

世界卒中日,武大中南医院咸宁医院开展义诊宣传活动

## 体医融合 战胜卒中

本报讯(记者 夏咸芳 通讯员 刘志)10月29日是第19个世界卒中日,今年宣传主题为“体医融合,战胜卒中”。为进一步提高居民对脑卒中危险因素的认识和自我预防能力,了解和掌握脑卒中的防治知识,预防和减少脑卒中的发生,10月30日上午,武汉大学中南医院咸宁医院在门诊楼一楼大厅开展“世界卒中日”义诊宣传活动。

义诊现场,该院神经内科医护人员分别为患者家属进行了DSA健康宣教,为前来咨询的患者提供免费测量血压、血糖和脑卒中风险快速筛查。他们向患者及家属发放科普手册,针对居民提出的疑问医护人员进行耐心解答,并向居民讲解了脑卒中的危害、危险因素、预防方法,提醒居民养成健康的生活方式,定期进行脑卒中危险因素筛查。

此次“卒中日”宣传活动吸引了众多患者参与,现场气氛热烈,在为患者



带来了实实在在的健康福利的同时,进一步提高了居民对脑卒中的关注和重视,增强了自我保健意识。下一步,该院神经内科全体医护人员将持续深化

各项健康服务工作,将服务百姓健康落实在日常诊疗行为中,不断探索创新服务模式,为人民群众的生命健康贡献更多力量。

### 咸宁市中心医院 开展健康宣教活动 与“石”俱进 “救”在身边

本报讯(记者 夏咸芳 通讯员 杨可)为加强医患之间的沟通与理解,提高患者对疾病的认识和自我管理能力。11月1日下午,咸宁市中心医院消化内科医护人员在培训教室开展了主题为“与石俱进 救在身边”健康宣教活动。

活动伊始,该院消化内科陈裕医生为患者讲解了胆石症的相关知识,强调了饮食习惯对胆石症的影响。接着,主管护师周丹青及护士杨可使用“石头、剪刀、布”的定位方法,向患者及其家属展示了海姆立克急救法的正确操作步骤,并鼓励他们进行模拟练习。通过演示与练习,患者及家属们不仅学会了如何在紧急情况下救助噎食的患者,还增强了应对突发状况的信心。

在互动环节,医护人员耐心解答了患者及家属的疑问,并鼓励他们现场分享在本科室住院期间的经历和感受,以及对科室工作改进和优化的建议。

此次活动提升了患者及家属对疾病了解和预防的意识,有助于培养健康的生活习惯。他们纷纷表示,这样的活动让他们受益匪浅,希望以后能有更多类似的健康教育活动。

### 咸安区第十六届职工乒乓球比赛

## 武大中南医院咸宁医院选手获佳绩

本报讯(记者 夏咸芳 通讯员 刘志)11月1日-3日,由咸宁市咸安区总工会、咸宁市咸安区文化和旅游局联合举办的咸安区第十六届职工乒乓球比赛在咸安区体育中心体育馆举行,经过激烈角逐,武大中南医院咸宁

医院放射科陈波、检验科肖勇获得单打第三名,同时取得了男子团体赛第三名的好成绩。

据了解,本届乒乓球赛设男子团体、双打、男子单打、女子单打等5个项目。在三天的比赛中,各部门、各单位

均派出最强阵容参赛。面对强手,武大中南医院咸宁医院选手迎难而上,在激烈竞争中顽强拼搏,团结协作,采用接发球抢攻、大力扣杀、推挡等多种战术奋勇争先,赛出了风格,赛出了水平,为医院争得了荣誉。

### 女子腰痛无法正常行走,咸安区妇幼保健院中医康复科

## “针针制敌”解决疼痛烦恼

●记者 夏咸芳 通讯员 邵国平 刘鹏

腰痛、大腿像触电一样放射痛、麻木……近一个月来,疼痛已经严重的影响了62岁陈阿姨的生活质量及起居,被腰痛折磨得苦不堪言,不仅无法正常行走,就连站立和弯腰都成问题。就在陈女士经受不堪病痛折磨之时,所幸,咸安区妇幼保健院中医康复科主治医师吕锐斌医疗团队急伸援手,结合中医的四诊合参,八纲辨证基本体系,完善相关检查及辨证后,为她进行了针灸和中医适宜技术、中药治疗等,最终,陈女士病情得到强有力治疗,得以康复出院。

#### ■女子腰痛苦不堪言

家住咸安的陈阿姨患有腰椎间盘突出10余年,一直未进行系统性治疗,每次发作时,也只是在当地找人推拿、按摩或执行贴敷药膏等以基本止痛治疗,但都是治标不治本,仍有腰痛反复发作,今年9月下旬,陈阿姨在劳作时,腰痛再次发作,与之前不同的是,这一次的腰痛还伴有右下肢麻木症状,虽然卧床休息后有所缓解,但病痛却一直无法断根,直接导致了陈阿姨无法进行日常生活等一些列活动,特别是晚上,她腰痛更是达到顶峰,有时疼得连翻身都困难,只能靠止痛贴膏药来缓解,随时间日久,效果仍不明显。

10月23日,陈阿姨自感腰痛较之前更为强烈,为寻求治疗,心知不妙的她连忙前往咸安区妇幼保健院就诊。

经检查,该院门诊腰椎正侧位片结果显示陈阿姨L5椎体滑脱、腰椎骨质增生、L4-S1椎间盘突出,被该院门诊以“腰椎间盘突出,腰椎滑脱”收治入院后在中医康复科进行住院治疗。

#### ■小小针灸祛除疾患

在家人陪同下,陈女士一步一挨地上了电梯,虽然该院中医科就在6楼电梯口附近,但也就是走这短短的十几步路,陈女士仍感觉到腰部传来钻心的痛感,走路时她的脚跟几乎不敢着地,因为脚跟着地就会牵引到大腿窝,那种疼的感觉实在无法忍受,因此她只能拖着这条腿走路。

该院中医康复科主治医师吕锐斌在为陈阿姨完善了相关检查后,决定采用中医针灸加中药、按摩相结合的方式为陈阿姨进行治疗。当日,在与陈阿姨详细地沟通了治疗方案,并取得陈阿姨同意后,吕锐斌运用中草药药液为陈阿姨腰部、腿部进行了中医定向透药疗法,以及针灸特色疗法。随着时间推移,完成第一天治疗之后的陈阿姨竟然感觉自己的腰痛似乎减轻了不少,她小心翼翼地尝试着用脚跟踩地走了走,发现痛感果真没有那么明显了,这让她顿时增强了治病的信心和决心。

在之后的治疗周期里,吕锐斌灵活运用中医针灸特色疗法和独特的推拿治疗,结合现代康复治疗模式,予以脱水、抗炎、止痛,营养神经等药物辅助治疗后,为陈阿姨进行了系统性、规范化

诊疗,最终腰痛得以缓解、痊愈出院。

#### ■治疗应选择正规医院

“椎间盘突出症,人们常称之为“腰突症”,是一种因椎间盘变性、纤维环破裂,导致髓核突出引发的疾病。”吕锐斌医生介绍,这种突出可以向后方膨出或突至椎管内,对相邻组织产生刺激或压迫,从而引发一系列的临床症状。患者常常会感到腰痛,坐骨神经痛,并伴随一侧下肢的放射痛或麻木感,严重时甚至无法行走。伴随着腰椎活动受限,腰部小关节紊乱等不稳定因素发生,或者腹压增高时,疼痛会加剧。此外,患肢可能会伴随着发凉,严重者还会出现受累神经支配肌的肌力减弱、肌肉萎缩等情况,给患者的生活和工作带来极大的痛苦,甚至可能导致残疾、丧失劳动能力。

“腰突症状严重,符合手术指征者,需采用手术方式进行治疗,但很多中老年人非常抗拒这一治疗方式。”吕锐斌表示,针灸治疗腰突的首要优势在于不开刀的情况下及可获得显著的缓解疼痛作用,这种缓解疼痛的效果,不仅提高了患者的生活质量,还为后续治疗赢得了宝贵的时间,因而这一治疗方式也备受中老年人青睐。

此外,针灸治疗腰突还具有操作简便、副作用小等特点。在治疗腰突过程中还能显著改善局部血液循环,有利于炎症消退和组织修复,增加局部组织的供血量和供氧量,为受损的腰椎间盘和神经根提供充足的营养,



加速其恢复过程。由于针灸治疗不需要复杂的设备和药物,只需通过刺激穴位即可达到治疗效果。这使得针灸治疗在临床实践中具有广泛的适用性,尤其适合那些不能耐受手术或药物治疗的患者。同时,针灸治疗的副作用极小,几乎不会对患者造成额外的伤害。这一特点使得针灸成为“腰突”患者理想的治疗选择之一。

吕锐斌提醒,针灸治疗腰突往往需要结合其他中医疗法如推拿、艾灸、穴位注射等以增强治疗效果,共同作用于人体,使得治疗效果更加显著。因此,在选择针灸治疗腰突时,患者应尽可能选择正规医院进行,以达到最佳的治疗效果。

据悉,近年来,咸安区妇幼保健院中医康复科充分发挥中医传统项目的优势,如,中医、中药、针灸、小针刀、穴位注射、艾灸、推拿、脊柱正骨、刮痧、拔罐、穴位贴敷,中药熏蒸、刺络放血等,结合现代康复新技术,对患有颈椎病、腰椎间盘突出、肩周炎、痛风性关节炎、骨关节炎、面瘫、带状疱疹后遗神经痛等的患者进行康复治疗。此外,该科室还开展脑卒中急性期、恢复期的临床治疗、康复治疗;脑外伤患者的康复治疗;骨科术后治疗、患者的康复治疗以及中医养生咨询指导等业务,有需求的患者可前往咨询就诊。