



## 市妇幼保健院 接入省级急诊专科联盟体系

本报讯 记者李嘉、通讯员陈可报道:10月30日,湖北省妇幼健康联盟急诊专科联盟技术协作单位揭牌仪式在市妇幼保健院举行,旨在推动优质医疗资源向基层延伸,全面提升区域妇幼健康服务能力。

当天,省妇幼保健院相关负责人与市妇幼保健院相关负责人共同为“湖北省妇幼健康联盟急诊专科联盟技术协作单位”揭牌,标志着市妇幼保健院正式接入省级急诊专科联盟体系,其急诊救治能力建设由此迈入省、市协同联动与资源共享的新阶段。

为切实提升基层医护人员的专业能力,本次活动组织了系统的专业培训,省妇幼保健院急诊医学科、儿童重症医学科、洪山区区急诊医学科等科室主任、护士长及主治医师进行了主题授课。

此外,还进行了专项技能培训,相关领域资深专家为市妇幼保健院12名医护人员提供了严格遵循AHA最新指南的BLS(基础生命支持)技能培训,重点强化了心肺复苏、气道管理等核心急救技能。

在省妇幼专家团队的现场指导下,市妇幼保健院急诊科利用高仿真模拟设备,成功完成了一次高度贴近临床实际的原位模拟应急演练。省妇幼保健院专家结合演练过程,就病情评估、决策流程、用药规范及团队协作等环节进行了深入点评,并提出了优化建议。

## 湖科附二医院消化内科

### 实施一例内镜黏膜剥离术

本报讯 通讯员张又莉报道:近日,68岁的冯奶奶(化名)经过湖科附二医院消化内科内镜手术治疗,体内神经内分泌肿瘤被完整切除,术后恢复如常。

“要不是这次肠镜体检,我根本不知道肚子里长了东西。”冯奶奶在该院进行常规肠镜检查时,医生意外发现其消化道长了一颗肿瘤。

检查结果发现,冯奶奶的肿瘤为神经内分泌肿瘤,但局限于黏膜下层,下方的固有肌层完整无损,属于非常早期,术前全身CT检查也确认无任何转移迹象。

该院消化内科团队在省人民医院陈炜教授的指导下,为冯奶奶制定了内镜下黏膜剥离术(ESD)方案。手术顺利完成,冯奶奶当天即可下床活动,术后短期内就恢复了正常饮食和生活。

## 嘉鱼县人民医院

### 到基层开展义诊

本报讯 通讯员罗祥龙报道:近日,嘉鱼县人民医院组织心血管内科、内分泌科、呼吸内科等临床科室,以及心电图、超声科等医技科室,走进高岭镇临江村开展大型义诊活动。

7点30分,专家团队准时到位,认真倾听居民的健康诉求,通过详细问诊、细致查体,为每一位前来咨询的居民提供专业诊断和个性化健康方案。

活动现场,工作人员熟练操作仪器,为居民检测血压、血糖,并仔细记录测量数据。专家们结合典型案例,用通俗易懂的语言讲解常见疾病预防、急救技能等知识,让居民把科学保健知识“带回家”。

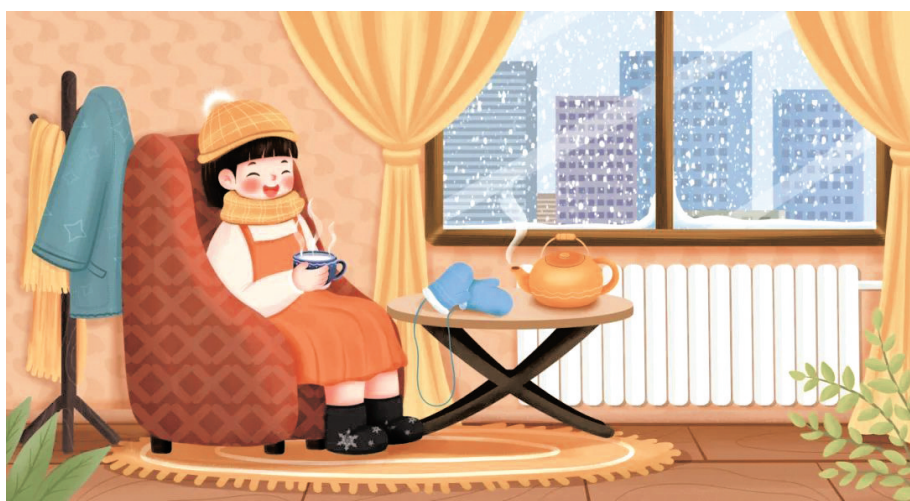
“我这老毛病一直拖着没去就医,没想到在家门口就能让专家会诊,太方便了!”70岁的陈大爷在接受完诊疗后激动地说。

像陈大爷这样受益的居民不在少数,据统计,此次义诊共为百余名群众提供服务,切实解决了许多群众的健康难题。

## 立冬养生

# 防寒保暖 健康过冬

本报记者 李嘉



立冬,是冬季的首个节气,立冬后日照时间渐短,寒意渐浓,室内活动增加,流感、肺炎等呼吸道疾病的发病风险随之上升,大家要注意日常的防寒保暖。

冬季如何利用膏方进补?肺病患者如何开展中医保健?家长如何正确给孩子穿衣保暖?本期重点围绕这几个方面的热点问题了解答。

### 科学进补

立冬之后天气越来越冷,很多人觉得“冬补就得大补”,担心不补就会抵抗力下降,民间流行用“膏方”进补,那什么是膏方?膏方是否人人适用?

专家表示,冬季进补是古人的传统智慧,但是冬补不等于蛮补,膏方也不是包治百病的万能补剂,临床上一般要根据患者的具体情况,才能确认是不是适合膏方进补。

膏方是中医的八种剂型之一,由十几味或者几十味中药,经过长时间的煎制,收汁以后加入胶类或者蜂蜜类物质,制成的半固体膏状物。

膏方有很好的滋补作用,一般有两个特点:一个是由中医大夫望闻问切,结合患者的体质和具体病情辨证论治,开具处方做膏方,对患者非常有针对性;第二,膏方一般是偏于补益滋养的方子,所以膏方更适合体质虚弱的,或者体质虚寒的人群使用。

专家提醒,以下几类人群不适合服用膏方:

一是体质湿热人群。比如,形体比较肥胖,口干口苦,心烦急躁,或者大便干燥、黏滞,或者舌红、苔黄腻,中医认为这一部分是湿热体质,如果膏方进补,就等于火上浇油,反而会加重原本湿热的体质。

二是急性感染患者。比如,感冒发烧,或者肺炎、胆囊炎、急性胃肠炎等这些急性感染,中医认为这类人人体内有病邪,这个时候进服膏方,就等于把病邪闭在体内,邪气不能正常排泄,反而会加重病情。

此外,膏方含糖,糖尿病患者尽量不要

服用。

专家特别指出,慢阻肺病人平常容易疲乏、气短、腰酸腿软,怕风,易感冒,还有咳嗽、痰多、舌苔腻,这些属于本虚标实体质,这类病人在平常没有发烧、痰量不多的时候可以用个体化配制的膏方进补。

这类病人一旦出现急性感染、病情加重,比如,痰量增多,痰黄、难咳,或者伴有发热、喘憋的时候,应该及时到医院就诊,不能自行进服膏方。

### 温阳补肾

立冬时节,天气寒冷干燥,肺部功能会受到一定的影响,慢阻肺病人在日常生活中有哪些中医保健方法呢?

专家介绍,慢阻肺的病人平常一活动就气喘,吸气吸不深,中医认为,除了和肺本身有关系以外,肾不纳气也是原因之一。

立冬以后,天气逐渐寒冷,中医认为,在这个时期“寒伤肾阳”,如果日常生活中用食疗,或者外治的方法,温阳补肾,可以帮助慢阻肺患者平稳过冬。

食疗。中医认为,“肾藏精,主纳气”,肾气充足,肺吸入的清气才能牢牢吸纳住,

呼吸才能变得更深沉平稳。一些药食同源的中药,比如,熟地、黄精、人参、枸杞子等等这些中药,有温肾补肾的作用,日常生活中适当使用,熬粥或者煲汤。

外治。冬季寒冷,要固护人体阳气,可以艾灸关元穴,关元穴在肚脐正下方三寸(四个指合并的距离);可以选择艾叶、干姜、肉桂煎水泡脚,或者把这些中药装入布袋,用水打湿,微波炉加热,用它热敷肚脐,这些方法都可以起到温肾保肾的作用。

穴位。列缺穴,双手虎口交叉,食指末端所指的位置;太渊穴,拇指翘起来,大筋内侧的凹陷处。这两个穴位可以用拇指按压,每次3-5分钟,每天1-2次,有保护肺的作用。

运动。冬季天气寒冷,运动锻炼要适当。比如,最简单的呼吸操,吸气的时候要鼓肚子,用鼻子往里吸,一直到吸不动为止,然后腹部再用力,用嘴慢慢地吐气,尽力把气都吐净,这样会锻炼肺功能,让呼吸变得更深沉。

### 天人相应

冬天气气冷,很多老人担心孩子受凉感冒,会给他穿很多层衣服,认为越保暖越

# 让养老更有“医”靠

本报记者 李嘉

日前,武汉大学中南医院咸宁医院·市第一人民医院组建多学科医疗团队,走进绿地梓湾养老院、九重锦养老院、博德老年人养护中心等6家养老机构开展健康巡诊,为老人送去慢病管理、康复指导、多学科会诊服务。

在绿地梓湾养老院,心血管内科、呼吸与危重症医学科、消化内科、感染内科的医生们正在为89岁的董爷爷下肢浮肿的病开展联合会诊,通过查看体检报告、听诊心肺功能、询问用药史,最终诊断董大爷可能存在心功能不全。

诊疗现场,医生为董大爷调整了利尿剂用量,还把原本杂乱的药盒按“早、中、晚”分类,用红笔标注服用时间和剂量,并做好医嘱。董大爷拿着整理好的药盒,紧锁的眉头舒展开来。

对于行动不便、长期卧床的老人,医疗团队推着诊疗器械到床边,俯身为老人听诊、检查皮肤状况,与养老院护工细致沟通翻身频率、饮食注意事项,确保健康服务全覆盖。

针对秋冬季老年人呼吸道疾病、胃肠道不适

高发的特点,医疗团队不仅提供“对症诊疗”,更注重“预防先行”。

呼吸与危重症医学科主任胡娟每到一处,都会向老年人演示正确的咳嗽排痰方法,教他们用腹部发力,慢慢把痰咳出来,避免用力过猛伤到喉咙。

对于需要进一步检查的老人,团队还现场登记信息,协调医院为其开通“优先检查”通道,避免老人来回奔波。

当天,医院还和各养老院达成智慧互联、长效对接、绿色通道、常态守护、双向转诊等深度合作,实现从“预防、诊疗”到“康复、慢病管理”的全链条医养服务闭环。

“医养结合不是简单的‘医疗+养老’,而是让老年人在熟悉的环境中享受到预防、诊疗、康复、慢病管理的全流程服务。”副院长徐全胜表示,医院将持续深化与养老机构的协作,把“送医上门”变成“常伴左右”,打通老年人健康服务“最后一公里”。



# “膏”招护航 养生有“方”

## 咸宁麻塘中医医院第十二届“麻塘”膏方养生节暖心开幕

本报记者 祝丹娜 通讯员 晏晓玲



活动现场

欢迎,大家纷纷排队体验。在现场,医务人员还进行了中医治未病理念及中医药养生健康知识的讲解。大家在体验后都赞不绝口,纷纷表示,这次活动不仅带来了健康福利,更让他们加深了对中医养生的理解。“我眼睛不舒服,医生就根据具体情况给我体验了‘核桃灸’技术,温温热热的,不舒服的症状马上就得到了缓解,真不错。”市民张女士和朋友现场体验了“核桃灸”“耳穴压豆”等中医适宜技术,当即表示要打电话告诉其他朋友前来体验。

据悉,本次活动是该院治未病科首次参与膏方养生节,针对现在的慢性、亚健康群体表现出睡眠不足、颈椎不好、脾胃不好等方面的症状,都适合在冬季通过膏方、灸法等中医疗法调理。治未病科也会采取建档制来做好诊疗服务,根据患者的时间来帮助解决具体问题。黄莉华表示:“越来越多的人选择冬令进补,医院研制的养颜膏、益气补血、补肾强骨、祛油减脂等经典膏方连续多年定制量达5万瓶,膏方开具量持续增长;除了深受喜爱的灸法驱寒中医适宜技术,还有医用红



市民体验中医适宜技术“核桃灸”

外热敷检测技术可以全面发现亚健康健康问题,为患者作出全息健康评估,为临床诊断提供可靠依据。”

膏方是中医传统剂型之一,兼具养生滋补和治病祛疾的功效,尤其适合秋冬服用。此次膏方节持续到2026年2月4日,该院通过系列中医药健康服务活动,引导群众树立中医“治未病”理念,做到未病先防、既病防变、病后防复,为更多市民提供更加优质的中医药特色服务。

咸宁麻塘中医医院已连续举办十二届膏

方养生文化节,制膏工艺不断提升,既保留了传统工艺优势,又利用现代科技手段进行改善和创新。一年一度的“麻塘”膏方养生节,已成为该院的文化品牌之一,不仅是对中医药文化的传承与弘扬,更是中医预防、养生与治病理念深度融合的集中体现。



咸宁麻塘中医医院 主讲