

南阳小伙好样的

市中医院免费为受伤的抗洪救灾英雄治疗



全媒体记者 李贺 通讯员 鲜东

7月的洪水袭击了我省郑州、新乡等地，南阳市民自发组织民间义务救援队奔赴灾区参加抗洪救灾。其间，有的英雄受伤了但仍然坚持到抗洪结束。7月30日，南阳市中医院特意把回家的受伤救援队员接到医院，免费为这些抗洪救灾英雄治疗。

7月20日，河南郑州暴雨如注，这场涝灾造成人员伤亡、房屋淹没……

郑州灾情牵动着全国人民的心，更牵动着所有南阳人民的心。南阳市民牛闯当即发起号召，由40余人自发组织的南阳民间义务救援队成立，他们自己驾车，自己筹钱购买冲锋舟、快艇、发电机、照明设备，带上南阳爱心人士捐赠的灾区应急药品、夏凉被、凉席、食物、饮用水等物资迎着暴风雨逆行郑州。在郑州连续救援三天后，又转战辉县市、卫辉市持续救援。

他们的任务是帮助灾民转移，在郑州的救助过程中，志愿者们需要蹚过一米多深的水。即便是洪水退去后，一路都是很深的淤泥，最深处可达50厘米。由于淤泥太深，鞋子常常深陷泥中，志愿者们索性脱掉鞋子光脚帮助群众转移。协助转移的群众80岁以上的有20余人，最大的96岁，由于这些老人行动不便，志愿者们利用担架、独轮车甚至工地用的小推车来转移这些老人。在满是淤泥的地方，个人步行就已经相当困难，还要抬起担架，其艰难程度可想而知。

几天的泥里来水里去，加上在淤泥中光脚徒步，队员们的脚被扎伤、碰伤，而且因为长时间浸泡，伤口越来越严重，但他们丝毫没有退却，第二天依然穿着湿透了的作战靴奔赴抗洪一线。

在新乡市，志愿者们驾驶冲锋舟进入社区寻找被困群众。由于水深一米多，为了维持船的稳定，方便群众上船，他们都是在水里背着群众到冲锋舟上。在转移一名行动不便的老人时，背负群众的队员只能自己整个人浸在水里才能通过涉水通道，等他们从楼道出来的时候，已经憋得满脸通红，喝了好几口污水。有的队员一脚踩



市中医院医生为抗洪救灾英雄消炎。

到钉子上，也没有退缩。

在卫辉市，仅7月26日中午就往返新乡医学院第一附属医院28次，协助转移重症病人、老人、儿童90人次。据不完全统计，此次郑州和新乡抗洪抢险，南阳民间义务救援队共转移群众1200余人，为郑州和新乡两地抗洪作出了南阳志愿者的一份贡献。

从踏入灾区的那一刻起，他们始终不舍昼夜地投入到抗洪抢险一线，他们中的部分队员有的伤口被污水污染发炎，皮肤出现严重的红肿现象，有的湿疹严重等不适症状，但是，他们轻伤不下火线，一直坚持到任务完成，平安归来。他们是这个时代的英雄，是我们学习的榜样，他们是河南人的骄傲，他们是南阳人的骄傲，向英雄们致敬！

市中医院在得知英雄回家时第一时间联系他们，把生病的、受伤的志愿者分别安排在急诊科、皮肤科、创伤科，并安排最好的医生对他们进行免费治疗，直到康复。同时，号召医务人员向抗洪救灾的英雄们学习。②11



市中医院护士为抗洪救灾英雄做皮试。



市中医院护士为抗洪救灾英雄打破伤风针。

临床动态

市中医院王心东全国名老中医药专家传承工作室顺利通过国家中医药管理局验收

本报讯（全媒体记者李贺 通讯员鲜东）近日，根据《国家中医药管理局办公室公布2016年全国名老中医药专家传承工作室建设项目验收结果》（国中医药办人教函〔2021〕179号）文通知，南阳市中医院王心东全国名老中医药专家传承工作室顺利通过国家中医药管理局验收。

王心东全国名老中医药专家传承工作室建于2016年12月。在南阳市范围内遴选了11名中青年中医人员跟师学习，重点选择了心脑血管疾病、中风偏瘫、语言障碍和吞咽困难，各种顽固性头痛、难治性眩晕、中晚期高血压、假性球麻痹、脑动脉

硬化、脑血管狭窄、颈动脉斑块、脑供血不足、脑萎缩、脑梗呆症、顽固性失眠等。

通过这次验收，该院将以王心东全国名老中医药专家传承工作室验收合格为契机，进一步加强该名老中医工作室的建设工作，营造和丰富院内中医药文化氛围与内涵，不断发挥名老中医药专家的引领带动作用，持续强化人才梯队建设，努力培养青年中医师成长。遵循传承学术思想，发扬特色优势，传承精华，守正创新，充分发挥中医防病治病的独特优势和作用，重视中医药人才培养，推动中医药在传承创新中高质量发展，为我市中医药事业的传承发展作出更大贡献。②11

市一院多学科协作

成功开展经导管主动脉瓣置换术

本报讯（全媒体记者李贺 通讯员吴玉影）7月26日，南阳市第一人民医院多学科协作成功为患有重度主动脉瓣狭窄的李女士实施了经导管主动脉瓣膜置换术（TAVR）治疗，让即将罢工的心脏“阀门”重新正常工作。

74岁的李女士患心脏病多年，最近半年来病情加重，稍微

活动便会感觉胸闷、憋气，不能下床活动，夜间无法平卧入睡，严重影响日常生活，老人痛苦不堪。市一院心外科接诊后，经过医院瓣膜病多学科团队会诊，决定为老人实施TAVR手术。

经过手术，该患者瓣膜植入一次性成功，且术后未出现相关并发症，手术圆满成功。②11

老年健康部

电子邮箱：18567185618@163.com

李贺 18567185618
李晓 17761615059

重点疾病健康教育系列讲座 ③43

南阳市健康教育所 南阳市爱卫会 协办

长期这样吃 容易患脂肪肝

南阳医专一附院消化内科二病区 黄普

据统计，脂肪肝患者中确实是胖子占了60%-90%之多，所以很多人认为脂肪肝只会发生在胖子身上。但大家却忽略了一个问题，完全吃素食也会对肝脏造成损害。

有的老年人为了预防高血压、高血脂等慢性疾病，就把肉戒掉了；有些年轻人为了减肥长期吃素。这些都会导致营养不均衡，人体会出现脂蛋白含量下降，使脂肪代谢出现问题，最后只能堆积在肝脏形成脂肪肝。由此可见脂肪肝也有可能发生在瘦人身上。

还有哪些问题会引起脂肪肝呢？

大鱼大肉饮食。长期吃高脂肪的食物，很容易导致营养过剩，过剩的营养会转变成脂肪到肝脏进行储存，最后会因为肥胖而引发脂肪肝。

长期酗酒。酒精伤肝是不容置疑的问题，酒精对肝细胞分解代谢脂肪酸造成损害，最后引发酒精性脂肪肝。严重的还可能诱发肝硬化。

患有慢性基础性疾病。如糖尿病、甲亢、高血脂等疾病也是诱发脂肪肝的重要危险因素。

乱吃药。是药三分毒，如果长期滥用药物或长期服用某种药物也是会引起脂肪在肝内堆积形成脂肪肝的。如某些抗生素、糖皮质激素、甲氨蝶呤、他莫昔芬等这些药物都有可能对肝脏造成损害。

有的人会认为中药就是安全的，其实不然，即使是中药对肝脏也是有一定损害的。如苦杏仁、北豆根、雷公藤、何首乌、苦参、白果等，都不适宜长期服用。②11

脑瘫患儿早期治疗是关键

市儿童医学中心儿童康复科 景国栋

脑瘫是一种发病率极高的疾病。目前，脑瘫治疗主要采用康复、药物、手术三位一体的治疗方法。

1. 康复治疗：包括推拿按摩、针灸治疗、智力训练、心理治疗、运动疗法、物理疗法、水浴疗法等。

2. 药物治疗：西药有神经节苷脂、

鼠神经生长因子、巴氯芬、安坦等；中药有养阴通络汤、当归芍药散、地黄饮子加味等。

3. 手术方法：包括腱膜松解术、选择性周围神经部分切断术、后跟腱滑动延长术、股直肌远端转移术等。

经研究证实，早期开始按照正确的

关节不易 且行且珍“膝”

市中医院骨科 黄永华 陈春

俗话说“人老先从腿老起”，膝关节骨关节炎是中老年人人群中一种常见的疾病，主要表现为缓慢进展的关节疼痛、触痛、僵硬、肿大、活动时骨摩擦音、关节积液以及活动障碍，也是老年患者致残的主要原因。因为在30岁以后，人的膝关节软骨就逐渐开始退变了，所以对膝关节的日常

保护应及早进行，尽早干预。

中老年人要注意膝关节保暖，不要把膝关节直接暴露在冷空气中，尽量穿着长裤，也可以戴护膝。

做热敷以湿敷为好，如热蒸汽浴、温泉浴等，也可用热毛巾湿敷，但注意关节有红肿或急性期应停止热敷。要劳逸结合，避免关节过度负重，不要久坐、

程序和方法进行系统康复治疗的大脑瘫儿，多数可康复到基本正常；对高危儿，从出生就开始干预，可减少3/4脑瘫发生，其余1/4程度也明显较轻；1岁后才开始诊治的大脑瘫儿，多数只能减轻残疾。因此，婴儿脑瘫倾向的尽早认出、脑瘫的早期诊断、脑瘫早期正确的干预极为重要。面对有高危因素或临床发现异常，甚至已经被诊断为脑瘫的孩子，家长不要紧张，应把悲伤化为及时、有效的干预行动，和医生共同努力，帮助孩子早日康复。②11

久站，长时间处于某一体位。适当活动关节，如多游泳、多骑自行车，少走路，尤其是少上下台阶及走不平的路。要控制体重，减少关节的承重，多摄取含蛋白质、维生素和矿物质的食物。

在此，我们推荐两种增强膝部力量的锻炼方法。一种是股四头肌练习法：将膝关节伸直（坐、立、躺都可以），主动收缩股四头肌，使其绷紧，保持5~10秒，然后放松两秒，如此反复，每天做3回，每回20~30次。另一种是直腿抬高法：在床上绷紧伸直膝关节，并稍稍抬起，使下肢离开床面，保持5~10秒。②11

宛城区溧河乡21岁的王先生短短两个月的治病经历，让他刻骨铭心。

两个月前，他因受凉后出现反复咳嗽、发热乏力等症状，以为是感冒，就自行吃了感冒药。谁知病情逐步加重，并且伴有进行性呼吸困难、食欲差等症状。他辗转多家医院就诊，医生考虑为支气管炎、支气管哮喘等，治疗后也未见好转。经推荐，王先生到市六院一病区就诊。

市六院一病区住院医师冯金豹接诊后，通过行胸部CT检查，发现王先生双肺多发斑片状浸润阴影，左肺局部不张，考虑患者左侧气道可能病变，立即安排支气管镜检查。支气管镜下留取标本送检，抗酸杆菌阳性，确诊病因是肺结核合并支气管结核。

肺结核？王先生吓一跳，医生说，按他的病情，如果他再晚些就诊，很有可能整个左肺功能丧失，严重影响未来的生活质量。但王先生庆幸的是，经治疗后，他的左主支气管很快较前明显通畅了，气促的症状明显减轻。

冯医生提醒，慢性咳嗽的病因多种多样，如果久治不愈，需考虑肺结核可能，建议到正规医院呼吸科就诊，必要时进行胸部影像学检查、支气管镜检查，采集痰液、组织送检明确诊断，如确诊合并支气管结核，应依据具体情况给予镜下局部治疗，疏通气道，缓解症状，挽救病肺，缩短病程，同时正规抗结核治疗，早期治疗是完全可以治愈的。②11（单豫堂）

把咳嗽当感冒治 差点损失肺功能

颈肩腰腿痛 就找董军董医生

电话：13633998699（针推疼痛科董主任）
地址：南阳市中医院七一路939号