

市卫生系统

喜庆国际护士节



本报讯(记者陈丹丹)5月12日是第106个国际护士节,我市各大医院纷纷开展了丰富多彩的主题活动,倡导、继承和弘扬南丁格尔甘于奉献、救死扶伤的人道主义精神。白衣天使们通过技能评比、文艺演出等方式展现了“当代南丁格尔”的别样风采。

市中医院、市二院举办护士节表彰大会,对优秀护理人员进行表彰,以激励护理人员勤奋学习、开拓进取(见图①②③)。南阳医专一附院举办庆祝5·12国际护士节表彰暨“乘三甲之风砥砺前行”护士节联欢会(见图④)。南阳南石医院举行护士节脱帽换装仪式,用崭新的面貌迎接5·12国际护士节的到来(见图⑤)。市口腔医院举行新上岗护士授帽仪式暨优秀护士和岗位技术能手表彰大会(见图⑥⑦)。宛西制药张仲景医院举行拔罐竞赛、养生操比赛等中医护理技能评比迎接护士节的到来(见图⑧)。市骨科医院举办了最美护士事迹汇报、护理技能比赛、礼仪表演等庆祝活动,并为护理人员送去了节日庆祝蛋糕(见图⑨⑩)。市眼科医院举办护理知识竞赛和技能评比欢度护士节(见图⑪)。市精神病医院为新入职护士举行宣誓仪式,并举行优质服务成果PPT(幻灯片)大赛,展示各科室优质服务亮点、创新思想和对未来的展望,为大家送上了一份视觉和精神大餐(见图⑫)。卧龙医院举行欢度5·12护士节联欢会暨先进评比表彰大会(见图⑬)。



鲜橘皮不宜食用



近日,笔者在微信中看到,关于用鲜橘皮泡茶或泡酒说法。文中说橘皮中含有大量的维生素C和香精油,所以,将其洗净晒干与茶叶一样存放,一起冲饮或单独冲饮,能够起到提神、通气的作用,而且气味清香。橘皮具有理气化痰、健脾除湿、降低血压等功能,将其洗净晒干后,浸于白酒中,2~3周后即可饮用,能够清肺化痰,浸泡时间越长,酒味越佳。对此说法,笔者不能认同。

橘皮经过晾干干燥后才成为陈皮,橘皮陈得越久越好,一般应放置隔年后再用。陈皮作为一味理气、健胃、化痰的常用中药,用其泡茶饮,确实能清热化痰。用鲜橘皮冲泡茶就不同了,由于鲜橘皮中含有挥发油较多,容易刺激消化道,导致消化功能紊乱。新鲜橘皮刺激肠胃,还可能是因为橘皮表面附着有农药或保鲜剂,一般的水洗日晒可能并未将这些有害物质去除干净。因此,最好不要用鲜橘皮泡茶或泡酒,自己晒制陈皮时,还要注意表面长霉的橘皮也不要使用。(王荣)

重点疾病健康教育系列讲座(69)

南阳市健康教育所协办

不可大意的脑卒中

南阳医专一附院 邓倩

脑卒中又称中风或脑血管意外,是一组突然起病,以偏瘫失语等局灶性神经功能缺损为特征的急性脑血管疾病。其中以脑梗死最为常见。

脑卒中具有发病率高、致死率高、复发率高、死亡率高等特点。脑卒中的临床表现多样,可以表现为一侧口角歪斜、言语不清、单侧肢体的麻木、无力,部分病人

可出现眩晕、步态不稳、吞咽困难,饮水呛咳,严重的可以出现昏迷甚至死亡。还有部分病人仅仅影响到语言中枢,表现言语障碍,但没有肢体瘫痪的表现,也要考虑脑卒中。还有一些患者表现为突发的一生中从没有过的剧烈头痛,要警惕蛛网膜下腔出血的可能,要立即就医。

那么,如何快速识别脑卒中?请大家记住“120”三步法。其中“1”代表一看脸是否对称;“2”代表二查是否存在一侧手

臂无力;“0”代表聆(0)听讲话是否清晰。如果怀疑中风,可拨打急救电话120紧急送往医院救治。

时间就是大脑。对于急性脑梗死患者,如果在发病早期进行积极治疗,能很大程度上减少患者的后遗症风险,提高生活质量。对于脑梗死患者,早期溶栓可以取得显著疗效。但并不是所有患者都适合溶栓治疗,故需要在专科医生严格筛选及指导下才可进行治疗。对于不同的脑卒中,治疗上也有所不同,所以在卒中发病时家属须保持镇静,切忌乱用药物治疗,尤其是急性脑梗死的患者,不要随便应用降压药,应立即拨打“120”紧急送往正规医院进行救治。①②

在此,我们提醒骨科患者,骨科术后下肢骨折的康复一定要遵循“早练功、晚负重”的原则。股四头肌是大腿前侧的一块重要肌肉,伤后和术后如果长时间不活动很容易萎缩,而且一旦萎缩很难恢复,直接影响功能康复结果。因此,锻炼时应以等长收缩为主,当肌肉达到最大收缩时要保持几秒钟,然后放松再收缩,练到肌肉酸痛为止,才能收到良好效果。

在此,我们提醒骨科患者,骨科术后康复非常重要,而且康复手段很多,每种方法都有不同的适用范围,患者应在专业康复师或骨科医师的指导下进行全面的、系统的康复治疗。①⑤

引起胆红素高于正常。白蛋白也是一项肝功能的重要指标。白蛋白是血浆的重要成分,具有很多重要的生理功能。这一蛋白是由肝脏合成的。自然情况下,造成白蛋白升高的原因只有一种——脱水。造成这一情况的原因有合成不足,摄入太少(如营养不良)或丢失太多(如肾病综合征)。

如果检查报告有异常时,请不要慌张。因为有时肝功能异常可能与前一晚没有严格禁食、化验误差等因素有关,所以您要做的第一件事就是复查。如果复查结果仍然有问题,那么就应及时到医院接受正规的治疗了。①⑤

骨折愈合后为何功能丧失了

市骨科医院创伤一科 朱书朝 汪瑞东 罗良雨 靳峰

有不少骨折患者手术成功,很快愈合,但一活动,发现关节僵硬了,活动功能丧失了,这是为什么?答案是:术后康复训练不到位。

有经验的骨科医生在做手术后,很注意术后康复训练,因为康复训练是手术治疗的继续和最终目的。骨科手术,尤其是关节及周围骨折术后的康复,最重要的是关节活动度和肌力的训练。

早期关节活动度训练要以被动练功为主,康复训练中要注意维持关节当时最大的活动度,切忌小范围快节奏活动。

肌力训练以主动锻炼为主。对上肢损伤患者来说,除了手部和前臂肌腱损伤外,主动握力训练是最重要的。下肢的主要功能是负重,但在下肢骨折愈合前如果过度负重会造成固定物松动、折断,所以

高往往意味着肝细胞受到了损伤。这样的损伤可以是炎症造成的,也可以由酗酒、药物等引起。虽然,这两种酶在体内并不仅仅局限于肝脏,但是,当它们同时升高时,可能提示肝脏出问题了。

胆红素是引起黄疸的罪魁祸首。胆红素也分为两类,直接胆红素和间接胆红素,两种胆红素算在一起就是化验单里面的总胆红素。除了肝脏受损之外,红细胞破坏过多、直接胆红素排泄受阻等也可以

肝功能检查结果分析要看五项

市第六人民医院肝病科住院部主任 张玉琴

肝功能检查是体检中常见的检查项目,其主要职能就是监测肝脏有没有正常工作。其结果分析主要看五项:谷丙转氨酶(ALT)、谷草转氨酶(AST)、直接胆红素(也称为结合胆红素)、间接胆红素(也称为非结合胆红素)、白蛋白。

转氨酶分为两种,分别为谷丙转氨酶(ALT)和谷草转氨酶(AST)。这两个指标升

中华“健康快车” 白内障专家将到南阳 预约专家手术火热进行中

5月27日“中华健康快车”委派首都医科大学附属北京朝阳医院眼科专家陶勇教授,将到南阳市第九人民医院开展白内障超声乳化手术。请白内障朋友提前两天预约。

预约电话:63082747 63085606 18639828626
医院地址:南阳市百里奚路1169号(原南阳铁路医院)①⑤

脑炎、脑损伤后遗症 新疗法

读者宋女士问:一男孩脑炎后遗症已六年,不能走路、说话;另一亲戚脑手术后偏瘫、面瘫三年。他们用中药、针灸效果都不明显,有没有新方法?

本报记者就此问题采访了南阳医专中医针灸新疗法研究所、南阳针灸理疗中医院、新理线法的创始人、南阳市中医药学会康复(针推)专业委员会名誉主任委员、我省唯一的一位省管优秀针灸新疗法专家张文进。

张文进说,脑炎、脑梗、颅脑外伤、颅脑手术等均可能有后遗症,其后遗症主要有头痛、眩晕、健忘、失语、语言迟钝、精神异常、痴呆、肢体瘫痪或挛缩、耳鸣耳聋、癫痫等。对此后遗症,传统疗法疗效很差甚至无效。而用新理线法对上述疾病的治疗获得重大突破,疗效居国内外同类疗法领先水平,日本、新加坡、韩国等国及国内同行纷纷前来学习。那么,新理线法是一种什么疗法?

张文进介绍说,理线疗法是中医理论《针灸学》教材中的一种很科学的疗法,是在严格消毒后,将医用羊肠线植入针灸穴位,利用其持续刺激作用等治疗疾病;一次理线的作用可持续一至数月,等于针灸了上千次,对慢性病疗效很好;不需住院,半个小时左右操作完毕;若一次未愈,隔40至80天再做下次治疗;操作简便,无副作用;不留瘢痕。而张文进对上述理线法进行改进,采用相关药物浸泡羊肠线等,疗效比上述理线法更好些,称为新理线法。

据了解,张文进用新理线法治疗上述脑炎及脑损伤后遗症,一般三次左右即有好转或明显好转。另外,用新理线法治疗颈肩腰腿痛等病症、失眠、耳鸣耳聋、鼻炎、支气管炎、哮喘、肾痛、前列腺、肌肉萎缩、胃病、肠炎、结肠炎、多动症、酒精依赖、青春痘、面部色斑等,也能取得良好的效果。①⑤

寻医问药
电话:13937711210

食管肿瘤 挂贴疗法有奇效

读者张先生问:我患食管癌已经3年了,多次住院,吃药打针不少,放、化疗也做了,病情时好时坏。现在想问问,中医有什么好的方法治疗此病?

南阳市中医食管癌研究所所长张献朝答:你可以试试中医的“挂贴疗法”。该疗法是一种根据中医理论独创的疗法,其药物是采用名贵中药材遵古炮制,结合现代医学研制出的具有扶正固本、清热解毒、以毒攻毒、活血化瘀、软坚散结、化痰消痞、通利肠腑等作用的系列方剂。

临床根据类型辨证论治,对食管炎、食管癌、贲门癌、胃癌采用独特的“挂贴疗法”,将药物用蜂蜜调匀后放舌头上随口腔唾液慢慢咽下,进入食道后贴附在凹凸不平的瘤体表面,直接杀灭癌细胞,抑制瘤体再生,使瘤体软化、脱落、缩小或消失,改善进食,延长生命,提高生存质量。对早、中、晚期患者或不宜手术者,放疗、化疗患者及术后复发转移者,均可达到治疗目的,对滴水难进者一般用药7天左右即可缓解症状。同时,又能减轻放、化疗期间的毒副作用,杀灭术后残留的癌细胞,防止癌细胞扩散转移。通过临床观察,该疗法患者容易接受,无毒副作用,能提高患者自身免疫力。该疗法通过专家鉴定,荣获市科技成果奖。①⑤

医生信箱
电话:63313038 13838989687

编辑手记

现实生活中,有人对自己的身体十分重视,生病了即使是小病,也要做各种检查,吃药能治的非要输液不可;吃普通药能治的非要医生开好药、贵药不可;当一种治疗方法效果不好时还会中西药一起上,其结果是虽然治好了病,但花了不该花的钱,身体承受了过多的药物副作用,往往还“培养”了身体的耐药性,得不偿失。

现在生活条件好了,人们重视身体健康、有病积极治疗是对的,但过分重视,效果可能适得其反。医疗行业有个原则叫作“能吃药治的不打针,能打针治的不输液”,况且有的检查对身体还有损伤,药物的副作用也是不得不考虑的。

总之,人生病了要及时治疗,但要避免过度检查、过度治疗。①⑤

