

公益义诊 联合查房 学术交流

省级外科专家基层送“良方”



全省“百佳病案”评选结果揭晓 市中心医院优秀病案入选

本报讯 通讯员沈隽宁报道:12月13日至14日,以“创新引领、规范协作”为核心主旨的湖北省医师协会外科医师分会2025年学术活动在咸宁市中心医院成功举办,汇聚全省普外科及相关领域的数百名专家学者、临床骨干,通过多维度、深层次的学术交流,为全省外科事业高质量发展注入强劲动力。

12月13日上午,来自武汉大学人民医院、华中科技大学同济医学院附属同济医院、武汉协和医院及咸宁市中心医院的知名专家领衔坐诊,涵盖肝胆胰外科、胃肠外科、甲状腺乳腺外科等多个重点领域,为咸宁群众提供免费问诊、疾病筛查、健康指导等“一站式”服务,累计接诊患者超150人次。部分专家深入病房,针对多例复杂疑难病例开展联合查房,通过现场会诊、病例分析,为基层医护人员传授前沿诊疗思路,优化治疗方案。

中国科学院院士陈孝平以“陈氏胰肠吻合技术的临床应用与创新”为题,结合数十年临床实践经验,详细阐述了该项技术的优势、操作要点及推广价值,为肝胆胰外科手术提供了宝贵借鉴。

省医师协会会长张定宇表示,外科事业的进步离不开创新与协作,既要技术突破攻克临床难题,也要以规范诊疗保障医疗质量,更要通过学术交流打通优质资源流通渠道,让基层群众享受到更高层次的医疗服务。

冬至节气的到来,标志着各地气候进入最寒冷的阶段,提示大家注意防寒保暖,根据天气情况及时增添衣物,饮食上合理搭配,营养均衡。本期重点围绕冬至节气相关健康知识,为大家答疑解惑。

隆冬时节话健康

“喝酒、吃辣祛寒”不科学
民间常说,冬天喝点酒,吃点辣可以祛寒御冷,这样做科学吗?冬天在饮食方面有哪些注意事项?

首先,喝酒驱寒并不科学。饮酒后皮下毛细血管扩张,血液加速流向体表,短时间会感到面部和身体发热、出汗,但热量会更快地从体表消散,反而容易受寒、感冒。

特别提示:服用药物期间不建议饮酒。许多药物会与酒精产生不良反应,如常用的头孢类抗菌药、镇静安眠药、解热镇痛药(对乙酰氨基酚、布洛芬、阿司匹林等)。尤其是头孢类药物,饮酒后3天内不宜服用,用药后7天内不能饮酒,否则可能会出现双硫仑样反应,表现为心悸、头痛、呕吐等严重不适,甚至会危及生命。

第二,不能靠吃辣“祛寒御冷”。适当吃辛辣可以增进食欲、促进发汗,但吃辣也因人而异。中医认为,辛辣食物容易耗伤津液,可能引起口干咽燥、口腔溃疡、便秘等不适,对于有慢性消化系统疾病,如慢性胃炎、消化性溃疡的人,可能诱发病情发作或者急性加重。

第三,从顺应天时四季养生而言,冬季适宜食疗进补,但要注意合理搭配、营养均衡。食补包含两个方面,一是温阳,二是滋阴。对于阳虚体质,平素畏寒怕冷、手脚发凉,适宜温阳,可以多食一些羊肉、牛肉、核桃、板栗等。如果是阴虚体质,平素口干咽燥、手足心热,需要滋阴,可以多食木耳、银耳、莲藕等食物。建议采用炖、煮、煲汤的烹饪方式。食疗进补因年龄、个人体质和地域不同而不同,建议可以咨询医生,不能盲目进补。

受寒感冒和流感后常常容易咳嗽,很多人一咳嗽就想着用最强的药把它“压下去”,这样做是否正确?

首先,这种做法不正确。咳嗽本身不是病,而是一种保护性的反射,可以帮助我们清理呼吸道中的病菌、痰液。因此,咳嗽、特别是有痰的时候,如果强有力地镇咳,痰排不出来积在肺里面,反而更容易加重感染。

久久不能恢复,主要原因是感冒后气道上皮受损,尚没有完全修复,气道的敏感性就会增强,受到一点刺激就会诱发咳嗽。如果咳嗽程度比较轻,或者是发作不频繁,不太影响正常的生活和工作,既往也没有任何慢性疾病的,可以通过自身调护来促进康复。

一是保持室内适宜的湿度,避免干燥,必要时可以使用加湿器。二是外出科学佩戴口罩,避免像粉尘、烟雾、异味、冷空气等刺激。三是少吃刺激性食物,可以适当多吃一些有润肺止咳作用的食物,如百合、梨、银耳等。四是按压鱼际穴、太渊穴。鱼际穴在第一掌骨中点,手掌和手背交界点;太渊穴在第一掌骨根部向下延伸,和腕横纹的交界处。

在咽痒、咳嗽发作时,可以用拇指按压这两个穴位,每个穴按压3到5分钟,局部感觉微微酸胀即可,可以左右手交替。如果咳嗽持续加重,同时伴有其他症状,比如胸痛、气短、胸闷,影响正常的生活和工作,建议及时去医院就诊。

冬至数九,天气寒冷干燥,呼吸道的防御功能也会下降,很容易发生像感冒、肺炎、流感等呼吸道感染性疾病,还有一些慢性呼吸系统疾病,如哮喘、慢阻肺等患者容易因感冒而诱发基础疾病加重。

专家推荐中医预防感冒的小方法:坚持晨起用凉水清洗鼻翼两侧,然后以手指按压鼻翼外缘中点旁0.5寸位置的迎香穴,至微微发热,可以增加呼吸道的防御功能,同时改善鼻部对冷空气的适应力,起到预防感冒的作用。在这里也提醒慢性疾病的患者,一定要遵医嘱,规律用药。

感冒用药先看说明书
现在市面上能买到很多感冒药,患者自己买药的时候怎么能挑选到适合自己的药,在服药的时候有哪些注意事项?

如果确定是普通感冒,用药时要记住“对症治疗、安全用药”这八个字。

西药的感冒药一般有两个成分:第一种是减充血剂,常见的是伪麻黄碱;第二类是抗过敏药,常见的是扑尔敏。这两种药物的组合可以缓解鼻子堵、打喷嚏、咳嗽、嗓子疼这类常见症状。

如果同时有发烧,超过38.5℃,或者身上酸痛、关节痛、头痛特别明显,可以加一点退烧止痛药,如对乙酰氨基酚或者布洛芬,但是这些感冒药通常是复方制剂,选一种就可以,尽量不要同时服用,一定要看说明书,注意用药时间间隔,避免过量。

如果鼻塞症状特别明显,使用含有伪麻黄碱的鼻喷剂可以收缩血管,但要注意这类药物不能长期使用,建议不要超过一周,避免引起药物性鼻炎,适得其反。

专家提醒,感冒用药要注意两个方面:
第一,抗生素不治感冒。如阿莫西林、头孢菌素、左氧氟沙星这类抗菌药物是针对细菌感染,而普通感冒大部分是病毒感染,滥用抗生素会引起细菌耐药。一般有明确的细菌感染,如细菌性鼻窦炎、肺炎,医生才会开抗菌药物处方。

第二,抗病毒药物不能滥用。尤其是引起普通感冒的常见病毒,没有特效药,一般在确诊流感48小时之内,医生会开一些针对流感的抗病毒药物。建议大家不要在没有依据的情况下早期使用抗病毒药物。

第三,特殊人群尤其要注意用药安全。老年人用药一定要仔细看说明书里的药物成分,如伪麻黄碱会对血压和心脏造成影响,高血压、心脏病患者要谨慎使用;儿童用药要选择儿童剂型,不要把人用药给儿童减量服用;孕妇用药一定要咨询产科医生或药师,避免滥用药物,引起不必要的风险。

现在市面上能买到很多感冒药,患者自己买药的时候怎么能挑选到适合自己的药,在服药的时候有哪些注意事项?

如果确定是普通感冒,用药时要记住“对症治疗、安全用药”这八个字。

西药的感冒药一般有两个成分:第一种是减充血剂,常见的是伪麻黄碱;第二类是抗过敏药,常见的是扑尔敏。这两种药物的组合可以缓解鼻子堵、打喷嚏、咳嗽、嗓子疼这类常见症状。

如果同时有发烧,超过38.5℃,或者身上酸痛、关节痛、头痛特别明显,可以加一点退烧止痛药,如对乙酰氨基酚或者布洛芬,但是这些感冒药通常是复方制剂,选一种就可以,尽量不要同时服用,一定要看说明书,注意用药时间间隔,避免过量。

如果鼻塞症状特别明显,使用含有伪麻黄碱的鼻喷剂可以收缩血管,但要注意这类药物不能长期使用,建议不要超过一周,避免引起药物性鼻炎,适得其反。

作为一家深耕中医诊疗、兼具中西医结合优势的医疗机构,咸宁麻塘中医医院始终秉持“以患者为中心”的服务理念,密切关注群众就医需求。近年来,随着人们生活环境、生活习惯的变化,

医院就诊,不要盲目止咳,一定要系统检查,明确原因。

第三类:慢性咳嗽。一般持续8周以上就是慢性咳嗽,除了前面所说的这些原因以外,慢性阻塞性肺疾病、胃食管反流也可能引起咳嗽,当然有一些也要通过影像学拍片来排除,如肺炎、肺结核及肺部肿瘤等疾病。

不管是急性还是慢性的咳嗽,如果1周以内没有明显缓解,尤其是出现了伴随发热、咳嗽、咯血、呼吸困难这些表现的时候,一定要及时就医。

不管是急性还是慢性的咳嗽,如果1周以内没有明显缓解,尤其是出现了伴随发热、咳嗽、咯血、呼吸困难这些表现的时候,一定要及时就医。

不管是急性还是慢性的咳嗽,如果1周以内没有明显缓解,尤其是出现了伴随发热、咳嗽、咯血、呼吸困难这些表现的时候,一定要及时就医。

不管是急性还是慢性的咳嗽,如果1周以内没有明显缓解,尤其是出现了伴随发热、咳嗽、咯血、呼吸困难这些表现的时候,一定要及时就医。

不管是急性还是慢性的咳嗽,如果1周以内没有明显缓解,尤其是出现了伴随发热、咳嗽、咯血、呼吸困难这些表现的时候,一定要及时就医。

不管是急性还是慢性的咳嗽,如果1周以内没有明显缓解,尤其是出现了伴随发热、咳嗽、咯血、呼吸困难这些表现的时候,一定要及时就医。

赤壁市烟草专卖局 召开学习贯彻党的二十届四中全会精神宣讲会

本报讯 通讯员邓意生报道:12月15日,赤壁市委专家宣讲团讲师到赤壁市烟草专卖局开展学习贯彻党的二十届四中全会精神宣讲会。

通城县烟草专卖局 召开重点工作专题学习会议

本报讯 通讯员姜美玲报道:近日,通城县烟草专卖局组织各支部书记及党员骨干,以“检验工作成效 推动落实落地”为主题,召开三项重点工作专题学习会议。

会议紧扣干部能力素质提升专项行动、“133部所”建设及“示范清廉部所”创建三项核心任务,系统复盘前期工作成效,深入

咸宁麻塘中医医院皮肤科正式开诊



本报讯 通讯员晏晓玲报道:近日,咸宁麻塘中医医院传来重磅喜讯——为进一步完善学科布局,满足广大患者对皮肤病诊疗的迫切需求,医院皮肤科正式开诊。

作为一家深耕中医诊疗、兼具中西医结合优势的医疗机构,咸宁麻塘中医医院始终秉持“以患者为中心”的服务理念,密切关注群众就医需求。近年来,随着人们生活环境、生活习惯的变化,

皮肤病发病率逐年上升,患者对专业、规范的皮肤病诊疗服务需求日益增长。为破解患者“看病远、找专家难”的困境,医院经过精心筹备,积极引进高层次皮肤科人才,正式组建皮肤科,填补了医院在该专科领域的空白,实现了学科建设的又一重要突破,让患者在家门口就能享受到优质的皮肤疾病诊疗服务。

此次入驻的胡湘涛副主任医师,是皮肤病诊疗领域的资深专家,拥有三十年丰富的临床诊疗经验。他毕业于华中科技大学同济医学院,先后在湘雅医院皮肤科、益阳中心医院医疗美容科进修深造,积淀了深厚的专业理论功底和扎实的临床实操能力。期间,胡湘涛副主任医师还在国家医学核心期刊发表学术论文多篇,学术成果丰硕;曾担任亳州古井医院皮肤科主任、河源长安医院皮肤与医疗美容科主任,在学科建设、团队管理和临床诊疗方面积累了丰富的经验。

在诊疗范围上,胡湘涛副主任医师擅长各类常见及疑难性皮肤病、性病的诊治,尤其对带状疱疹、各种癣症、皮炎、湿疹、银屑病、白癜风、痤疮、疤痕等皮肤病,以及淋病、尖锐湿疣等性病有着精准的诊疗方案和丰富的临床案例。同时,他熟悉各类先进的光电诊疗技术,能够针对色斑、雀斑、黄褐斑、皱纹、皮肤老化、敏感肌肤、痘坑痘印、玫瑰痤疮、多毛等皮肤问题,提供个性化的医美改善方案,全方位覆盖患者的皮肤健康与美容需求。