从你出生的第一天，我们就开始关注你

“重庆十佳产科医生”推荐报名时间过半 品牌赞助商火热征集中

孕育生命，与爱同行。截至6月13日，第二届“重庆十佳产科医生”评选活动收到的产科医生与助产士推荐资料超过150份，宝妈们积极讲述医生故事的同时，也提到了很多与母婴美照、产后康复等相关行业产品的互动故事。好的产品，从宝宝出生的第一天，就开始持续关注。

据了解，重庆在册产科医生与助产士人群总计超过7000人，她们的一举一动背后，是上百万新生儿家属群体的高频关注。十年一轮的“重庆十佳产科医生”评选，已成为医院、医生、各种妈圈自媒体们近期的谈资与热点。为了更好地宣传这项评选活动，我们诚邀妇幼产业链上的企、事业单位与我们一起见证这场“产科盛宴”，全城征集品牌赞助商。 王宏伟

赞助形式

赞助级别为合作伙伴若干席、官方赞助商若干席。赞助方式为资金、物资、服务及其他支持。

主要赞助行业类别

1.车载儿童保护产品（座椅、坐垫等）
2.产后康复保健品
3.母婴用品
4.产孕设备供应商与服务提供商
5.幼教机构
6.月子中心
7.主打妇儿的保险理财产品

有意赞助十佳产科医生活动，请与活动组委会联系，咨询电话：18602356025（王老师）

重庆十佳产科医生评选奖项设置

重庆十佳产科医生	10名
重庆十佳新锐产科医生	10名
重庆十佳助产士	10名
重庆十佳产科团队（以科室进行报名）	10名

参评条件

1.重庆十佳产科医生

兼具高超的医术和优秀的品德，有感人事迹、良好口碑的优秀产科医生。重庆十佳产科医生要求副主任以上职称的妇产科专家；新锐产科医生年龄不能超过50周岁。

2.重庆十佳助产士

有感人事迹、良好口碑的病房一线助产士。

3.重庆十佳产科团队

①副主任以上医师领衔，团队有自己的技术特长；

②得到所在医院推荐；

“十佳产科医生”评选活动报名截止日为6月26日，了解更多报名信息，请扫描或识别二维码下载报名表格。

老人突发重疾险丧命

病因竟是“它”

6月11日，市民王婆婆的家人把一面写有“生死一线，急救尖兵”的锦旗送到了陆军军医大学急诊医学科。不久前，王婆婆因为乌头碱中毒，被紧急送往该院，在该科医护人员的共同努力下，把多次出现室颤、命悬一线的王婆婆从鬼门关拉了回来。

事实上，类似王婆婆这样的急性乌头碱中毒的患者还有很多。那么，这种叫乌头碱的有毒物质，到底是什么？对此，西南医院急诊医学科副主任医师邓朝霞副教授介绍，乌头碱是存在于川乌、草乌、附子等植物中的有毒成分。民间常用草乌、川乌等植物来泡制药酒，但口服纯乌头碱0.2mg可中毒，3-5mg就可致死，它们都具有致命的毒性。乌头碱急性中毒表现主要有神经系统、心血管系统、消化系统三大症候群。多数患者首发症状为口周及面部麻木，恶心呕吐、腹痛腹泻、心慌心悸等，严重者可出现昏迷、心律失常以及循环、呼吸衰竭，甚至死亡。

很多市民有喝中药治疗病疾的习惯，长期服用、年老体弱和肝肾功能不全者，更容易引起蓄积性中毒。邓朝霞提醒，在意识到自己可能是中毒后，应该第一时间就医，或者拨打120。在抵达医院前或者救护车接到患者之前，可以采取大量饮用清水、刺激咽喉部进行催吐的方式，尽可能将还未吸收的毒素催吐出来。就医时最好带上所食用的物品一同就医，方便医生进行判断。

邱豪根 苏迪 黄琪奥

控糖，先吃饭还是先喝汤？

饮食对于糖尿病患者来说至关重要，在这个问题上，糖友普遍比较关心能吃什么，不能吃什么，但却忽略了一个很重要的方面，那就是进食的顺序。到底什么样的进食顺序才能更好地控制血糖呢？广州医科大学附属市八医院内分泌代谢科主任、主任医师韩亚娟表示，糖友在选择合适食物的同时，也要注意进食顺序，控糖才能事半功倍，正确的进餐顺序应是喝汤-吃蔬菜-吃肉类-吃主食。

回想一下自己的进食顺序，很多人都是混合进食，一口饭一口菜混合吃，或者是先吃饭、吃肉，最后再吃青菜，饭后再来一碗汤。其实这些进餐顺序对于糖友来说都是不对的。韩亚娟表示，正确的进餐顺序是喝汤-吃蔬菜-吃肉类-吃主食。吃饭前，喝一小碗汤，增加饱腹感，减少主食的摄入量。这里说的汤，一定要清淡，少油少盐，不要喝浓稠的汤。有些人习惯用汤泡着米饭吃，这是不提倡的，这不仅会引起胃部负担，还会导致食物过快消化引起血糖飙升。不喜欢喝汤或高尿酸患者可以喝水代替。

喝汤后吃蔬菜，尽量吃绿叶蔬菜，蔬菜的热量比较低，吃得多也不会让血糖升得太快。加上青菜的纤维素多，会有饱腹感，可以很好地控制摄入量。吃青菜的时候可以搭配肉类，肉类的量控制在150~200克，肉类摄入不要过量，不然会增加总热量，不利于血糖控制。

最后吃主食，由于前面已经进食了蔬菜跟肉类，胃容量被占据了一大半，所以主食的量肯定会相应减少。主食方面，糖尿病患者尽量选择杂粮馒头、杂粮米饭等粗粮制品，粗粮在体内消化时间长，血糖升高速度慢，在控制血糖方面比吃精制大米、精制面粉制品好。

韩亚娟最后提醒，糖友还要注意进食的速度：宜慢，不能狼吞虎咽，把每餐进餐时间控制在15~30分钟，这个也是避免血糖快速上升的重要方法。 据广州日报

在脑部1厘米的空间精准切除“鹌鹑蛋”肿瘤

这台手术不简单

周围都是脑组织，背面还有大血管，在不到1厘米的颅内空间精准切除“鹌鹑蛋”大小的肿瘤，这种手术的难度可想而知。近日，重庆大学附属肿瘤医院神经肿瘤科杨海峰团队就进行了这样一台手术，每一个操作都堪比在刀尖上舞蹈，在医生精湛的技术加持下，手术获得圆满成功。

11岁的蓝蓝（化名）前段时间突然晕倒，经过当地医院检查，颅内有病变组织占位，大小2厘米左右，形状像一枚“鹌鹑蛋”。来到重庆大学附属肿瘤医院进一步诊断发现，该肿瘤处于左右大脑半球中间，周围钙化明显，初步判断为颅内表皮样囊肿。“这是一种较为罕见的先天性良性肿瘤，通常进展缓慢，可见于任何年龄。”神经肿瘤科博士唐荣华介绍称，该病可以通过手术完全治愈，且术后恢复普遍良好，但手术风险和难度极大。

为此，神经肿瘤科多次组织学科大讨论，制定了详细的手术方案和应急预案，由主任医师毛德强和主治医师唐荣华主刀。唐荣华介绍，术中采用超声导航和荧光引导精准定位肿瘤，沿纵裂进入深部精准找寻肿瘤，离断病变血供后精准完整切除肿瘤。手术耗时近3小时，术中几乎无出血，肿瘤周围脑组织保护良好。经过病理检测，确诊为表皮样囊肿伴钙化。

在医护人员的精心治疗和照护下，目前，蓝蓝已经康复出院。几天前，唐荣华与蓝蓝父母电话随访得知，蓝蓝没有任何不适状况，他将在3个月后复查。

通讯员 熊志翔

刊登 13018333716 15023163856
热线 023-65909440 微信同号

♦遗失渝北区人和万年路尚重健身服务部营业执照副本，统一社会信用代码92500000MA5YYG348B 声明作废
♦遗失重庆市南岸区金紫街186号3单元曙设电器开工程建设工程规划许可证图纸，证号：建字第500108202200078号，声明作废
♦遗失重庆市农村集体经济组织收据，编号NO：00009784401 声明作废
♦遗失邓万华、胡淑之子邓伟岩于2017年06月16日在重庆市东南医院出生的《出生医学证明》编号R500108452，声明作废。
♦遗失秀山县蜜芙蛋糕店食品经营许可证正本编号：JY15002410040324 声明作废
♦遗失开州区岔路口宾馆营业执照正本92500234MA5ULJDX27 声明作废
♦遗失杨建跃500228198903206568刷风露4127261998022624之子杨天语2015年8月17世纪凯出生证明2500157007 作废
♦遗失重庆奕炬燊秋电子商务有限公司企业公章5003847012289及法人名章王敬作废
♦遗失万州区灿荣荣国食经营需食品经营许可证正副本，许可证编号JY15001011068101 作废
♦遗失代伟陶验执业证000127500000000202000680 10作废
♦遗失力鑫食品经营许可证正本JY25002301017325作废
♦遗失声明：遗失刘鲜菊税务登记证正本，渝国税字510227198009164843号，声明作废
♦南岸区久香源餐饮店遗失2020.8.12核发食品经营许可证正本 编号JY25001080244788，声明作废
♦遗失永川区前端电脑经营部公章（编号：5003834056249）备案回执。声明作废
♦遗失重庆市行政事业单位资金往来结算票据，票据起止号码：001061851-001061900，1太，50份声明作废
♦遗失綦江区西湖水岸欢家乐食品经营许可证副本，许可证编号JY25001100108410 声明作废
♦遗失重庆好难吃餐饮馆公章一枚，编号5002237046459 声明作废
♦遗失赖丽雪业执照副本92500112MA5UHAHT98食品经营许可证副本JY25001120150216作废
♦遗失渝中区浩源肉类配送中心食品经营许可证副本JY15001030070643作废
♦遗失重庆市北碚区北温泉街道人民村加忘我商贸店法人代表与法定代表人变更登记申请书，渝北区工商分局受理通知书，渝北区工商分局受理通知书，渝北区工商分局受理通知