

关注健康热点，传递养生观念，聚焦疾病防治

热线 86901890



## 温岭现有百岁老人110位 多年来蝉联台州首位

本报记者 朱丹君

正所谓：家有一老，如有一宝。百岁老人对于一个家庭来说更是无价之宝。据台州发布官方微信，截至2019年年底，台州共有百岁老人429人，全省排名第三，其中温岭有103位百岁老人，居台州市之首。

### 温岭最年长的老人在太平街道

这几年，我市百岁老人数量一直居台州市首位。老龄工作服务中心工作人员表示，全市有103位百岁老人，这是2019年年底统计出来的，比上年同期减少11人。按性别分，男性23人，占总数的22.33%；女性80人，占总数的77.67%。

随后，记者从市公安局了解到，我市现有百岁老人110位，其中最年长者是太平街道南泉社区的张桂香老人，现年109岁。

几年前，本报曾经推出走访百岁老人的栏目。从采访来看，百岁老人大多比较佛系，性格随和、脾气好，与家人之间的关系也很和睦。

另外，绝大多数百岁老人胃口好，饮食均衡，不偏食、不挑食。日常作息规律，早睡早起。有的百岁老人还坚持每日种菜、种花等，能够照顾自己的日常饮食起居。

### 4.6万余名老人可享受高龄补贴

温岭是老龄化程度较高的城市。截至2019年年末，全市60岁及以上老年人口277980人，占总人口的22.75%，比上年同期增加6869人，同比增长2.53%。

面对新形势，我市以打造城市十分钟、农村二十分钟养老服务圈为目标，结合老年群体分布密度及养老需求，重新编制养老服务机构专项规划。

记者从市民政局了解到，目前全市共有各类养老机构、老年病专科医院、护理院等54家，其中公办机构16家、养老床位数2407张，民办机构38家、养老床位数7960张，村级老年公寓47家、床位2600张。全市16个镇（街道）皆已建立区域中央食堂，助餐覆盖290个村（社区）。

80周岁以上的老年人，可享受高龄补贴，根据年龄梯度每月可享受30~800元。市民政局工作人员表示，我市还积极出台养老一件事工作方案，将老年优待证办理、高龄补贴、养老服务补贴等8个项目实现一站式连办、一体化服务，老年优待证无感知办理已惠及老人2.5万余人，高龄补贴惠及4.6万余人。

截至2019年年末

全市60岁及以上老年人口

277980人

占总人口的

22.75%

比上年同期增加

6869人

同比增长

2.53%

截至2019年年底

台州市共有百岁老人

429人

我市有

103位百岁老人

男性

23人

22.33%

女性

80人

77.67%

公办机构

16家

养老床位

2407张

民办机构

38家

养老床位

7960张

村级老年公寓

47家

床位

2600张

各类养老机构  
老年病专科医院  
护理院等

54家

### 市中医院与市四中 喜结良缘

## 优势互补，开启医教深度合作新篇章

本报讯（记者朱丹君 通讯员伍志刚）10月15日下午，市中医院与市第四中学举行医教战略合作签约仪式，开启温岭市教育系统与医疗系统深度合作的新篇章。

医生和教师，都是太阳底下最光辉的职业。这样的交流，寓意深远；这样的合作，情意绵长；这样的互动，温暖友爱。市第四中

学校校长葛文辉如是说。后期，学校与市中医院将通过管理交流、资源共享、医教融合、活动共育等众多方式，实现优势互补、协同发展的目标。

市中医院院长徐道缙介绍，继7月在温岭中学设立杏林护航追梦奖，奖励高考成绩优秀的学子后，该院再次与温岭市第四中学开展医教战略签约，这是一件非常具有

深远意义的事情，将会为双方形成创新、开放、共赢的局面。徐道缙认为。开展此次合作，双方有着广泛而坚实的合作基础，有着相似的发展理念。希望通过合作，让医院职工、学校师生有更多的获得感和幸福感。

随后，在现场领导和师生的见证下，徐道缙和葛文辉代表双方单位签署医教战略合作协议。

合作期间，双方将发挥各自优势，通过定期举办医务工作者和青年教师的联谊会、医校管理经验交流会、健康大讲堂进校园、提供医疗实践岗位等活动，相互交流医院文化和校园文化建设成果，保障师生心理健康。温岭市第四中学老师还将定期为医护人员讲授家庭教育和亲子沟通的方法，给予医务人员及子女更多的关爱。

百佳医生·市一院

市一院急救中心副主任曹烈祥副主任医师：

## 奔跑在抢救生命的第一线



本报记者 朱丹君  
实习生 林毅涵/文  
通讯员 林桢然/图

曹烈祥拥有众多头衔：市一院急救中心副主任、看守所拘留所门诊部负责人、应急机动队队长。

每一个头衔，都代表一份沉重的责任。从医17年，他坚守在最苦

最累的急救岗位，常年奔跑在抢救生命的第一线。

对待工作，曹烈祥认真负责，每次抢救总是冲在最前头，科室抢救成功率在90%以上。在曹烈祥和同事们的努力下，无数濒临死亡的患者重获新生。

### 随时做好抢救患者的准备

2003年，曹烈祥从浙江大学毕业，进入市一院急诊科工作。在曹烈祥的眼里，急诊科最大的特点就是急。

急诊科收治的患者，除了病情重之外，还有病因不明、病情变化快等特点。有些患者刚送到急诊科时，可能身体各项指标都还行，但没准病情就突然恶化了。曹烈祥说，这对医生的分诊能力是一场考验，需要快速判断，组织抢救，为患者的下一步治疗创造条件。

曹烈祥曾经遇到过一名患者，入院时神志清醒，只是有些胸闷、手麻。很快，这名患者出现了发热、抽搐等症状，并陷入了昏迷。患者不知道自己的病因，家属也提

供不了有关的信息。危急之下，医生立即开展气管插管等一系列治疗，让患者的病情先稳定下来。在后续检查中，发现患者是因为长期吃减肥药，导致体内电解质紊乱而引发的疾病。对症下药后，患者很快就恢复了健康。

意外什么时候来是不可预见的。在急诊科待久了，曹烈祥对此深有体会。

曹烈祥既是急救中心副主任，还担任了医院应急机动队队长一职，这种一有命令随叫随到的状态早已成了他的工作常态。为此，他洗澡时都不敢让手机离身，24小时保持开机状态，随时做好应对突发情况或抢救病人的准备。

### 努力了才能问心无愧

长期奔跑在抢救病人的第一线，曹烈祥几乎每天都要直面生死。对任何一位患者，我们都会努力医治，努力了才能问心无愧。看到患者在自己的救治下转危为安，曹烈祥打心眼里感到欣慰。

不过，曹烈祥也承认，人的生死是由疾病而不是由医生来决定

的。很多时候，我们已经尽了最大的努力，但患者的病情太重了，或者已经错过了最佳的抢救时机。为此，曹烈祥也会很沮丧。但是，他绝不会放任自己沉浸在这样的情绪中太久，因为他知道自己必须保持对生命的激情，还有下一个患者等着他去抢救。

为了减轻患者的经济负担，曹烈祥总是精打细算，选用经济适用的药物，尽可能地缩短患者的住院时间。生命都是平等的。曹烈祥总是对家庭困难的患者多给予一些关注、多给予一些温暖。听到患者感激的话语，他总是笑着说：这是一名医务工作者应该做的。

在临床工作中，曹烈祥还不忘提高自己的技术，积极学习，并配合科主任、领导科室人员开展多项临床技术，使急诊科多项技术都达到了三甲标准。在临床工作之余，曹烈祥还发表了多篇论文。

作为看守所及拘留所门诊部负责人，曹烈祥积极参与两所医师带教、培训以及各种应急演练，规范了各种规章制度，完善了各种抢救流程。在巡诊中，他多次及时发现各种危重患者，为看守所和拘留所排除了风险。

## @白内障患者，注意这些陷阱 不要因惧怕而拖延

本报记者 朱丹君 通讯员 张灵峰

白内障是一种常发于老年人的眼科疾病，多见于50岁以上人群，且发病率随着年龄的增长而增加，严重影响中老年人的生活质量，是不折不扣的视力杀手。当前，我国人口老龄化程度不断加深，白内障患病群体也日渐庞大。

台州骨伤医院眼科主任汤磊提醒，如果白内障患者需要手术治疗，不要因惧怕而拖延，以防错过最佳手术时间。另外，不少市民对白内障手术缺乏了解，认识上存在多个误区。

今天，我们请专家来解读白内障的许多误区。

### 误区1 :白内障要 长熟 了才能做

汤磊表示：几十年前，白内障手术要等到眼睛完全看不见了才能做。随着技术的进步，现在只要视力影响到日常生活，就可以考虑手术。经检查，如果裸眼视力0.5以下，符合手术适应症的白内障患者就可以接受手术。如果到晚期再做手术，反而会增加手术的难度。

### 误区2 :人工晶体使用寿命有限

汤磊表示，人工晶体材质比较稳定，植入人眼后没有毒性、相容性好，不存在损坏或需要更换的情况。

另外，还有患者认为，人工晶体只要是贵的就一定是好的，进口的一定比国产的好，多焦点的一定比单焦点的好。其实不是的。汤磊说，在选择人工晶体时，首先需要进行眼部检查，根据眼睛情况进行个性化的选择。当然，也不是越便宜越好，选择一枚舒适度数、品质优良的人工晶体，对术后的效果起着决定性的作用。

### 误区3 :白内障术后会复发

汤磊表示，白内障手术，需要保留晶状体的后囊膜，用来支撑人工晶体。时间久了，一部分人的后囊膜会混浊，越年轻越容易发生，80岁以上基本不发生。混浊后视力会下降，需要到门诊打一次激光，视力就会恢复到以前的水平。

### 误区4 :年龄大就没必要做手术了

很多病人和家属担心年纪过大做白内障手术很危险，甚至因此放弃治疗，这是一种误解。汤磊表示，目前白内障手术耗时短，术中无明显疼痛，在进行手术前会做全身和局部检查以排除手术禁忌症，手术是安全的。

汤磊提醒，随着发病时间延长，晶状体过度老化，还会产生青光眼，有些人在白内障早期，病情突然加速并继发青光眼，由于起病很急，一夜之间就可以造成失明，此时再想做白内障手术，已经很难挽回丧失的视功能。因此，白内障手术是否能做要全面评估，不要单纯从年龄上判断。

### 误区5 :不做手术 眼药水能治愈白内障

对于市场上一些宣称能够治愈白内障的眼药水，专家提示，目前没有一种有效的药物可以治疗白内障，患者切不可相信虚假广告宣传，否则不仅不能改善病情，还可能耽误治疗。

### 误区6 :得了糖尿病、高血压 ,不能做白内障手术

只要患者的血压、血糖等控制稳定，满足手术的标准，都能进行白内障手术。汤磊认为，得了糖尿病、高血压等慢性病，应尽早到正规医院眼科就诊，一旦出现眼部并发症可以早期治疗，避免严重的后果。对于患糖尿病、高血压甚至肾衰竭的白内障患者，医生在术前评估时，既要考虑眼局部情况，也要顾及患者的全身状况，必要时当请多学科专家开展会诊，共同为手术保驾护航。

## 注意！ 柚子不可与这些药同吃

本报讯（记者朱丹君）眼下正是柚子上市的时节，味美汁多的柚子很多人都爱吃。近日，网络上流传着一个说法：柚子不能与降压药同服。真相究竟如何呢？

市一院心内科王医生介绍，因为柚子中有味喃香豆素、柚皮素、佛手柑素等活性成分，它能催化药物进入血液，加强药效。这种催化作用对人体是不利的，可能会导致血压急剧下降，出现头晕恶心的症状。研究发现，高血压患者如果用一杯柚子汁吞服一片降压药，相当于用一杯水吞服了许多片降压药，结果可想而知。

除了降压药外，柚子还不可与他汀类降脂药、避孕药、抗过敏药、安眠药、免疫抑制剂（如环孢菌素和他克莫司）等一起服用。特别是降胆固醇类的药物，和柚子一同吃下去，严重的会导致肌肉萎缩。

对此，王医生建议，在服用降压药期间，最好不要食用柚子或者饮用柚汁。如果非要食用，应该在食用柚子后的12小时后再服用相应的降压药。

在日常生活中，大家还喜欢吃一种水果，那就是西柚。需要注意的是，西柚比柚子的作用更强，在服药期间尤其要注意。研究发现，有85种药物不可以和西柚汁同时服用，而这些药物大多数是常用药，比如降胆固醇药、抗生素等。不得不说的是，在这85种药物与西柚汁发生反应中，竟有42种药物会导致严重的药物副作用，比如猝死、急性肾衰竭等。

总而言之，吃药不要吃柚子，吃柚子不要吃药。如果两者都要吃，那就注意好间隔时间。