



上海中医药大学台州医院 台州市中医院

2024年第3期

总071期

浙企准字第J101号



台州市中医院
微信公众号

A 医院大事 实时动态

台州市中医院·主办 / 2024年6月28日 / 星期五 / 本期4版 / 本期责任编辑:邱敏洁 / 内部资料 免费交流

【国际护士节】我院开展丰富多采的庆祝活动



5月12日是第113个国际护士节,连日来,我院开展了丰富多采的庆祝活动,向最美的白衣天使致以诚挚的节日祝福!感恩有你,温暖守护!

【“5·12”国际护士节纪念活动暨表彰大会】

“节日快乐!你们辛苦了!”5月10日上午,院领导来到各护理单元开展节日慰问,向坚守岗位的护理工作者们送去节日的祝福,感谢护理工作为医院、为社会做出贡献。

每到一处,院领导们亲切慰问,并与大家热情交谈。温暖的问候带给大家最诚挚的关怀,大家纷纷表示,今后一定将专业的护理技术、优质的护理服务更好地服务于人民群众,守护人民群众的生命健康,为医院高质量建设和发展做出更大的贡献。

5月10日下午,我院在急诊六楼多功能厅召开了“5.12”国际护士节纪念活动暨表彰大会。台州市卫生健康委员会党委委员、副主任王敏峰、医政医管处方仁杰来到医院看望慰问护理工作,并向全院广大护士致以节日的祝贺和崇高的敬意。

王敏峰表示护士是医疗卫生事业的重要组成部分,是保障人民群众健康的重要力量。广大护理工作以无私的奉献、精湛的技术、温暖的服务,为人民群众的健康保驾护航,为社会的和谐稳定做出了重要贡献。护士节不仅是护士的节日,更是全社会对护理事业关心和支持的体现。随着社会的不断发展和人民群众健康需求的日益增长,护理事业也面临着新的机遇和挑战。我

们要坚持以人民健康为中心的发展思想,加强护理队伍建设,提高护理服务水平,推动护理事业高质量发展。

医院党委委员、副院长王明标在致辞中代表院领导班子向在临床一线辛勤工作、务实奉献的全体护理同仁表示衷心的感谢并致以节日的祝福,对我院全体护理人员在医院发展过程中所付出的艰辛努力和取得的突出成绩表示充分的肯定。并指出,在“医疗服务大提升”的背景下,护理工作要不断改善护理服务态度;持续加强护理队伍建设;提升中医护理服务能力;着力保障护理安全,塑造中医护理服务品牌。

院党委委员、护理部主任王秀蓉宣读了表彰文件,会议对2024年台州市“强基础、提质量、促发展”护理技能竞赛个人单项三等奖获得者,优秀护士代表、30年护龄护士代表、第二届优秀护理项目、优秀科普视频、中医药文创产品设计大赛、最美微笑摄影作品进行了表彰奖励。

【科普义诊】

5月8日,院党委委员、护理部主任王秀蓉带队走进仁爱颐养院开展科普义诊活动,为老人们提供血糖检测、血压监测、健康宣教等服务。

现场宣传老人防压力性损伤、防跌倒及跌倒后应急处理知识,受到老人们的欢迎。中医护理专业小组将中医护理技术带到现场,开展了耳穴压豆、开天门、李氏砭法、温通刮痧、灸法等活动,为老人讲解经络知识,让颈、腰、关节疼、高血压、失眠等老人亲身体验了中医特色护理技术。

5月9日,骨二科主任、主任医师厉匡林带队在临海杜桥横岐村开展了以“科技创新,共建未来——关爱生命,守护健康”为主题的科普义诊活动。

义诊活动采取健康咨询、科普宣讲、技能实操演示、中医适宜技术体验等形式展开。中医适宜技术耳部刮痧、火龙罐、李氏砭法、艾灸、温通刮痧、耳穴压豆等,引来村民争相体验,纷纷惊叹中医治疗效果神奇。

5月11日,由推拿科主任兼针灸科主任、主任中医师姜伟强带队,联合三门弘景康复医院在蟠龙公园开展义诊活动。义诊范围包括帕金森病康复、脑卒中后遗症康复、疼痛康复、骨科康复、老年慢性病康复等,科普宣讲团为有需要的患者提供康复指导,普及康复知识,开展了毫针刺灸、推拿、李氏砭法、艾灸、温通刮痧、耳穴压豆等中医适宜技术。

5月11日,椒江区第二届中医药膳文化节暨庆祝“5.12”护士节耀达路·青椒市集举行,我院与二十多家医疗机构带领市民共同走进中医药文化世界。中药茶饮包、芳疗香牌、中药香囊、洛神膏、香薰片、药膳美食等中医药产品展示和售卖活动,让市民体验中医药文化魅力。现场为广大市民义诊,提供中医适宜技术。

【中医药文创产品设计大赛】

4月19日,中医药文创产品设计大赛成功举办。由各护理单元推送的文创产品创意满满,有挂饰、护手霜、贴花、书签等。

大家通过视频展示,介绍每项创意品的设计思路、中药作用和中医药传播方式。从构思到绘图、从选药到制作,集思广益,将耳熟能详的中草药,制作成一个个简单、实用、精美的中医药文化创意品,巧妙结合了中医药哲学思想、养生理念,贴近百姓的日常生活,让每个产品述说着中医文化的经典,独具匠心的传播着中医药文化。

本次活动将传统智慧与现代审美相结合,不仅是护理人员又一技能的体现,也是中医药文化的传承与创新,激发了大家对中医药文化的热爱与信心。

【优秀护理项目评选】

4月16日,护理部开展以“强基础、提质量、促发展”为主题的优秀护理项目评选活动。

此次活动共有19个项目参赛。各项目团队围绕项目开展背景、实施过程、创新亮点、效果评价等方面进行展示和阐述,评委组根据项目内容、创新思路、科学性、实用性、普及性、社会效益等方面对项目进行评分,最终选出一、二、三等奖。

本次活动为护理人员搭建了良好的平台,加强了各科室护理团队间的交流和学习。以此次活动为契机,在未来的临床护理工作中紧紧围绕“强基础、提质量、促发展”的行动主题,以病人为中心,不断创新管理举措,促进护理质量管理更加标准化、规范化,不断提升护理内涵,满足人民群众多元化护理服务需求,推进护理工作高质量发展。

在台州市优秀护理项目评比中,我院《口诀视频回授宣教法在COPD患者吸入剂宣教的应用》作品入选,进入决赛并获得优胜奖。

【“最美微笑”摄影大赛】

为纪念5·12国际护士节,护理部举办了“最美微笑”摄影大赛。“你笑起来真好看”,通过摄影照片反映医院护理人员在工作中的精神面貌,作品中有展现着专业的磨砺,有的洋溢着爱心的温暖,有的记录着风采的美好!她们,没有精致的妆容,却有温暖的笑容。没有华服靓装,却有最纯净的制服。她们,就是可亲可敬的“白衣天使”。

经过前期活动征稿、网络投票,“最美微笑”摄影大赛最终评选活动于5月10日举行。经过激烈的角逐,最终评选出9件获奖作品。

【优秀护理科普视频展播】

为进一步深入实施创新驱动发展战略,推进科普创作事业高质量发展,弘扬科学精神,普及科学知识,提升全民科学素质,护理部开展了“科普助力,健康同行”主题科普活动,并推出《腰椎间盘突出症姿势管理》《体检知多少》《平肝熄风降压操》《轻松排痰,肺“常清爽”——主动呼吸循环技术》《术后下肢功能锻炼》《从“腹”开始,给肠道做个“SPA”——肠健康,长健康》等6部优秀科普视频作品进行展播。

回望来时路,续写新篇章,携手同心 锐意进取。值此“5.12”国际护士节之际,致敬白衣天使。愿你们像星星、像月亮、更像太阳,向阳而生,向光而行,散发属于自己独特的光芒,始终温暖有光,永远被温柔以待。 文章来源:护理部

安徽省宣城市卫生健康委副主任朱琴一行来我院考察交流



6月25日,安徽省宣城市卫生健康委党组成员、副主任朱琴带领考察团队来我院参观交流。台州市卫生健康委医政处主任科员江志勇,院领导张日初、徐雄平、李伟林、王明标、鲍云生、王秀蓉分别陪同实地参观了景福华堂、景福

本草、健康管理中心、治未病中心、热敏灸中心等,现场交流学科建设、中医适宜技术、中医药特色服务等。座谈会上,院党委书记徐雄平对宣城市卫健委一行的到来表示热烈欢迎,详细介绍了我院的基本情况、发展历程、学科建设、科研教学工作等情况。

座谈中,宣城市卫生健康委党组成员、副主任朱琴对我院的相关工作给予充分肯定,表示通过此次参观交流,对

医院的发展有了更清晰的思路,希望双方进一步保持交流与合作,借鉴好的发展经验,以实现共同发展和提高。

宣城市立中医医院、泾县中医院院长董延林介绍了宣城市立中医院发展历程、学科发展、专科建设等情况。双方围绕医疗服务质量、人才队伍建设、中医适宜技术开展、临床技术能力、科研创新能力以及医院运营等方面进行了深入交流和探讨。

张日初院长表示,医院的发展建设要抓住历史机遇,坚持走小步、不停步,把优质的中医药服务不断向老百姓推广,造福于民。希望双方进一步深化交流合作,共同推动两地医院中医药事业的高质量发展,为患者提供更加优质的诊疗服务。 文章来源:党政办

公告

为进一步践行“以病人为中心”的服务理念,有效缓解上班族看病难问题,从5月18日起,我院疼痛科每周六上午增加门诊服务时间。

疼痛科诊疗范围

(一)糖尿病神经病俗话说糖尿病不可怕,可怕的是糖尿病并发症,糖尿病引起的神经病、糖尿病足都可以去疼痛科治疗。(二)头部痛包括三叉神经痛、舌咽神经痛、偏头痛、颈源性头痛、不典型面痛。(三)带状疱疹后神经痛 疱疹发作时伴随全身发热等症状的患者后遗神经病的概率较高,这样的患者用脉冲射频治疗效果更好。(四)关节痛包

括肩周炎痛、膝关节炎痛、脊柱小关节痛、踝关节炎痛、创伤性关节炎痛、痛风性关节炎、强直性脊柱炎类风湿关节炎等免疫性关节炎痛等。(五)癌痛表现为已诊断有癌病史的同时或以后,病变局部或远部出现疼痛,以及不明原因的突然痛、持续痛、夜间痛、局部痛、深部痛、伴有局部肿胀等疼痛。(六)脊柱源性疼痛颈、腰椎间盘突出症、骨质疏松症、椎体椎间隙、强直性脊柱炎。不想手术,微创介入也是不错的选择!(七)腰椎间盘突出性疼痛腰椎间盘突出或膨出、腰椎间隙炎、腰椎终板炎、腰椎不稳引起的腿痛或麻木。

中医外治适宜技术岐黄针疗法专项学习班(台州站)在我院举办



6月8日,由台州市中医药学会举办,台州市中医药外治分会承办的中医外治适宜技术岐黄针疗法专项学习班(台州站)在我院举办。岐黄针疗法是广州中医药大学第一附属医院针康中心陈振虎教授在长期的临床实践中,

结合《内经》《难经》等经典医籍的相关理念,遵循《黄帝内经》筋经理论,采用五刺法,发明了岐黄针,形成了岐黄针疗法。其特点是:不留针、取穴少、见效快、多功能。浙江省名中医、台州市中医药学会副会长李伟林在开班仪式上致辞,对参会的各位专家及学员的到来表示欢迎,并指出岐黄针疗法是具有取穴少而精,进针快、痛感少、疗效独特等优势,举办岐黄针学习班旨在传承岐黄技术,提高相关疾病的治疗效果,缩短治疗时间及疗程,优化患者就诊体验。希望通过本次学习班提升学员中医诊疗水平,同时加强中医适宜技术的推广与传播,推进优质高效中医药服务体系建设。

为充分保障学习质量,实现精准带教指导,使学员充分掌握岐黄针疗法的针刺手法、岐黄针疗法的辨证取穴方法和岐黄针疗法治疗颈腰部疼痛等相关疾病的方法,培训人数规模为15人左右。本次学习形式为理论讲授、病例分析、实践操作、分组临床跟诊。课程内容包括岐黄针疗法概述、岐黄针针刺手法简析、岐黄针疗法在颈椎病中的临床应用、岐黄针疗法在腰部等软组织疼痛的临床运用、岐黄针辨经取穴思维、练习与实践以及门诊跟诊。此次学习班着眼于基层常见病,注重实用性,学员们评价此次学习内容丰富详实,学术氛围浓厚,表示深受启发。

作者:针灸科 黄静娴

我院正式成为上海长海医院生殖健康服务站和专科联盟成员单位

“固军助航生命舟,春风十载送子缘。”5月17日、18日,上海长海医院生殖健康服务站和专科联盟成立大会在上海举行,同时举行授牌仪式,我院正式成为联盟单位。

上海长海医院生殖医学中心是全国和全军最早获批开展人类辅助生殖技术的医疗机构之一,也是全军首批计划生育优生优育技术研究所四家挂牌的核心组成单位。中心技术力量雄厚,软硬件设施齐全,医疗服务特色鲜明,疗效显著。安全实施人类辅助生殖技术23年,相继取得了AIH、AID、IVF-ET、ICSI和PGD等人类辅助生殖资质,能够开展第一代、第二代及第三代试管和生育力保存及修复等全面的辅助生殖技术。

2018年以来获批了遗传性肿瘤筛查和基因阻断中心、罕见病基因阻断中心和耳聋基因阻断网络单位等资质,2021年获批了海军唯一的军人精子库,2022年成为军队基因编辑重点实验室成员,2023年成为“上海市泌尿生殖重中之重重点建设专科”重要科室之一,中国优生优育协会“生育力保存与修复”主任委员单位。在复发性流产、严重少弱精、反复种植失败、高龄助孕、生育力保护和修复、高压氧和干细胞技术治疗子宫内膜菲薄等方面形成鲜明的医疗特色。先后获军队科技进步二等奖、中华医学青年科技奖、上海市自然科学二等奖,江苏省科

学技术奖,现拥有2名“973”首席科学家、军队创新拔尖人才、上海市优秀学科带头人等领军人才,近5年来获国家和省部级以上科研课题和奖项20余项。

作为受邀单位,我院妇科2具有中医药文化特色优势,是浙江省中医妇科联盟第一批成员单位之一。临床发扬中医、衷中参西,善于用中医药内服,结合使用穴位贴敷、灸法、中药封包、中药上药、熏蒸、灌肠等外治法,开展四季贴灸、四季膏方等特色疗法,在妇科各类疾病的治疗方面有独特的疗效。开设保胎和卵巢早衰专门门诊,在不孕不育、复发性流产、先兆流产、卵巢早衰、月经病、产后病、围绝经期综合征、多囊卵巢综合征、子宫内膜异位症等疾病的治疗上取得了显著的临床疗效。在采用三步助孕安胎法,提高人工辅助生殖的成功率上积累了丰富的经验。

为进一步满足台州市民对生殖医学技术的需求,带动医院妇科及相关学科建设和发展,满足男科疑难疾病诊疗和遗传病阻断诊疗的需求,2022年12月,我院与上海长海医院生殖中心建立团队合作关系。2023年3月18日,成立了上海长海医院生殖医学团队台州工作站。一年多来,工作站充分发挥上海长海医院生殖医学中心的专业技术优势,知名专家教授定期来



我院门诊(每月18日左右)、带教、开展学术讲座、科研指导、学科人员培训和项目合作、远程会诊、双向转诊等,显著提升了我院的生殖技术服务能力,特别是在不孕不育中西医结合诊疗水平、生育力保护和修复诊疗技术等,让许多患者受益,其中200多对疑难夫妇和5位生育力保护患者在工作站中得到了满意治疗。

此次正式成为上海长海医院生殖健康服务站和专科联盟成员单位,将进一步提升我院妇科生殖领域的服务能力,资源互补,中西汇通、技术交流,共同推进医疗事业繁荣发展。医院将更加积极开展学术交流、人才培养、科研合作等方面的工作,以进一步提高诊疗水平,解决生殖领域的疑难问题,为患者提供更加个性化、精准化的医疗服务,让更多患者受益。

作者:妇科2 陈丽敏



多囊卵巢综合征会造成不孕吗?

市民徐某,既往有多囊卵巢综合征病史,备孕4年余未孕,期间西医治疗、试管婴儿辅助生殖2次,均未成功,心急如焚。后经人介绍于2024年2月6日来我院中医妇科初诊,经中药规律治疗1月后,徐某于2024年3月6日确诊妊娠。

梦想了四年,却一直怀不上,且患有多囊卵巢综合征的育龄妇女,仅经中药调理一个月就让她梦想成真,准妈妈徐某兴奋之余,不住地赞叹中医的神奇魅力!那么,困扰了患者四年之久的多囊卵巢综合征,到底是一种怎样的疾病?

多囊卵巢综合征(PCOS)是育龄期妇女最常见的生殖内分泌代谢紊乱性疾病之一,以排卵功能障碍、高雄激素血症、卵巢多囊样改变、胰岛素抵抗为代表特征。

病因。1、西医:病因未明,目前普遍认为与遗传、环境、饮食结构、生活方式、精神心理等密切相关;2、中医:以肾虚血瘀为本,气滞痰湿为标,定位在肾、肝、心、脾。

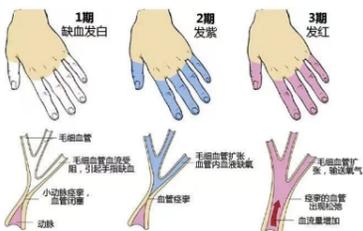
常见检查。1、查体:测量腰围,身高体重,是否出现多毛、黑棘皮征、痤疮、溢乳等情况。2、B超检查:首选阴超,没有性生活可以腹超或肛超。(1)超声可见双侧卵巢均匀性增大,体积>10cm³(卵巢体积简化计算公式:V=0.5x长x宽x高)。(2)卵巢内见多个小卵泡回声,直径约2-9mm,规律排列于卵巢包膜下方,同一超声切面,其卵泡数量≥12个。3、性激素六项:血清雄激素(雄烯二酮、睾酮)水平正常或增高,甚至可高于正常的数十倍,血清中LH水平升高,常可达正常的2个标准差以上,LH/FSH比值≥2;20%-35%的PCOS患者可有血清催乳素(PRL)水平轻度增高。4、胰岛素释放实验:约60-80%多囊卵巢综合征患者有胰岛素抵抗症,检查需要多次抽血。5、抗缪勒氏管激素:抗缪勒氏管激素(AMH)反映卵泡数量,现已被认为是评价卵巢储备功能的敏感指标,普遍采用6.8ng/ml作为标准线,在这个数值以上,一般判断有多囊卵巢综合征的可能。

为何多囊卵巢综合征会影响怀孕?1、妊娠前。正常育龄期女性每月会有一个优势卵泡长大成熟并排卵,卵子排出来才能和精子结合怀孕。但是多囊卵巢综合征患者常常月经周期不规律,无论是否体重复异常,都有多个卵泡发育但却很难长大成熟并排卵,自然就不容易怀孕。如果偶尔某一个月刚好有一个优势卵泡大排了,就有可能怀孕,但概率很小。因此,多囊卵巢综合征患者的怀孕率比正常月经的女性困难很多。2、妊娠早期。多囊卵巢综合征患者卵巢功能异常,即使卵子与精子结合,但黄体功能不健,仍可能存在怀孕不成功或者先兆流产甚至流产。多囊卵巢综合征还存在代谢的异常,增加血栓风险,增加复发性流产的可能。有数据显示多囊卵巢综合征患者发生复发性流产高达40%及以上。3、妊娠中晚期。多囊卵巢综合征常存在多系统代谢异常,导致远期并发症如糖尿病、高血压、心血管疾病的发生率增加。妊娠期则会增加妊娠期糖尿病、妊娠期高血压病、先兆子痫、早产、胎儿生长受限等情况的发生率。4、产后。多囊卵巢综合征在一定程度上会增加新生儿血脂代谢异常的风险,子代多囊卵巢综合征患病风险。

多囊卵巢综合征=不孕吗?多囊卵巢综合征对女性生育率有一定影响,但并没有我们想象中那么可怕,多囊≠不孕!

多囊卵巢综合征的治疗。(一)一般治疗:生活方式干预,合理的运动+饮食调整+行为干预,睡眠和情绪调节,戒烟限酒等。①调整月经周期:选用短效避孕药、孕激素治疗;②降雄治疗:首选短效避孕药;③对于肥胖或胰岛素抵抗患者,生活方式未得到改善,可予二甲双胍治疗;④对于有生育要求的患者予促排卵治疗;⑤必要时辅助生殖技术助孕。(二)中医治疗中医认为多囊卵巢综合征是肾、肝、脾三脏功能失调为本,痰湿、瘀血为标,二者互为因果,常虚实夹杂。中医通过整体辨证论治,辨病与辨证相结合,可运用中医药干预排卵,副作用小,效果较好,调经助孕两不误。作者:妇科2 朱森森

观手能辨风湿病,您相信吗?



有些患者的手指,在遇冷或情绪激动时会变色,先是发白,然后变紫,还会发红,过段时间又恢复正常,会以为是冻疮。但时间长了,甚至还出现麻木刺痛,严重的还会出现手指发黑坏死,不知道是得了什么怪病?如果手指发白、变紫又变红,要小心雷诺综合征,也叫肢端动脉痉挛症,是由于支配周围血管的交感神经功能紊乱,进而引起的肢端小动脉痉挛而生病变。

在受凉或情绪激动后,患者皮肤的颜色常从指尖开始突然变得苍白,继而发紫,逐渐扩展至整个手指、手掌,并伴有局部发凉、麻木、感觉减退,持续数分钟后逐渐出现皮肤潮红、转暖,并感到灼灼样胀痛,皮肤颜色慢慢地恢复正常。一般解除寒冷刺激或情绪稳定后,皮肤颜色由苍白、青紫、潮红到恢复正常的时间大约为15-30分钟。除手指外,还可累及足趾、耳朵和鼻子,一般以上肢症状较重,偶见于下肢。发作时喝热汤或饮酒常可使症状得到缓解。严重的即使在温暖季节症状也不消失,指(趾)端出现营养性改变,如指甲脆裂、皮肤萎缩、皮纹消失、手(足)指(趾)尖溃疡或坏疽。

雷诺综合征典型发作的特征分为3个时期:①缺血期(苍白):阵发性指(趾)远端小动脉痉挛,局部组织缺血,引起肢体苍白、变凉,持续时间不等,有时可达15-20分钟。②缺氧期(紫绀):由于局部供血减少,组织缺血缺氧,毛细血管扩张淤血,皮肤发绀而呈紫色,一般持续数分

钟。③充血期(潮红):小动脉痉挛缓解,动脉充血,皮肤温度上升,皮肤潮红,数分钟内逐渐恢复到正常肤色。

雷诺综合征危害性。1、原发性雷诺现象,或特发性雷诺现象,雷诺病,如果只有雷诺现象,无其它相关疾病,通常不会因雷诺现象发作而显著影响身体机能,病轻、预后较好。日常主要注意保暖,避免寒冷等刺激,必要时药物干预提高生活质量。2、如果存在引起雷诺现象的相关疾病,称为继发性雷诺现象,且由原发疾病决定病情轻重。大多数为风湿免疫性疾病,主要包括:系统性硬化症、系统性红斑狼疮、特发性炎症肌病、混合性结缔组织病、未分化结缔组织病、干燥综合征、类风湿关节炎、指端硬皮病、结节性多动脉炎等;如果原发疾病,同时继发重要脏器病变,如间质性肺炎、难治性肾损害、颅内病变,则预后较差;无重要脏器损害,则病情相对较轻。除此之外,还有动脉闭塞性疾病、血液系统疾病、神经系统疾病、肿瘤、药物相关及环境因素等。同样,视原有病情严重程度决定预后好坏。

雷诺综合征的治疗。(一)注意防寒保暖,避免情绪因素影响,戒烟,防止局部创伤,避免从事低温工作,继发性患者应尽量可能治疗其原发疾病。(二)药物治疗:①钙通道拮抗剂,如硝苯地平;②前列腺素制剂,如贝前列素、伊洛前列素等;③5-磷酸二酯酶抑制剂,如西地那非、戈地那非等;④内皮素受体拮抗剂,如波生坦、安立生坦等。停药易反复,治标不治本,疗效有局限性。(三)手术治疗:如交感神经切除术、掌和指动脉周围微交感神经切除术等,费用相对较高,且有创。(四)雷诺综合征的中医治疗:雷诺综合征属中医“痹证”“四肢厥逆”的范畴。痹者,闭也,闭塞不通之义,主要是因经络阻闭,气血不行所致。中医多认为由寒凝血瘀、肝气郁滞、脉络受阻所致。由于血流不畅,瘀血阻滞脉络,肢端供血供氧不足,致使肢端发凉、发麻、疼痛、

发绀,甚或发黑坏死。早在二千多年前,医圣张仲景就注意到了这个问题。正如他的《伤寒论》351条说到“手足厥寒,脉细欲绝者,当归四逆汤主之。”告诉后世医家,在治疗此类病症时,可以选用养血散寒,温经通脉之剂——当归四逆汤。临床上,我们多参照该条文,结合实际辨证处方,往往会加藤类药通经、虫类药通络,同时辅以疏肝理气,达到既温且通、兼攻兼补之功,能有效改善患者症状。

案例介绍。患者石某某,女,45岁,河南人,四肢末端皮肤雷诺,硬肿2年,曾在多家三甲医院求治,2016年于北京301医院诊治,考虑为MCTD(混合性结缔组织病),用药治疗2月无明显改善,转而当地医院中医治疗,症状逐渐加重,遂来广安门医院风湿科就诊。刻下:四肢末端皮肤麻木、硬肿,遇冷后指(趾)端发白,变紫,否认光过敏。近日外感,有咳嗽,纳眠可,二便调,月经调,舌暗红,苔黄,脉沉细数。姜医师处方:当归四逆汤加醋酸钠尼松片+钙尔奇D+骨化三醇口服,痹病痰瘀方外用。经过长期中西医结合治疗,患者经过1年余门诊随访,症状明显改善,激素停用后,病情仍稳定。方中以当归四逆汤加减化裁,其中桂枝、炙附片、炒枳实、柴胡、陈皮、通草温经散寒,补气助阳,温运营血;当归、川芎、丹参、路路通、鸡血藤、白芍、泽兰养血和营,补虚通脉,诸药合用,温经散寒,瘀滞消,气血通畅,四肢末端能得其正常灌注温养,诸症改善。(五)除此之外,还可运用中医外治法:①选用苏木20-30g,细辛、生川乌、生草乌、细辛10-15g,杏仁、红花、乳香、没药、伸筋草、透骨草15-20g等温通透骨伸筋类中药。②上方药材加水2000-3000ml,煎取汤液,先煎洗,待水温降至50℃左右时,将病变部位浸泡在药液中,至水温不热时结束。每日2次,每3天-5天更换1次药,7天为1个疗程。作者:风湿免疫科 周志强



盛夏中暑有三类,多喝“防暑汤”!

都要严防。

夏季如何防中暑?

(1)多喝“防暑汤”。大量出汗后,要及时补充水分。外出活动,尤其是高温作业,一定要保证充足的饮水。切记!千万不要等口渴了才喝水,因为口渴已表示身体已经缺水了。出汗较多时可适当补充一些盐水,弥补人体因出汗而失去的盐分。当人出汗比较多,体液损耗比较大的时候,多喝汤水既能及时补充水分,又有利于消化吸收。简单易学的“防暑汤”如消暑酸梅汤、山楂汤、绿豆汤、西瓜翠衣汤等。

(2)随身携带常备药。夏天如果经常在外面,中暑的可能性高,最好随身携带以下药物以备不时之需:①西洋参制剂(胶囊或含片、切片),针对气阴虚弱体质,即平常体虚乏力、口干咽干,有益气养阴功效;②藿香正气软胶囊、藿香正气滴丸等,针对胃肠不调体质,有和胃消暑化湿的功效;③人丹、十滴水,针对出现了中暑的先兆者,即在高温环境下出现头痛、头晕、口渴、多汗、无力等症状。此类药物有消暑醒神功效,但人丹中含有朱砂,不可超量服用,以防汞中毒;④丹参片,针对有心脑血管疾病或血脂异常症、高黏滞血症者,有活血化瘀功效。

(3)降温。夏季出门,最好躲避上午10时至下午4时这个时间段,外出一定要做好防护工作,如打遮阳伞、戴遮阳帽、戴太阳镜,准备充足的水和饮料;随身携带一些防暑降温药品,如十滴水、风油精等;衣服也尽量选用棉、麻、丝类等织物,少穿化纤品类衣服,以免大量出汗时不能及时散热,引起中暑。外出活动时一旦有中暑的征兆,要立即采取措施,寻找阴凉通风之处,解开衣领,降低体温。

(4)充足睡眠。在高温的天气,人的体力消耗较大,容易疲劳,所以要保证充足的睡眠,使大脑和其他系统得到充分的休息,使新的一天精神饱满,精力充沛,能有效防止中暑。每天最好保证8小时睡眠,不要熬夜,最好在晚上22点睡觉,第二天6点起床,睡眠时不要对着风扇或空调直吹。中午可以小睡一会。有研究显示,白天睡觉能有效降低身体温度,而且中午最热时,选择睡眠可以有效避开高温天气,并能及时补充体力。

特别提醒:重点关注老、幼、病、弱等高危人群,虽然各类人群均可受到高温中暑影响,但婴幼儿、65岁以上的老年人、患有精神疾病、心脏病和高血压等慢性病的人群更易发生危险,应格外关注,及时观察是否出现中暑征兆。

夏季中暑的急救方法。

1.如发现有中暑的患者,应立即转移到阴凉、通风、干燥的地方,如空调房间、墙阴、树阴下等;2.让中暑晕倒的患者采取仰卧的姿势,同时还要为其解开衣领,脱去或松开外套。可以用手指甲刺激患者的人中穴,位置在我们的鼻唇中间上1/3的位置;3.可以为中暑晕倒的患者使用清凉油涂抹太阳穴,帮助醒脑提神,并且用湿毛巾为患者冷敷降低体温,冷敷部位主要为头部、腋下、腹股沟等;4.可以为中暑的患者刮痧,用一枚一元的硬币或光滑的汤匙柄(用酒精消毒)做工具,有专门的刮痧板更好,蘸香油或花生油在清洁的后颈部两侧、脊柱两侧、两肘、头骨上下等处刮。刮痧前一定要把手洗干净,手持刮痧板以30~45度角由上到下、由左到右顺着刮,用力均匀,每次刮5~6遍或皮肤出现紫红色刮痕为止;5.经过降温处理意识清醒的中暑患者应该多补充水分,并且还可服用具有消暑作用的消暑酸梅汤、绿豆汤、补充体力的淡盐水,也可适当服用中成药,如仁丹、十滴水、藿香正气水等药物,可以有效解暑。6.中暑的患者发生了高烧、昏迷、抽搐等严重的症状,应该让患者保持侧卧,同时保持呼吸道通畅,及时拨打120,求助专业的医务人员进行紧急救治。作者:急诊科 谢仙微

这些都是止咳中成药家族成员,你认识几个!

咳咳咳~曲项向天歌,虽然咳嗽是人体的一种自我保护性反应,可促进呼吸道排除分泌物及有害因子,但是频繁、剧烈、长时间的咳嗽让人坐立不安甚至影响生活质量。除了通常的西药(镇咳药和祛痰药)外,可以选择的还有中成药。但中成药止咳家族成员众多,让人眼花缭乱,该如何选择?

咳嗽病名始见于《黄帝内经》,明代《景岳全书》将咳嗽分外感咳嗽和内伤咳嗽两大类。咳嗽证候类型包括风寒束肺证、风热犯肺证、风邪伏肺证、痰热郁肺证、痰湿蕴肺证、湿郁肺证、肺阴亏虚证等。

风寒束肺证: 症见咳嗽咽痒,痰液稀薄白色,鼻塞流涕,恶寒头痛,舌苔薄白。治法:疏风散寒,宣肺止咳。代表中成药:麻杏止咳糖浆、川贝止咳糖浆、杏苏止咳糖浆、小儿荆杏止咳颗粒、通宣理肺丸、半夏止咳糖浆。

风热犯肺证: 症见咳嗽剧烈,喉燥咽痛,痰黏色黄,鼻流浊涕,发热,舌红苔薄黄。治法:疏风清热,宣肺止咳。代表中成药:金振口服液、急支糖浆、桑菊感冒颗粒、双黄连口服液、清宣止咳颗粒、蛇胆川贝液、小儿清肺止咳片、咳喘宁口服液、小儿风热清口服液、清热化毒丸、复方百部止咳糖浆、羚贝止咳糖浆。

风邪伏肺证: 症见咳嗽阵作,咽痒,干咳或少痰,咯痰不畅,常因冷热空气、异味、说笑诱发,身无明寒热。外感常诱发咳嗽加重或复发。舌淡红,苔薄白。治法:疏风宣肺,止咳化痰。代表中成药:苏黄止咳胶囊、宣肺止咳合剂。

痰热郁肺证: 症见咳嗽气急,甚或喘息,咯痰色黄或不爽,发热,咽痛,便干,苔黄或黄腻。治法:清热宣肺,止咳平喘代表中成药:复方鲜竹沥、强力枇杷露、清咳平喘颗粒、银黄清肺胶囊、小儿宣肺止咳颗粒、小儿咳喘灵口服液、小儿肺热咳喘口服液。

痰湿蕴肺证: 咳嗽喘逆,痰白黏腻,痰多胸闷,脘腹胀满,食少,舌苔白腻。治法:宣肺止咳,化湿祛痰。代表中成药:三子止咳胶囊、小儿消积止咳口服液、小儿化痰止咳颗粒、二陈丸。

湿郁肺证: 症见咳嗽以白天为主,干咳少痰,咽痒或咽中不适,常伴胸闷,口干口黏不欲饮,食欲不佳,小便黄,舌红苔黄腻。治法:宣肺止咳,清热化湿。代表中成药:止咳桃花散、羚羊清肺丸。

脾阳虚证: 症见咳嗽无力,咽痒,遇冷加重,痰液呈泡沫状,四肢寒凉,舌淡胖嫩苔白。治

法:疏风宣肺,温阳健脾。代表中成药:小儿肺咳颗粒、参苓白术颗粒。

肺阴亏虚证: 症见干咳,痰少黏白,或声音逐渐嘶哑,口干咽燥,起病缓慢,舌红少苔。治法:养阴清热,润肺止咳。代表中成药:养阴清肺糖浆、洋参保肺丸。

医师提醒: (1)止咳类中成药种类繁多,适用的证候类型不同,需要通过辨证、辨病或辨证辨病相结合选择药物,不可凭借自身判断随意服用,建议咨询医师后使用。(2)仔细阅读药品说明书的药品成分,避免功能相同或成分重复的中成药联合使用。(3)谨慎与西药联合用药,如清咳平喘颗粒与氨茶碱等西药联合使用时,须特别注意西药使用量,以免药物相互作用产生不良反应。(4)避免与含有相同成分或者忌用的中药汤剂联用,以防重复过量使用或者产生相互作用。如参苓白术颗粒不宜同时服用藜芦、五灵脂、皂荚或其制剂。(5)儿童患者优先选用儿童专用药,如药名中带有“小儿”等字样。孕妇、哺乳期妇女、年老体弱者应在医师指导下服用。(6)自行服药三天症状不改善,应及时到医院做进一步检查治疗。

作者:药剂科 刘林夏

【手术室秘事】做手术前能吃东西吗?

有过手术经历的人都知道,手术前一天,医护人员会反复强调几点钟后不能吃饭喝水,大多数人虽然不理解,但也会乖乖听话。但总有人总管不住嘴,术前偷偷吃点东西,还隐瞒这件事,或者与医护人员玩起文字游戏,没吃饭但吃了点面,没喝水但喝了点饮料,如果是这种情况,手术只能延期进行。

为什么吃了东西就不能做手术呢?会带来什么样的后果呢?

一、为什么术前要空腹? 术前空腹的目的是排空胃内容物,防止在麻醉之后发生反流、误吸的情况。之前大家可能有过胸口烧心、恶心、有呕吐感的情况,就可能是反流的表现;当喝水时,不小心“呛到了”,然后一阵剧烈咳嗽,这就是水进入了气管而不是食管中,发生了误吸。清醒状态下的反流、误吸,我们还能自行缓解,但在麻醉状态下可就十分危险了,轻者引起肺部损伤,重者引发窒息,危及生命。

二、所有手术都要空腹吗? 也不是噢!一些不影响胃肠道功能的局麻手术,术前也不需要禁食、禁水。但是,手术中如果出现扩大切口等突发情况,为了患者的生命安全,也为了顺利推进手术,即使是局麻,术前也得听医生的话,禁饮、禁食。

三、是不是术前空腹不吃东西越久就越安全? 也不是这样的!空腹过久也会引起很多问题,如饥饿、乏力、烦躁、焦虑等不适,部分患者还可能会出现低血糖等情况,所以患者还是要严格执行术前禁饮、禁食的规定时间。

四、急诊手术空腹时间不够怎么办? 当出现病情紧急,需要马上进行急诊手术,但空腹时间不够怎么办?麻醉医生会根据具体情况制定风险更小的麻醉方案,并且准备好预防和处理措施来降低风险,保证手术患者的生命安全。

手术前,不要喝水的意思是:什么也别喝!不要吃饭的意思是:什么也别吃!

作者:手术室 周彦汝

【急救小知识】烧伤、烫伤了,该怎么办?



日常生活中,经常会发生烧伤、烫伤的紧急情况,许多人因为不了解烧伤、烫伤的急救知识,而错过了烧伤、烫伤的黄金急救时间,造成了不必要的伤痛。

什么是烧伤、烫伤?烧伤一般指热力,包括热液(水、汤、油等)、高温气体、火焰、炽热金属液体或固体(如钢水、钢锭)等所引起的组织损害,主要指皮肤或黏膜,严重者可伤及皮下或黏膜下

组织,如肌肉、骨、关节甚至内脏。

烫伤是由热液、蒸汽等所引起的组织损伤,是热力烧伤的一种。烧伤是热力直接作用于人体所造成的组织损伤的统称,也是一种常见的损伤性疾病。日常生活中常见是开水烫伤和火焰烧伤。

假如发生烧伤,首先要弄清楚烧伤的程度,然后依此判断采用何种应急措施。烧伤分为3个

等级:一级:伤及最外层皮肤,导致皮肤发红,肿痛,但不起水泡;二级:伤及最外层和内层皮肤,导致疼痛红肿,表面起水泡;三级:烧伤损伤深层组织,皮肤会变黄、发黑且无痛。

一般来说烧伤部位越浅,疼痛越剧烈,烧伤面积越大,疼痛越重。此时应当:1、立即脱离热源,对烧伤部位进行物理降温;2、用冷自来水(15~25℃)持续冲洗伤处降温或浸泡在冷水中,直至疼痛缓解,至少持续10~20分钟;3、如果伤情较轻,可以适当涂抹烧伤专用药膏;4、如果出现水泡,不要刺破,冷水冲洗降温后,用清洁的纱布、毛巾覆盖伤处,立即到医院治疗。

特别提醒: 用于覆盖创面的纱布等敷料,要保证清洁,不要用多毛的材质。

什么情况下需要去医院?(1)烧伤的面积1个巴掌大以上(自己的巴掌);(2)痛得受不了;(3)有大水泡。

出现上述任意一种情况,均建议在紧急处理后(上述4种方法),前往医院治疗。如果烧伤面积过大,部分紧急处理措施可在途中进行。

日常生活中如何避免烧伤?1、远离厨房等存在火源和热源的地方;2、小孩接热水时不要嬉戏打闹,可以请大人帮忙;3、洗澡时先放冷水,再放热水,避免被烫伤;4、热汤、热粥、热饭菜,摆放在桌子中间更安全。

温馨提示: 如果发生烧伤,请你不要这样做:1、用嘴吹伤处;2、涂抹牙膏、酱油等,会加重损伤,影响医生治疗。

作者:急诊科 任蓉蓉



“510 我要廉”清廉医院宣传月启动仪式暨党纪学习教育警示活动举行

5月10日,我院举行“510 我要廉”清廉医院宣传月启动仪式暨党纪学习教育警示活动。院党委委员、纪委书记、副院长戴仁森带领党支部委员、职能科室主任及关键岗位人员参加活动。

上午,大家参观黄岩宁溪镇牌门村杜范清廉馆,聆听讲解员讲述杜范“一腔忠贞保社稷、一展抱负整朝纲、一生劳苦忧黎民、一身清苦味自甘”的传奇人生以及杜氏家风家训故事。

随后,全体人员开展清廉誓词宣誓活动。“我宣誓:坚持以人民健康为中心,传承弘扬‘敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆’的职

业精神,严格遵守《医疗机构工作人员廉洁从业九项准则》”。庄严肃穆的氛围中,声声铿锵誓言萦绕于耳,宣誓人员将纪律规矩意识、廉洁自律意识熔铸于心。

下午,大家参观了中共台州市特委机关旧址纪念馆。一张张老照片、一段段文字介绍、一个个感人故事,再现那段激情燃烧的岁月,党的初心和使命深深地镌刻在每个人的心头。在桐树坑村星火广场,大家面对神圣的党旗高举右拳,一起重温入党誓词。

本次活动作为“510 我要廉”清廉医院宣传月的开始,接下来我院将继续组织开展集中学习、



党纪知识测试、政策宣传等一系列活动,在全院范围内营造风清气正的廉洁氛围。

文章来源:党政办

我院行政一党支部与济民健康管理股份有限公司党支部开展党建结对共建活动



为深入学习宣传贯彻落实党的二十大精神,全面加强基层党组织建设,掀开结对共建、资源共享、优势互补、共同提高的新篇章,5月30日,医院行政一党支部与济民健康管理股份有限公司党支部举行党建结对共建签约仪式。院党委委员、纪委书记、副院长戴仁森带领行政一支部党员和部分医护人员参加签约仪式。

大家先后参观了济民健康管理股份有限公司部分生产车间和党建中心,深入了解公司的发展情况和党建工作模式,对企业发展历

程和党建建设等有了进一步直观的了解。

随后,双方就各自单位的基本情况进行了交流座谈,共同签订了《党建结对共建协议书》。

活动现场,我院内科、骨伤科、针灸推拿科、眼科等医护人员为公司员工提供健康咨询、血压测量、拔火罐等义诊服务,耐心询问他们病史、饮用药情况,并针对不同病症和个体差异提出合理的诊疗建议。并向员工推荐中药健康茶饮。

文章来源:党政办

【义诊服务】有主题接地气,既贴心又热情

连日来,我院医护人员和健康教育讲师团成员积极开展义诊服务活动,他们走进企业、社区、学校,举办讲座、开展中医适宜技术服务,有主题,接地气,深受群众欢迎。

【活动一】6月6日是第29个全国“爱眼日”,当天下午,我院眼科医务人员走进云建小学,开展全国“爱眼日”宣教活动。

教室里,副主任医师周懿燕通过课件PPT的形式,从眼睛的作用、眼球的构造、近视的原因及危害、如何保护眼睛等多个方面为同学们进行了内容丰富、生动形象、幽默风趣的知识科普。通过活动,不仅让同学们认识到保护眼睛的重要性,而且巩固了同学们的用眼护眼知识,增强了学生爱眼护眼的意识,引导他们在学习和生活中养成科学用眼护眼的好习惯。

6月7日上午,眼科医护人员走进了云西社区老年大学,开展“爱眼日”宣教活动,为老人们举办科普教育讲座,讲解每个年龄段人群可能出现的眼部疾病及防治方法。讲座结束后,全体医护人

员为老人们免费血压检查、视力检查、耳穴压豆治疗等。通过此次义诊活动,使社区老人们了解到各种眼病的知识,进一步增强爱眼护眼的意识,以达到眼病早防、早筛、早诊、早治的作用。

6月1日和6月9日下午,我院眼科门诊开展免费眼科检查及义诊活动。医护人员为5~14周岁的孩子们进行免费眼部健康检查,包括测视力、验光、裂隙灯检查及眼轴检测等。耐心地向每一位前来检查的小朋友科普爱眼护眼等相关知识,嘱咐家长要定期带孩子做眼睛视力检查,以便及时发现变化、及时处理。

【活动二】一年一端午,一岁一安康。在中华民族传统节日端午节来临之际,6月7日下午,我院康复科开展了脑卒中知识讲座暨端午送香囊活动。

宣教小组成员徐丹妮围绕什么是脑卒中,如何识别、预防相关危险因素等脑卒中防治知识,通过生动的PPT,用通俗易懂的方言给大家讲授中风的三步识别法,将中风的三个典型症状与“120”数字巧妙结合,让患者和家

属快速掌握脑卒中的有效识别方法。

讲座结束后,开展有奖答题活动,给每一位参加讲座的患者和家属赠送了香囊。香囊内填充一些具有芳香开窍的中草药,有清香、驱虫、避瘟、防病的功效,祝愿所有患者整年顺遂如意!

【活动三】连日来,治未病科(景福华堂)、健康管理中心、针灸推拿科等医护人员分别来到章安中心校、台州电信分公司、台州实验小学、椒江区税务局、台州邮政、椒江职业中专、台州银行等单位开展义诊活动。

每一位教师,如同默默耕耘的园丁,用智慧的种子和无私的爱,悉心浇灌着学生们的成长之路。然而,由于他们特殊的工作性质,长时间伏案工作,忙于批改作业、精心备课,常常让他们陷入腰肩颈的不适、失眠的困扰,以及偶尔的眩晕之中。活动现场医护人员为教师们详细解答大家提出的医疗疑问,提供健康指导与饮食指导。并且提供针灸、拔罐、刮痧等中医特色疗法体验。健康管理中心医护人员还开展健康体检

相关问题咨询问答,定期为她们们的身体健康保驾护航。

【活动四】近日,我院健康教育讲师团的成员们来到椒江区葭沚街道江悦社区德加公馆开展义诊服务活动。急诊科、内科、骨伤科、针灸、推拿科、耳鼻喉科、检验科、防保科及护理部等多部门合作,提供免费量血压、测血糖,耳穴压豆,拔火罐及针灸推拿等服务。向居民们介绍夏季常见疾病的康复疗法等相关基本知识和预防疾病的常识,倡导健康生活方式。现场实际操作推广急救知识的同时,也让物业管理工作人员进一步提升急救的能力。

这次义诊活动是我院行政三支部通过前期与小区物业管理委员会进行调研,对接社区工作人员,联系我院对应科室健康教育讲师团成员而开展的专项义诊活动,具有广泛的针对性和适应性,社区居民积极参与,效果显著。

作者:眼科 周懿燕/康复科 蒋聪/健康管理中心 李选琴/后勤保障部 叶轶莉

家庭无“幽”,守“胃”幸福!

5月15日是第10个全国无“幽”日(515,取谐音“我要无”幽门螺杆菌)。5月12日,医院消化肿瘤科联合三甲街道开展了“爱心义诊进社区,健康关爱暖人心”义诊活动。此次活动以“5.15 全国无幽日”为主题,旨在提高人们对幽门螺杆菌与胃癌相关性疾病的正确认识,加强居民对家庭幽门螺杆菌感染和相关疾病的防控认知,尤其溃疡与胃癌高危人群等积极根除病菌隐患。希望通过活动,提升正确认知,减少、降低高危人群患胃癌的风险。

世界哮喘日: 教育赋能,中医在行动

5月7日,是第26个“世界哮喘日”,主题是“为哮喘患者健康教育赋能”。5月8日,我院呼吸与危重症医学科医护人员来到椒江区白云街道翠华社区,开展“世界哮喘日”义诊活动,为社区居民提供哮喘健康科普知识。

图片新闻



5月15日 我院举办了2024年度编外护理人员招聘面试,吸引求职者三百余人投递简历



5月21日 浙江中医药大学2024届硕士研究生毕业论文答辩会在我院举行



5月28日 我院举办中医(中西医结合)护理优秀个案比赛



6月5日 我院开展员工技能活动比赛



6月13日 我院开展党纪学习教育专题党课