

市银桂学校 爱尔眼科 香城都市报三方携手——

# 增强爱眼护眼意识 健康科普讲座进校园

本报讯(记者夏咸芳)2月21日,香报公益大讲堂走进咸宁市银桂学校,为该校学生讲授了一堂生动有趣、干货满满的爱眼护眼知识课。这是咸宁市银桂学校、爱尔眼科医院、香城都市报紧扣“下基层察民情解民忧暖民心”实践活动要求,助力校园文明创建,用实际行动践行“我为群众办实事”实践活动的又一具体缩影。

讲座伊始,学生们集体跟随爱尔眼科医生学习了一套新的眼保健操。紧接着,来自咸宁爱尔眼科的李修圆和代洁医生,用通俗易懂的语言、生动有趣的PPT课件从眼球的基本结构、近视眼发

病的原因、近视造成的影响以及如何预防和控制近视等方面,分别为市第八小学和市第九小学的学生进行了详细讲解。讲座中还穿插了互动环节,纠正了学生们对近视的错误认识,引导他们注意科学用眼卫生,认真做好眼保健操,严格控制电子产品使用时间,积极参加体育锻炼。

此次活动,让学生们了解了爱眼护眼的方法,认识了保护视力健康的重要意义,增强了护眼的意识,同时营造了保护青少年视力的良好氛围,让学校新时代近视防控工作有效落到实处。



中南医院专家来市一医院指导胸痛中心建设工作

## 强强联手 让百姓共享健康红利

本报讯(记者夏咸芳 通讯员刘志)2月22日下午,咸宁市第一人民医院特邀武汉大学中南医院副院长、心血管内科主任鲁志兵教授,心血管内科何涛教授来院指导胸痛中心建设工作,并举行了专题讲座,助力医院进一步加快胸痛中心建设,提升胸痛患者救治能力,推进“323”攻坚行动。

会上,咸宁市第一人民医院院长王建平对医院胸痛中心建设情况进行了介绍,并希望两院以院府合作为契机,

通过医院管理、技术帮扶、人才培养、双向转诊、分级诊疗、科研协作等方式,纵深推进医联体建设,全方位提升我院医疗服务能力。他要求,全院相关科室医务人员虚心接受专家指导,持续改进不足,使医院胸痛中心建设更加科学化、规范化,不断提高胸痛救治水平和急危重症救治能力,更好地为咸安百姓生命健康保驾护航。

鲁志兵教授对咸宁市第一人民医院胸痛中心建设给予了肯定,同时指出

了存在的不足。他表示,自两院心血管内科专科联盟建立三年以来,自己见证了医院和心血管内科的成长和发展,并表示今后会进一步加强学科合作,推进两院共同进步。他希望,咸宁市第一人民医院继续强化自身优势,改进薄弱环节,不断加强人才培养,提升科研能力,提高胸痛中心医疗救治能力,顺利通过胸痛中心认证。

会上,武汉大学中南医院何涛教授作了题为《结合“中南经验”浅谈胸痛中

心创建》的报告,他以胸痛中心的创建目的、中南医院创建经验、如何创建胸痛中心等为主要内容,围绕胸痛中心创建的五大标准——基本条件与资质、对急性胸痛患者的评估和救治、院前急救系统与院内绿色通道的整合、人员培训与教育、质控与持续改进进行了深入浅出的讲解。

市第一人民医院相关负责人表示,两位专家的指导,为市第一人民医院医务人员提供了一次难得的学习机会。在今后的工作中,医院将统一思想,明确责任,改进不足,全力推进胸痛中心创建工作,持续优化胸痛中心的配置和流程,不断加强数据填报管理,提升多学科协同救治能力,从而更好地推动医院胸痛中心建设。

咸安区中医医院

## 小针刀巧解患者“大难题”

●记者夏咸芳

“早知道医院有小针刀这种疗法,几分钟就能解决我的左肩关节痛,我早就来医院治疗了,也不至于持续遭这两个月的罪了。”今年63岁的陈爹爹,在咸安区中医医院亲历了小针刀见效快、痛苦小的疗法后,拉着咸安区中医医院北门分院康复科李芳主任的手,连连称赞祖国中医学的神奇。

气滞血瘀

他关节肿痛两月有余

家住咸安的陈爹爹,自去年入冬以来,就时常感觉自己颈椎和左肩关节处不“爽利”,由于陈爹爹既往就有颈椎病和肩周炎病史,因此,陈爹爹也没把此事太过于放在心上,只是按照往常做法,在自己的颈椎和左肩部关节疼痛处,贴敷上膏药了事。然而,让陈爹爹始料未及的是,几天贴敷下来,他的左肩关节处疼痛感不但未见好转,反而持续加重,关节处开始略显肿胀,特别是受凉后,疼痛感更是明显。

“我试过很多方法,甚至卧床休息,避免颈椎和左肩部关节在外面受到寒凉,但是都不管用。”陈爹爹表示,卧床休息后,他左肩部肿痛感仍然持续加重,关节活动度日渐欠佳,就连抬手这种简单的动作也无法做到。

眼见两个多月过去,陈爹爹的左肩关节肿痛始终无法得到好转,今年1月29日,在家人的陪同下,陈爹爹来到咸安区中医医院北门分院就诊。被该院门诊收入康复科进行住院治疗。

“针”“刀”合一

医生妙手“刀”到病除

在为陈爹爹完善了相关检查后,根据检查结果,李芳主任确诊陈爹爹为经络气滞血瘀导致的骨痹病——肩周炎和颈椎病。为了尽快减轻陈爹爹的痛苦,李芳主任决定为其进行中医小针刀和穴位注射消炎镇痛疗法,并辅以温针、灸法、中频、中药熏洗等康复疗法进行治疗。

“手术开始前,因为没见过这把‘刀’什么样,心里很是有些紧张。”陈爹爹表示,尽管李芳主任给他做了耐心的解释,称“针刀”就像较粗一些的针灸针,术后无“刀口”,只是个很小的“针眼儿”,只要3天之内避免出汗和洗澡,完全不影响正常生活,但由于没有见过,他的心里还是有些忐忑不安。

2月9日,在做好充分的术前准备后,李芳主任为陈爹爹进行了中医小针刀+穴位注射手术。手术期间,仅短短的三四分钟治疗后,陈爹爹感觉左肩关节肿胀部位轻松很多,行动也方便自如了。2月16日,在该院接受二次复诊治疗后,陈爹爹说,他现在不仅抬手、背手都没有问题,就连夜晚再也不会痛醒了。



引进新技术

造福全市关节炎患者

“很多腰膝和关节痛患者是因为长期保持一种固定姿势,造成软组织劳损、粘连、血液运行不畅而导致疼痛。小针刀对患处紧张的肌肉、筋膜进行松解、剥离从而达到减张减压,局部组织再灌注的目的。”李芳主任介绍,人体软组织具有重要地位,因各种原因的损伤包括正常衰老退变,导致人体软组织受损。受损后人体启动修复程序,大部分修复正常、适度从而恢复功能,有一部分修复过度或不够,功能不能全部恢复,形成修复后的病理改变,比如医生所说的软组织“粘连、结疤、挛缩、堵塞”等。

小针刀通过对软组织的穿刺、小范围切开和分离,即临床上扭转、挑拨、推、拉等手术方法,使粘连的病变组织迅速剥离,使阻滞得以疏通,气血得以流畅,刮除疤痕、松懈骨肉,解除病变软组织对神经、血管、骨关节的影响,从而恢复功能,达到治愈目的。

该疗法除了具有软组织松解作用之外,小针刀治疗还有类似毫针的针刺效应,通过神经——内分泌——免疫系统双向调节人体各个器官,对身体进行整体调节,对颈椎病、肩周炎、腰椎间盘突出后遗症等疼痛类疾病具有可靠的疗效,是一种疗效肯定、副作用小、且简便易行的科学治疗新方法。目前,小针刀治疗范围已经扩大到内外妇儿、骨科、整形美容等诸多领域,尤其是治疗软组织伤病的临床疗效更为显著。

“小针刀是中医的针灸与西医的手术巧妙结合的产物,是一种似针非针、似刀非刀的微型医疗器械。”李芳主任提醒,小针刀看似是一种简便易行的治疗方法,但对操作小针刀的医师要求很高。虽然是微创手术,但需要有外科基础、临床资质和手术经验,还要懂中医及针灸基础的医生才能最大程度发挥小针刀的治疗作用。目前,生活中80%的颈肩腰腿痛朋友,通过正规的保守治疗是可以缓解或者治愈的,部分顽固性患者可能需要通过微创或者椎间融合术来治疗。