

今日,南阳市中医院骨科主任李银武做客本报《名医坐堂》

谈“骨”论“筋”为健康把脉



本报讯(全媒体记者 蒋巍)本报《名医坐堂》栏目致力于打造权威、专业的名医交流平台,为读者推荐南阳本地医学领域具有深厚造诣和丰富经验的名医专家。今日,特邀南阳市中医院骨科主任李银武做客本报《名医坐堂》。

昨日,记者在南阳市中医院骨科采访时,该科主任李银武正在为来医院复查的张女士检查身体。据张女士介绍,她腰骶部及右腿疼痛十多年了。2020年底,她在市内某医院作了腰椎手术后,右腿的疼痛消失了,但腰骶部的疼痛却加重了。几年来,她多方寻医,但症状仍无好转。前不久,听朋友说市中医院骨科治疗颈肩腰腿痛不打针、不吃药且治疗

效果好。于是,她来到市中医院,找到了骨科主任李银武。

针对张女士的病情,李银武展现了他精湛的医术和深厚的医学底蕴。他对张女士的病情进行细致的分析和精准评估后,制定出个性化的治疗方案:以特色推拿治疗为主,配合穴位注射、中药膏摩、艾箱灸、中药涂擦等综合治疗手段。经过一段时间的治疗,张女士痊愈后顺利出院。她及家属对治疗效果非常满意,并对医护人员表示衷心的感谢。

李银武表示,患者的赞美与肯定是鞭策医护人员不断提高医疗技术水平、优化诊疗服务的不竭动力。希望在他的帮助下,广大患者都能摆脱病痛折磨,享受健康生活。③6

人工耳蜗等高值医用耗材
将纳入集采范围

新华社北京9月10日电(记者 徐鹏航)国家医保局副局长颜清辉10日表示,医保部门将开展新批次国家组织药品和高值医用耗材集采,将人工耳蜗等高值医用耗材纳入集采范围。

在国新办当日举行的“推动高质量发展”系列主题新闻发布会上,颜清辉介绍,通过集采,群众用药负担降低,用药可及性和质量提升,并且推动医药行业健康高质量发展,助推公立医疗机构回归公益性。

如乙肝抗病毒药恩替卡韦、替诺福韦等,集采前患者的年费用高达4000至5000元,集采后的年费用降到100至200元,且乙肝患者抗病毒的治疗率和规范性大幅提升。再如集采后胰岛素大幅降价,临床性能更好的三代胰岛素使用量占比从集采前的58%提至70%以上。

颜清辉表示,下一步,医保部门将大力推进医药集采扩面提质,开展新批次国家组织药品和高值医用耗材集采,将人工耳蜗等高值医用耗材纳入集采范围;加强区域协同,重点指导地方推进中成药、中药饮片和体外诊断试剂等耗材联盟采购。③6

南阳市中医院骨科主任李银武——

止痛不是目的,治痛才是根本

本期坐堂专家

专业擅长

李银武,南阳市中医院骨科主任,南阳市医学会第三届疼痛学分会副主任委员,南阳市疼痛医疗质量控制中心第一届副主任。发表专业论文20余篇,获南阳市科技进步二等奖3项。坚持“能保守不手术”的理念,把花费小、痛苦少、疗效最大化作为治疗目标,致力于为广大患者解除病痛,深受广大患者好评。



李银武

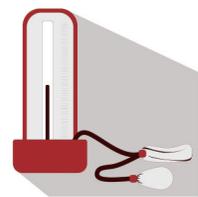
坐诊时间:周一至
周五全天

地址:南阳市中
医院门诊楼一楼东103室

从事骨科临床30余年,擅长治疗腰椎间盘突出、颈椎病、膝关节骨性关节炎、股骨头缺血性坏死、肩周炎、网球肘、骨质疏松症、强直性脊柱炎、风湿类风湿等多种骨伤类疾病,精通于脊源性失眠、眩晕、胸背疼痛、颈椎及腰椎术后慢性疼痛综合征等病症的治疗。他秉承无创、无痛、无副作用的治疗理念,采用以中医特色疗法为主、西医为辅的综合治疗手段,为患者提供个性化治疗方案,方便实用、价格低廉、疗效确切、创伤小、无痛苦、易耐受,备受患者赞誉。③6

《名医坐堂》

栏目主持人:田华冉 电话:13598257566

关于高血压,
你知道多少?

高血压作为一种常见的慢性病,是全球导致过早死亡的主要原因之一。高血压被称为健康的“无声杀手”,因为患者可能感觉不到症状,但血管壁长期承受高于正常标准的压力就可能导致心脏病、中风等严重疾病。

了解高血压病情的唯一方法是检查血压。正常的成人血压为收缩压120毫米汞柱(mmHg),舒张压80mmHg。如果在不同的两天测量的收缩压值都不低于140mmHg或舒张压值均不低于90mmHg,则诊断为高血压。

世卫组织称,高血压这种常见病症可导致心脏病发作、中风、心力衰竭、肾损伤等许多健康问题,甚至造成残疾和死亡。

如果不能有效控制高血压,其并发症可能严重损害心脏。血压过高会造成动脉硬化,使流向心脏的血液和氧气减少,可能导致心绞痛;如果心脏供血受阻,心肌细胞因缺氧而死亡,就会引发心脏病。血流受阻时间越长,对心脏的损害就越大。在心脏不能向身体其他重要器官输送足够血液和氧气时,会发生心力衰竭;心律不齐可导致猝死。

要想有效预防和控制高血压,需从减少高血压风险因素着手。可改变的风险因素包括不健康饮食,如盐摄入量过多、食用富含饱和脂肪和反式脂肪的食品、水果和蔬菜摄入量低等,以及缺乏运动、吸烟、饮酒以及超重或肥胖。

改变生活方式可帮助预防或降低高血压。世卫组织建议,要保持健康饮食,还应减少久坐、多运动,可选择的运动方式包括步行、跑步、游泳、跳舞或增强力量的活动等。在运动强度上,建议每周至少进行150分钟的中等强度有氧运动或75分钟的剧烈有氧运动,且每周进行2天或2天以上的力量锻炼等。③6 据新华社电

警惕痛风年轻化趋势

科学防治医生有妙招

新华社电(记者 帅才)尿酸高、脚趾疼痛、关节红肿……这些都是痛风的症状。医生提醒,越来越多年轻人患上了痛风,科学防治痛风要均衡饮食,避免过度饮酒,少吃海鲜、动物内脏等高嘌呤食物,合理控制尿酸。

“年轻人发生痛风,除了遗传因素,还和饮食习惯密切相关。”中南大学湘雅医院肾内科主任许辉教授介绍,痛风是一种常见的代谢性疾病,以高尿酸血症和尿酸盐晶体的沉淀和组织沉积为特征。当人体长期摄入高嘌呤、高脂肪食物、过度饮酒,体内的尿酸水平长期高于正常值,可能导致高尿酸血症,对关节造成损伤、引发炎症,进而诱发痛风。中南大学湘雅三医院肾病风湿病科副主任王建文告诉记者,痛风常在晚上发作,

患者会出现关节红肿、剧烈疼痛等症状,严重影响睡眠。痛风患者如果不及时治疗,可能会损伤关节,累及肾脏等器官。所以痛风患者要重点关注尿酸,一旦出现尿酸升高要及时就医治疗;痛风患者在进行药物治疗时要在医生指导下合理用药,不可擅自停药。

许辉教授建议,患者要均衡饮食,尽量食用低嘌呤的食物,如牛奶、水果、大米、玉米及蔬菜。避免进食过多高嘌呤食物,如海鲜、动物内脏;避免进食过多高脂肪食物,控制食盐摄入量,不要过多食用腌菜等;每天保证饮水2000毫升到2500毫升,避免过度饮酒,尤其是不宜过度饮用啤酒,避免过多饮用甜饮料,如奶茶、果汁、可乐;规律作息,不要长时间熬夜,以免免疫力下降,诱发痛风。③6