，并在日常饮食、生活习惯等方面给出了专业指导。



2023年7月 第07期 总第28期

蔡文谛主任受邀参加第三期《慢重症规范化诊治》学习班

8月5日由广东省老年保健协会、广东省医学会老年医学分会“老年重症学组”、佛山市中西医结合协会重症医学分会“老年重症”学组、国家老年疾病临床医学研究中心(解放军总医院)广东分中心主办；南部战区总医院MICU、广州慈惠医院承办的“2023年第三期慢重症规范化诊治学习班”顺利召开，广州仁爱天河医院重症医学科主任蔡文谛受邀出席了此次会议。

此次会议齐聚了华南地区众多重症、慢重症医学领域的专家、教授。

学术会期间，各专家大咖进行了精彩的专题学术分享，聚焦慢重症管理规范化诊治，对临床管理与实践、常见临床问题与干预、呼吸支持管理与撤离、意识障碍与促醒等专题进行学术交流研讨，助力国内慢重症管理和诊治向前更进一步。



医院地址:广州市天河路108号 咨询电话:020-22229999 官方网站:www.gzra.cn

那个53岁才来割包皮的男人后来怎么样了?还好吧?



53岁的汤先生是一名司机,日常工作中长时间坐着,由于忙碌忽略了个人卫生的重要性。近期,他开始出现龟头发红、肿胀、瘙痒的症状。同时,尿尿时他感觉有灼烧感,特别是在尿道口处。此外,他发现包皮里面出现了好多包皮垢,有时候还能闻到一股腥臭味。

他带着这份疑问来到了广州仁爱天河医院,由泌尿男科医生接诊看诊,发现患者的阴茎头和尿道口有明显的红肿和斑块,而且也积聚了很多包皮垢,经综合检查后诊断为由包皮过长引起的包皮龟头炎。

为尽快改善这个的状况,汤先生决定听从医生的建议选择了可视化包皮环切手术,这样不仅能解决包皮过长引起的炎症,还能提高性生活质量,以及避免重复感染。包皮手术作为一个简单的日间手术,手术时间短,恢复期也相对较快;汤先生当天手术完,当天就已经出院了。

(文/网络 黄斌)

41岁,输卵管堵塞,盆腔黏连她如何做到3个月怀上?

今年41岁的何女士,曾因各种原因,有过三次人工流产史。结束了上一段感情后,38岁时遇到了现在的丈夫,相恋一年后两人步入了婚姻,遗憾的是还没有生育孩子,何女士决定尽快到医院查明不孕的原因。

当时的检查结果显示,何女士右侧输卵管近端堵塞、双侧输卵管轻度积水、盆腔黏连,看到这个结果可把何女士急坏了,毕竟年龄也不小了,她必须尽快治好。

经过慎重考虑,何女士夫妻决定寻找一家综合实力较强、技术较好的不孕不育专科医院进行治疗,通过朋友介绍及网络等渠道了解到广州仁爱天河医院在技术、效果、服务等口碑都不错,便预约前来看诊了。

到院后李松芝主任为其接诊,由于何女士属于高龄备孕,在了解了具体情况后,李主任根据检查结果与其身体情况,和何女士充分沟通后,给出了一套详细的治疗方案。了解好手术相关事项后,何女士开始进行治疗。

微创手术后,同时对何女士的孕育微环境进行调理,再给予备孕指导。7月份收到了何女士的好孕消息,恭喜何女士成功圆梦!

(文/网络 杨树珍)

肚子越来越大,原来是子宫肌瘤长到了西瓜那样大!

39岁的梁女士(化名)近两年发现自己的小腹愈发膨大,便总是感叹年纪大了新陈代谢慢,小肚子发福怎么也减不下去。

饱受病痛折磨的梁女士到家附近的广州仁爱天河医院检查,经妇科张艳霞检查,发现梁女士腹部明显隆起,如孕足月,B超提示盆腔里有个巨大的包块,约12CM,有如西瓜大小。诊断:多发性子宫肌瘤,建议手术治疗,妇科张艳霞主任立即将患者安排入院。

针对梁女士的病情,妇科微创手术团队与妇科、麻醉科、影像室等多学科会诊,评估手术及麻醉风险,预判术中可能出现的各种困难和意外,对术前、术中、术后的风险做好充分的应对准备,在多学科的讨论下制定了严谨的手术方案,根据梁女士的诉求决定为她实施腹腔镜下肌瘤剥除术。完善相关检查,评估身体情况后安排手术,当天术中发现巨大子宫肌瘤,最大一个直径约12CM。经过耐心细致的手术,妇科微创手术团队成功将肌瘤完全剔除。术后病理提示:良性子宫肌瘤。

手术完成后,梁女士安返病房,由于状若“西瓜”的肌瘤被切除,腹部的压迫感减轻,梁女士顿时感觉身体轻松不少。术后梁女士恢复良好,无手术并发症发生,第3天顺利出院。

(文/网络 郑琪敏)

年轻女子查出“巨大卵巢囊肿”微创腹腔镜助其成功脱险!

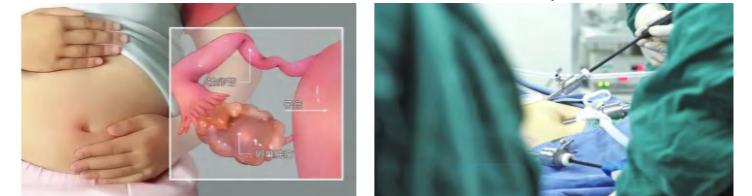
今年刚毕业的小颖(化名),因为入职,就在当地医院做入职体检。通过超声发现,左侧卵巢里面有一个足球大小的囊肿,小颖在家人的陪伴下,慕名找到广州仁爱天河医院妇科段孝勤主任。

接诊后,多项检查确诊小颖的病情,建议她剥除卵巢囊肿,以免发生扭转、破裂等严重后果,考虑到小颖尚未婚育,建议她通过腹腔镜手术治疗。

手术当天,术中腹腔镜下可见,患者腹腔内左侧卵巢有一巨大囊肿,直径约12厘米。

手术有条不紊进行,历经一个多小时成功剥除了囊肿。术后小颖恢复的很快,三天后就康复出院了。手术既解除了疾病,又最大程度保护了卵巢的生理和生育功能,患者及家属都非常满意。

(文/网络 郑琪敏)



院感办对本届全体实习生进行院感防控岗前培训!



为进一步加强实习生管理,增强实习生的院感防控意识,提高防控能力,更好地服务患者,近期,院感办组织本届全体实习人员进行院感防控岗前培训。

此次培训,内容主要围绕院感的相关概念、院感防控的意义、医疗废物分类、标准预防的要求及院感暴发等相关知识为主题,系统阐述了做好院感工作的重要性,并针对工作期间的手部卫生、医疗废弃物处置、个人防护规范、职业暴露等方面进行了重点讲解,同时特别强调院感防控靠大家,人人都是院感的实践者,人人都是院感的督导员。通过此次培训,实习生们掌握了一定的预防医院感染的知识和技能,提升了防控感染意识,为控制医院感染打下良好基础。

培训结束后,院感办对参加培训的人员进行了现场考核,检测了培训成果,加深了大家对所学知识的理解和掌握,达到了预期培训效果。后续院感办还会深入临床,继续跟踪实习生们在临床工作中院感防控措施的落实情况。

(文/网络 杨树珍)

医术精湛,患者感激送锦旗

【暖心故事1】近日,患者成阿姨(化名,下同)与家属一起将一面写有“妙手神刀除病痛,精心护理暖人心”的锦旗送给医护人员,感谢脑外科曾庆彩主任精湛的医术和全体医护人员无微不至的照顾。成阿姨说:“非常感谢广州仁爱医院脑外科全体医护人员,感谢你们像对待家人一样对待我,真的很温暖”。

【暖心故事2】近期,外科住院部患者胡生(化名),在我院进行肛瘘手术术后护理,经过10多天的细心护理,目前已顺利出院。出院前为感谢在住院期间外科全体医护人员给予他的悉心照顾,特赠写有“无微不至的照顾让我找回初恋般的感觉”的锦旗,以表感谢。外科全体医护人员表示会更加努力,让每一个患者在仁爱体会到关怀与温暖。

(文/网络 杨树珍)



锦旗、感谢信,见证浓浓医患情



【暖心故事1】近日,患者魏爷爷(化名,下同)家属将一面印有“医德高尚医术精,护理周到暖人心”字样的锦旗送到了重症医学科科室,以表达对沈主任、蔡主任及全体医务人员工作的认可和肯定。

据了解,魏爷爷今年80岁了,患脑梗死8年,遗留左侧肢体乏力,今年初在外院诊断为“格林-巴利综合症、肺炎”,反复呼吸困难,难以脱机,经过对症治疗病情好转后出院,上个月9号因出现痰多,伴有发热、高体温,为后续治疗,以“重症肺炎”收入我院重症医学科。

入院时魏爷爷意识不清,便携式呼吸机辅助呼吸平车入院,骶尾部压疮。经过我院重症医学科对症治疗后,目前压疮情况比入院时明显好转,压疮创面缩小,肺部感染基本得到控制。治疗效果及医护人员的服务获患者家属点赞!

【暖心故事2】前段时间,重症医学科收到了一份特殊的礼物,患者何女士(化名)家属送来了一面写着“天使爱心 杏苑仁心”的锦旗和一封感谢信,字里行间,饱含真情,洋溢着对沈妙霞主任、蔡文谛主任及内一科所有医务人员的真诚感谢,感谢医护工作者专业的诊治、精心的护理,表达了对医护团队工作的认可。

(文/网络 杨树珍)

拒收红包,彰显医德暖人心



72岁的李奶奶(化姓)因患有乳腺癌6年多,近半年来腰背部疼痛愈发明显,连翻身、起床都困难,家属赶忙带老人到广州仁爱天河医院骨科就诊。经过相关检查发现,患者因乳腺肿瘤转移侵袭了椎体,导致腰椎病理性骨折。同时,李奶奶还患有骨质疏松。

骨科专家周瑞明主任团队为李奶奶量身定制了治疗方案,术后,李奶奶疼痛症状消失,还能下床走路。

患者及家属对周主任的医术和医护人员的精心护理非常满意,为表谢意,将500元红包塞给周主任,周主任拒收了红包,表示心意领了,并将红包代交为住院押金。周主任说:“作为医生,治病救人是我们的本职,这都是我们该做的,能得到你们的信任与理解就是最大的‘红包’!”

(文/网络 杨树珍)