



秉恒致医 和精生命
仁德筑基 利民为本



扫码关注南阳市第一人民医院
医院微信公众号

卧龙区医疗健康服务集团

南阳市第一人民医院信息

2022年11月29日 星期二 第12期 总第463期 (内部赠阅)

南阳市第一人民医院主办 地址:南阳市人民南路 网址:www.nymmy.com 急诊急救电话:0377-63310120 医院咨询电话:0377-63310070

市委书记朱是西深入我院 调研督导疫情防控工作



11月8日,市委书记朱是西深入南阳市第一人民医院调研督导疫情防控工作,强调要坚持“人民至上、生命至上”,坚持“外防输入、内防反弹”总策略,坚持“动态清零”总方针,高效统筹疫情防控和经济社会发展,确保实现“疫情要防住、经济要稳住、发展要安全”。

市第一人民医院门口,在认真查验场所码、行程卡和24小时核酸检测阴性证明后,朱是西一行进入院区。“防止院感采取哪些措施?群众就医方便吗?”朱是西问道。医院负责人回答:“从入口开始通过预检分诊等措施,把牢防止院感四道关口。同时采取开通急救绿色通道、线上问诊等措施方便群众就医。”朱是西指出,做好疫情

防控不仅是安全问题、民生问题,更是政治问题、发展问题,一定要高度重视,站位“无病例就是群众最大的红利,就是对稳增长促发展最大的支持”的高度,坚决克服麻痹思想、厌战情绪、松劲心态,从严从实抓好常态化疫情防控各项措施的落实。要充分发挥发热门诊“哨点”作用,严格落实预检分诊、首诊负责制,做到“早发现、早报告、早隔离、早治疗”;要切实做好院感防控工作,坚决不能掉以轻心。要严格督导问责,对失职失责、履责不力,导致疫情传播扩散的,依法依规严肃处理、坚决追责问责。

李鹏、李永、阿颖参加。

(来源:《南阳日报》)

“南阳市感染性疾病精准诊断重点实验室”落户我院 科技创新添活力 让疾病监测“提速”

日前,南阳市科学技术局印发《关于同意建设南阳市重点实验室的通知》文件。我院“南阳市感染性疾病精准诊断重点实验室”在南阳市重点实验室组建审核中脱颖而出,成功获批!

这不仅标志着南阳市第一人民医院在感染性疾病预防控制及临床治疗领域全市领先,更为我院学科高质量发展和科研能力创新提供了强有力保障。至此,我院拥有的南阳市重点实验室数量增至9个。

据悉,该实验室在豫西南首家引进宏

基因组测序(mNGS)测序技术,为全国首家地级市独立开展感染性疾病高通量测序的市级重点实验室。

下一步,医院将进一步加强科技平台建设,以重点实验室为主体,打造现代化、开放性实验技术与研究平台,以高水平科研团队为核心、以高层次科研项目为牵引,持续巩固、提升重点实验室研究优势与特色,积极培育标志性科研成果,为加强豫西南地区感染性疾病监测及防控能力提供强劲助力!

(感染性疾病精准诊断重点实验室 李媛媛)

医院·光影

开题明思 科研促教

——我院召开2021级硕士研究生开题报告会

近日,我院2021级硕士研究生开题报告会在6号楼2楼远程会议室举行。院长马磊、纪委书记张钦昌、副院长翟磊出席会议,会议由张钦昌同志主持,科教科科长周丽娜担任开题秘书,我院研究生导师及所有研究生参加会议。来自肿瘤学科、内科学的五位研究生分别进行开题汇报,我院肿瘤、中医、呼吸、病理、放射、伦理等专业专家就研究生汇报内容给予点评指导。

(科教科 李玉林)



我院深入贯彻学习党的二十大精神

学深悟透 实干笃行

连日来,南阳市第一人民医院通过观看视频、理论中心组学习、交流研讨以及“三会一课”、主题党日活动等形式深入学习贯彻党的二十大精神,动员全体党员干部职工进一步凝心聚力、砥砺奋进,把党的二十大精神融入到医院发展各项工作中,以高度的政治自觉、思想自觉、行动自觉,开创医院工作新局面。

会议要求,全体党员干部职工要坚定理想信念,坚持理论联系实际,自觉把思想和行动统一到党的二十大精神上来,进

一步增强“忧患意识、创新意识、合作意识”,落实上级相关政策要求,把握方向、转变观念、团结协作,突出实效,在推进健康中国建设道路上奋发有为、砥砺前行。

学习中,全体党员干部职工紧紧围绕习近平总书记在报告中的讲话精神展开讨论,并明确下一步努力方向。全院干部职工纷纷表示,党的二十大报告高屋建瓴,内容丰富,思想深刻,今后将深入贯彻会议精神,坚守初心使命,以更加昂扬的斗志谱写卫生健康新篇章! (党办 王琳)

我院晚间课堂线上开讲

学习教育再深化 云端授课促提升

为不断促进医院学科发展、人才梯队及临床技能水平建设,进一步提高综合救治能力,满足医院可持续发展及群众健康需求,根据医院“十四五”规划,我院领导高瞻远瞩,安排科教科制定晚间课堂培训实施方案。

自今年6月份以来,我院按照计划,特邀南阳医专数名教授于每周四19:30-21:00在门诊楼五楼会议室,进行晚间课堂授课。近日,疫情形势严峻,但各科室学习热情不减,在科教科与授课老师的沟通协调下,晚间课堂以钉钉线上直播形式与学员们云端相见。

据了解,钉钉直播间可同时上线500人,满足了广大职工的学习需求。截止目前,我院已开展晚间课堂知识讲座17场,累计受教育5741人次。

据了解,我院晚间课堂作为医院“365”培训计划的重要组成部分,是临床医师强化理论知识的一项继续再教育重要举措,也是提高医疗队伍整体业务水平的高效培训途径。今后,我院将以集中学习教育为契机,为医院高质量发展提供强有力的人才队伍建设和专业技术保障,为广大患者交上一份“技术专业、服务贴心、诊疗安全”的健康答卷。(科教科 王双)

医院·新闻速递

●11月10日,我院晚间课堂特邀医院一附院马瑜红教授为医护人员开展《药物代谢动力学》知识讲座。讲座采用钉钉线上直播的方式,可供数百名职工参与、聆听,有助于提升大家的专业技术知识,更好地为广大患者服务。

●11月20日,我院举行“心梗救治日”大型健康义诊活动,由胸痛中心资深专家为广大患者进行免费健康筛查、测量血压科普宣教,将暖心关怀送到他们身边。

●11月23日,我院开展主题为“建院70年 奋进谱新篇”的短视频大赛,旨在通过视频剪辑的形式展现医护人员抗击疫情、坚守岗位、服务患者的责任担当和真心真

情,吸引了全院众多职工参与其中。

●11月26日,南阳市第一人民医院70周年庆祝大会举行。卧龙区委书记吕志刚、卧龙区政协主席徐大鹏、南阳市卫健委副主任王志昂、南阳市医保局党组书记、局长马驰昭、南阳市民投公司党委书记、董事长张伟、南阳市医学会秘书长刘岩、南阳市第一人民医院党委书记窦晓蓓、院长马磊、南阳市第一人民医院名誉院长贺利民出席庆祝大会。吕志刚、王志昂、窦晓蓓、马磊、贺利民分别致辞。卧龙区人大常委会主任李廷武主持庆祝大会。市内三级医院及专科医院负责人、医共体成员单位、医院班子成员及退休职工代表参加庆祝大会。

“疫”往无前 为爱守护

——致敬市一院奋战核酸采集一线人员

连日来，我院医护人员枕戈待旦、星夜出征，奋战核酸采样一线，他们不畏辛劳，以饱满的精神和严谨的态度确保每一个采样保质保量的完成，为打好疫情防控战役贡献自己的一份力量，践行白衣天使的使命和担当。

在卧龙区光武街道，按照核酸检测要求，温馨的提示声此起彼伏，我院医护人员挨家挨户地上门采集，信息录入、采样、手消……“天使白”每天坚持不断重复着相同的操作流程。

冬日凌晨的寒冷，丝毫没有影响大家的速度，经过几个小时的奋战，街道、小区里到处留下了他们的足迹。从黑夜到白天，他们用自己的付出和坚守，全力以赴地保障采样工作高效、有序进行。

疫情来势



(文/图:吴玉影 卢峥)

汹涌，我们的医护人员不惧艰辛，用汗水灌溉人民群众的生命之花，用实际行动守护人民群众的健康安全。医者仁心，是骨子里的那份博爱情怀，是身上担负的那份心系百姓健康的崇高责任，以奉献筑防线、以生命赴使命，他们用实际行动诠释着医护人员敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆的精神。我们始终坚信：心中有力量，眼前有希望！只要“疫”路有我，一切美好终将如约而至！

医共体之窗

日举行，旨在为广大群众搭建便利的健康咨询平台，切实为大家解决诊断治疗中遇到的实际困难，将暖心关怀送到患者身边。

●11月26日，卧龙区卫健委召开全区便民核酸采样站工作部署会。全区7个街道办事处、11个社区卫生服务中心等相关负责人参加会议。会议要求，各街道办事处(社区)工作人员与社区卫生服务中心工作人员要密切配合，严格按照上级要求和核酸采样规范标准操作到位，促使全区疫情防控工作质量和效率得到有效提升。

●11月18日，卧龙区医疗健康服务集团党政办公室在集团办公场所2楼会议室召开科务会。会议总结2022年度工作，并对2023年工作进行安排，积极围绕疫情防控和乡镇卫生院能力提升等方面开展工作，重点在于“防”和“治”。一是通过培训院感防护知识和推进防护规范化加强防护能力。二是通过多样化培训、会议和“3+1+1”组团帮扶来提高卫生院医疗救治能力，提升各卫生院新冠肺炎救治能力。

●11月26日，卧龙区医疗健康服务集团总院积极发挥集团牵头医院的引领作用，携手各医共体成员单位，开展大型健康义诊活动。本次活动在总院建院70周年华诞当

【医患情深】

真情服务暖心底 泰国患者赠锦旗

日前，泰国籍患者玲玲(化名)携家人来到我院神经外一科，为该科室的医护人员送上一面锦旗，感谢他们在住院期间对自己的悉心照顾和暖心关爱。

护士李伟看着眼前这个行动自如、美丽自信、笑脸盈盈的女孩，很难想象她居然是两个月前一度昏迷躺在病床上乱抓乱撞极度烦躁的玲玲。当时，这个年轻漂亮的泰国姑娘，因过敏气道梗阻导致缺氧缺血性脑病，由外地某医院转入我院神经外一科治疗。刚来时，玲玲呈昏迷状，气管切开，留置胃管、尿管、中心静脉置管，四肢肌张力高，异常烦躁伴随时而大汗淋漓，臀部及足部带压疮，入院时家属极度焦虑，担心玲玲

醒不过来成为植物人。

为了缓解患者及家属的焦虑，神经外一科的医护人员为其制定个性化的治疗计划并耐心对其进行专业护理。经过46天的不懈救治，玲玲终于苏醒。患者家属激动地对神经外一科的医护人员说：“谢谢你们仁心仁术，是你们陪伴我们度过最黑暗时光，重新燃起了对生活的希望，神经外一科团队给了玲玲第二次生命！”

(神经外一科 李伟)



锦旗传心意 浓浓医患情

“市一院的医生技术精湛，护士细致耐心，非常感谢你们这段时间对我们的热情服务！”近日，我院心血管内一科、急诊医学科的医护人员收到了患者及家属特地送来的锦旗，为忙碌的科室增添了暖意，传达着他们对我院医护人员的信赖与支持。

72岁的张女士(化名)有15年胸痛病史，由其他医院转入我院。入院时，她已经有明显心衰症状，双侧胸腔积液，日常无法平卧，饱受病痛折磨。行冠脉造影检查后，发现她前降支近段闭塞。经过心血管内一科医护人员精心施治，对症下药，不仅为她顺利开通了闭塞的前降支，也让张女士的其他临床症状都得到了有效缓解，现已康复出院。

40多岁的马先生(化名)被送

入我院时，突发心脏骤停，病情十分危急。急诊科医护人员在给予心肺复苏及ECMO等紧急抢救治疗后，马先生被转入心血管内一科。住院期间，心内一科的医护人员积极给予其精心护理，热情关怀，不久之后，马先生便顺利痊愈，康复出院。

出院后，张女士和马先生分别携家属来到我院心血管内一科和急诊医学科，为医护人员送上锦旗以表谢意。

一面面饱含深情的锦旗，一张张健康阳光的笑脸，一幕幕真诚热情的服务……这些不仅是我院积极开展优质医疗服务的真实写照，也是患者和家属对我院医护人员关爱患者、无私付出的赞许与鼓励。

(心血管内一科 马艳伟)

最新技术

我院心脏大血管外科巧妙“拆弹” 使急症患者转危为安

日前，我院急诊医学科接到一名急症患者，该患者不仅有既往高血压病史，并且出现了急性A型主动脉夹层等特殊情况，危急时刻，我院多学科联合救助，使其转危为安。

“你好，这里是心脏大血管外科，我是EICU的医护人员，有个病人突然出现剧烈胸痛伴呼吸困难，希望多学科会诊一下。”接到电话，我院心脏大血管外科主任曾显阁立即前往EICU，为患者诊断病情。经诊断，患者为急性A型主动脉夹层、升主动脉瘤内膜大破口、大量心包积液，情况危急，需要立即进行手术。

在此之后，曾主任了解到患者有高血压病史，未规律服药，5小时前到我院

急诊就诊后突然出现呼吸困难。在和家属商议后，家属同意手术。随后，心脏大血管外科积极讨论，为患者制定详细手术方案，并进行周全的术前准备。几十分钟后，患者被推进手术室。

手术中，见升主动脉即将破裂、主动脉瓣二瓣化畸形、右冠状口半断裂。主动脉瓣就像通向心脏的“门”，也就是说，现在患者的心门处，悬着一颗随时可能“自爆”的“炸弹”，情况极其危险。曾显阁主任团队立即为患者进行急诊全麻体外循环下行Bentall手术。

经过5个多小时的手术，患者脱离了生命危险，顺利返回心外监护室，一场紧急的生死救援完美落幕！

(心脏大血管外科)

我院成功为一名12岁患儿开展阑尾粪石冲洗术 巧手保阑尾 内镜祛病痛

近日，我院儿三科门诊接诊了一位12岁患儿，当时孩子右下腹疼痛明显，伴有恶心，查血常规提示白细胞显著升高，门诊以“阑尾炎”收治住院。患儿住院后进行CT检查，提示阑尾炎、阑尾粪石；阑尾周围淋巴结肿大。

面对这种情况，传统的保守治疗只能缓解当时炎症，不能将阑尾内粪石取出，后续患儿阑尾炎极易反复甚至进一步加重化脓、穿孔。而外科手术或腹腔镜手术虽能解决问题，但手术创伤大，且不能保留患儿阑尾。患儿家长表示，希望保留孩子的阑尾。

儿三科医生在征得家长同意后，决定给予患儿采用肠镜下逆行性阑尾治疗

术(ERAT)。科室迅速联系麻醉科和内镜中心，在最短时间内安排手术。

手术中，一次性子镜顺利进入阑尾腔内，果然看到了罪魁祸首：阑尾粪石。并且周围已经形成明显水肿、充血，在儿科、内镜中心医护人员的密切配合下，经反复冲洗，患儿体内阑尾粪石终于被清理出来。

术后，患儿右下腹疼痛明显缓解，继续给予抗生素治疗后，患儿症状消失，复查阑尾超声基本正常。

最后，经过儿三科、内镜中心、麻醉科通力协作，患儿在保留阑尾的前提下，顺利治愈出院。

(儿三科 裴杰)

主委风采



越是疑难越向前

——记南阳市第一人民医院神经内四科、高压氧科主任王振焕

专家简介:

王振焕,主任医师,硕士生导师,神经内四科主任、高压氧科主任,河南省高压氧分会副主任委员,河南省神经病学分会委员,南阳市高压氧分会主任委员,南阳市神经病学分会副主任委员,南阳市学术技术带头人。

叩诊锤、触觉针、音叉,她的白大褂口袋里总是塞满了这老几样,走到哪,揣到哪,信手拈来。

找不出病因、无法确诊的疑难杂症是最令患者困惑的事,但她总能在重重迷雾中拨云见日,帮助他们最终确诊,摆脱了“未知”病魔的纠缠。她,就是南阳市第一人民医院神经内四科主任、高压氧科主任——王振焕。

先定位、再定性——这是根本

医学发展至今,尽管高精尖的辅助检查仪器越来越多,但在临床摸爬滚打28年的王振焕主任这里,最信赖的还是那“老几样儿”,没有什么比询问、查体更能了解病患情况的方法。凡是找到王振焕就诊的患者,有很多是已经历过多次就医却始终没有被确诊的患者,而面对患者一次次殷切地“恳求和期盼”,王主任深知需要“竭尽全力”。

“询问、查体、讨论、诊断,每一个环节都需要很用心、很细心。心脑血管疾病不同于其他病症,有很多症状不明显,牵扯面广、内容多、复杂,详细询问病史的同时向家属提问,了解详细情况或病发时状态、症状等都是每个病人看诊的必要过程。

“神经内科第一步是定位,第二步是定性,这是赖以生存的根本。”扎实的基本功是王主任最为看重的根基。

“现在的确有很多高级辅助检查设备,但是过于依赖它们,没有自己的主观判断,有时候会被机器牵着走。看病,归根到底还是医师的判断!”王振焕坦言。也正是由于疾病的“疑难”,进门的患者往往眉头紧锁,唉声叹气。每每这时,王主任先会为其减压。

从患者到朋友——这是转变

自1993年来到市一院工作,从医近30年,王主任治疗病人不计其数。有一名高中生让王主任印象深刻,虽然时隔15年,每每想起仿佛昨天发生一样。

当时,这名家住中心市场的高三学生因为定时癫痫样发病求医半年未果前来就诊。询问病史时,家长跟其本人都没有完整清晰的描述,这给治疗确诊带来了难度。

王振焕发现患者每天早上6、7点钟会发生短暂性癫痫样发病,经过两三次观察,发现伴随低血糖。结合患者的年龄,经过进一步刨根究底,检查后确诊为胰岛细胞瘤,经针对病因手术治疗,患者完全康复。

有一个20多年前的患者因为脑出血偏瘫前来治疗,通过王主任精心治疗恢复健康后,经常介绍周围的亲戚、朋友来就诊。正是因为这些口碑相传的老病号,从病友变成了朋友,从自己来看病到介绍家人、亲友来看病。往往不管有什么问题,只要不舒服就给王主任打电话询问。她总是不厌其烦的详细回答,就跟老朋友一样相处。大家都说王主任医术高超,人也和蔼可亲,不仅在身体上缓解病痛,精神上同样得到帮助和关爱。

爱学习 常钻研——这是使命

喜爱唱歌、跳舞、打球的王主任,总是把个人的爱好停留在往日的回忆之中,因为工作繁忙没有时间付诸行动。王主任常说的一句话:“只要有三个医生确诊不了的疾病,那就值得研究”。

神经内科医生的工作面对疑难杂症总是充满挑战。面对这种挑战,王主任总是信心满满且小心翼翼。她总是千方百计为病人缓解痛苦。在查房时,不怕累、不怕脏,眼中只有病情,没有其他。面对病患,给她们脱袜子、检查脚等等都是经常要做的。

因为忙工作,面对孩子,王主任总

是有很多愧疚,陪伴孩子的时间太少,越是节假日的时候越是忙碌。但是孩子总说:“妈妈是救死扶伤的医生,很骄傲有这样一个妈妈,希望妈妈能够救治更多的病人。”

平时,除了外出学习,每天晚上的网课也成了王主任必备课程。学习新的知识和技术手段来充实自己,提高自己。多年来致力于神经系统疾病的临床诊疗、预防及教学工作,率先在医院开设神经内科眩晕门诊,利用手法复位治疗良性阵发性位置性眩晕取得很好疗效,同时重视中枢性眩晕的鉴别,为众多患者减轻了病痛,保障了安全。

除此之外,作为科室主任,王振焕始终以身作则,积极带领科室成员不断进取,探索先进诊疗手段。科室里的焦雨欢医生曾前往北京宣武医院进修,张迎新医生曾前往湘雅医院进修,都专攻学习神经内科疑难病诊治,孜孜不倦探寻病灶真相,使所学知识与临床实践结合,致力于造福南阳患者,帮助他们解除病痛。

如今,在王振焕的带领下,该科室勇于攻坚克难,综合实力不断提升,形成了一支技术精湛、梯队完善的专业医疗团队,为无数患者的诊疗和康复提供了强有力的保障! (宣传科 吴玉影)

技术强院

南阳市第一人民医院中医科

承古拓新 志存高远

在南阳市第一人民医院,有一个中西医结合的科室——中医科。为积极响应“2030 健康中国战略”大力发展中医药的号召,医院将中医科升级打造为集功能性、舒适性、美观性于一体。

中医科门诊仲景苑位于2号楼3楼,典雅的独立诊室,搭配中式的家居软装,彰显出沉稳雅致、古色古香、简约大气的中医特色文化底蕴。仲景苑内设有中医内科、中医妇科、中医儿科、针灸理疗室、中药房。仲景苑开设名医工作室,为患者提供优质全面的诊疗服务。

党建引领促发展 医路铿锵踏歌行

名医工作站负责人翟磊:中共党员,主任医师、医学硕士、硕士研究生导师,中医专家,南阳市第一人民医院副院长。

河南中医药大学教授、南阳理工学院张仲景国医学院教授,经国家中医药管理局遴选指定为全国第四批名中医专家学术经验继承人,河南省高级中医继承型人才,河南省推广中医药适宜技术专业培训教师。

河南省中医免疫专业委员会副主任委员、河南省卒中学会中西医结合分会副主任委员、南阳市中医药学会络病专业委员会主任委员,卧龙区中医,

专业技术拔尖人才。擅长:治疗脑病、肾病及杂症。

中医科坚持以党建促发展,依托高水平科研创新平台,提升临床、教学、科研水平;扬长补短,强化内涵建设,实现数量扩容向质量提升的稳步转变,深入推进领军人才计划和多学科交叉融合,努力培养中医药高层次人才,着力创建中医药创新高地;立足新发展阶段,贯彻新发展理念,构建新发展格局,切实落实好“十四五”规划,争当中医药传承创新发展的排头兵和领头羊。

为民服务立潮头 奋辑争先奏强音

中医科病房位于2号楼6楼,设置开放床位26张。经过不懈努力,已发展成为中医水平站在前沿、现代医学跟踪得上、管理能力匹配到位的特色学科。科室以中医药特色优势为发展之本,同时结合现代医学和科学技术,让中西医优势互补,提高疗效。

作为中医科,首先要把中医药临床疗效发挥得淋漓尽致。从对疾病的认识到证候规律的把握;从病因到病机;从治疗思想、治疗原则到理法方药;从特色治疗到单方验方;从生活起居到调理养护……中医科注重学习全国名中医与本院名中医的学术思想和临证经验,

中医特色疗法和适宜技术,并运用于临床。

长期以来,中医科主任王希瑞高度重视科室文化建设,以文化人、以文铸魂,锻造出了一支高素质、有灵魂的员工队伍。广大员工秉承着“一切以患者为中心”的核心价值观,在技术上追求精益求精,服务上追求至善至美,信誉上追求诚信可靠,以主动服务、乃至感动服务,赢得患者信赖。

“放心、顺心、贴心、动心”的“四心”服务,是广大患者对中医科医务工作者的最美赞誉。

中医科诊治范围:眩晕、头痛、中风偏瘫麻木、面瘫、心悸、胸痹等心脑血管疾病;鼻炎、支气管炎、哮喘等呼吸系统疾病;慢性胃炎、胃溃疡、长期腹泻、便秘等消化系统疾病;糖尿病的中药调理;颈椎病、肩周炎、腰腿痛等各种慢性疼痛;睡眠障碍、亚健康状态;月经失调、痛经、闭经、子宫肌瘤、卵巢囊肿、乳腺增生、更年期综合症等妇科病等。

中医科将针灸、康复与预防保健有机结合,既立足于现代健康医学理念,又突出中医针灸传统特色优势,有效地提高了疗效、缩短了疗程。

针灸理疗室位于2号楼3楼,建科

六十余年,通过几代人的努力,不断发展壮大,现已形成一支凝聚力强、人员结构合理、专业特色突出、专业技术雄厚的队伍。

针灸理疗室开展治疗项目:普通针刺、电针、温针、热敏灸、雷火灸、督灸、脐灸、拔罐、火龙罐;中频脉冲电治疗、红外线治疗、牵引;无痛针刺、耳针、埋线减肥等。

针灸门诊主治:中风偏瘫、肌肉萎缩、颈椎病、肩周炎、腰椎间盘突出、各种头痛、眩晕、失眠、面瘫、带状疱疹性神经痛、荨麻疹、脾胃虚寒性疾病、尿潴留、耳聋耳鸣、呃逆、妇科痛经、宫寒不孕等。

海纳百川成其大 微光成炬暖人心

实践证明,对很多疾病,中医药疗效优于西医,有些病种西医疗效较好,但通过中医药配合,效果更佳。在临床工作中,中医科结合医院先进仪器设备,与其他西医科室互相配合,让中西医优势汇聚,有机融合,制定最有益于患者、临床疗效最优的治疗方案。

济世为民大爱无疆,国医精髓薪火相传。南阳市第一人民医院中医科服务求新,从细节入手提升患者就医感受;教学育新,让传统中医服务更多百姓!

秋冬季马蜂蛰人事件频发

急诊科医生提醒：重度蜇伤应及时送医

近日，我院急诊医学科接转入多位蜂蛰伤患者，这些患者病情大都比较严重，在当地医院常规治疗后仍然病情恶化，多数患者出现了心脏、肝脏、肾脏等多脏器功能损伤，造成脏器功能障碍甚至衰竭，面临生命危险。这让我们不得不重新审视这不能承受之痛——蜂蛰伤。

据我院急诊医学科主任吴金海介绍，这些患者大多来自南召、内乡、西峡等接近山区地带，主要为马蜂或胡蜂蛰伤。马蜂和常见的小蜜蜂不一样，其毒素有致命的毒性。令人担忧的是，目前还没有针对蜂毒的特效药物和抗毒血清。对于马蜂群蛰伤的重症患者，只有尽早抢救，采用早期血液透析、血液灌流等血液净化甚至血浆置换的方法，争分夺秒才能获得生机。

日常生活中，一旦被蜂类攻击蛰伤，局部处理非常重要。如果毒针留在患者体内，要用镊子尽早拔除，减少毒素吸收；如果是蜜蜂蛰伤，可用肥皂水等碱性溶液局部外敷中和毒素；而马蜂、黄蜂等蛰伤由于毒素为碱性，需要用食醋或醋酸溶液擦洗中和毒素；如果全身多处蛰伤，重度蜇伤，或者很快出现呼吸不畅、头晕、头痛、呕吐甚至意识障碍等严重反应，应当立即拨打120急救电话入院就医。

(急诊医学科 罗凯)



居家期间，为高血压患者送上保健小贴士

在疫情防控的特殊阶段，许多人居家不出。那么，如果家中有长期需要就医体检、续药的高血压患者，该如何管理自己的血压呢？听听我院专家怎么说。

日常做好血压测量

建议高血压患者选择通过国际标准认证的家用上臂式血压计，定时测量血压。时间测量为每天早上(起床后1小时内、服用降压药前、吃早餐和剧烈活动前)、晚上(晚饭后、上床睡觉前)；测量前排空膀胱，并静坐休息5分钟。各测量2~3个读数，每次测量间隔1分钟。将后2次值取平均，即为平均收缩压和平均舒张压。

自测血压时，血压计和袖带要在同一水平。平均收缩压 ≥ 140 和平均舒张压 ≥ 90 (单位: mmHg)，1项超标或2项同时超标，可判断为血压过高。

定时服用降压药

高血压患者不能随意停药、换药，否则容易使血压反弹升高，甚至难以控制。

处在特殊地区的患者，如果家中断药，应及时联系社区、小区的相关工作人员，请求提供帮助。

饮食少盐少油，注意戒烟限酒

高血压患者的日常饮食应注意合理搭配，多吃果蔬以及低脂奶制品等食物，减少油腻和高盐食物摄入。日常注意戒除烟酒，有助于降低患上心血管疾病的风险。

(心内二科 马金霞)

腰酸背痛怎么办 骨科专家来支招

在疫情防控的特殊阶段，许多宅在家的人开启了整日躺在床上看书追剧的“懒人”生活。但没多久，就有人感到腰酸背痛、浑身乏力，这该如何是好？让我们听听专家怎么说。

我院骨科专家郭朝堂主任说：“颈椎病多是由于不良姿势导致的，例如长时间低头看手机、侧头打电话、不良坐姿、枕头高低不合适、颈部受凉等因素都有可能引起颈椎病。但是，类似晃脖子、扭腰之类的动作只会加重人体颈椎工作量，只有正确的锻炼方式才能及时有效的缓解疼痛，保护我们的颈椎和腰椎”。

其实，在家中或办公室，通过一些简单体操，就可以改善颈项疼痛的症状。

1. 颈部自由活动：前后低头、仰头以及左右旋转。

2. 颈部极限活动：低头时尽可能往下低，仰头时尽量往后仰，也可以那拳头伸一下。左右旋转要缓慢，转到极限，也可以推一下。往右转时，把右手搭在左肩上，在转到极限时，维持一段时间。另一个方向也是一样。

3. 颈部肌肉对抗训练：颈椎保持中立体，双手抵住前额，头部尽量往下低，两个动作形成对抗；除此之外，也可以将双手放在颈后，头部尽量往后移动，手掌做一个对抗后伸的动作。

(骨二科 党兴)

鼻塞 + 打喷嚏 + 流鼻涕 ≠ 感冒

近期温度下降，很多人感觉自己反复鼻塞、打喷嚏、流鼻涕，以为是感冒，但也有可能是患上了鼻炎。

鼻炎，是由病毒、细菌、过敏原、各种理化因子以及某些全身性疾病引起的鼻腔黏膜炎症，主要表现为鼻塞、鼻痒、流鼻涕、打喷嚏等症状。鼻炎的种类有很多，主要可分为急性鼻炎和慢性鼻炎。

急性鼻炎的主要症状和治疗

方法：

症状：鼻黏膜充血、干燥、有灼热感，持续1-2天后出现鼻塞、流涕、打喷嚏、说话有鼻音，可能伴有发热头痛、鼻前庭红肿、疲倦乏力、食欲不振等。持续一周流涕减少，逐渐转为粘液脓性，一般7-10天后痊愈。

慢性鼻炎的主要症状和治疗

方法：

症状：头昏、头痛、鼻塞、鼻前庭红肿、干裂，流黏液性鼻涕或脓涕，咽干咽痛、说话有闭塞性鼻音、嗅觉减退等。

治疗方法：一般有口服药物治疗、局部治疗、手术治疗等方法。需要注意的是，手术治疗一般适用于药物或其他方法治疗无效并伴有严重鼻塞症状的患者。

治疗方法：急性鼻炎主要遵循对症治疗、预防并发症的原则。一般有口服药物治疗、局部治疗、鼻腔冲洗等治疗方法。

慢性鼻炎的主要症状和治疗

方法：

症状：头昏、头痛、鼻塞、鼻前庭红肿、干裂，流黏液性鼻涕或脓涕，咽干咽痛、说话有闭塞性鼻音、嗅觉减退等。

治疗方法：一般有口服药物治疗、局部治疗、手术治疗等方法。需要注意的是，手术治疗一般适用于药物或其他方法治疗无效并伴有严重鼻塞症状的患者。

(耳鼻喉科二病区 李征)

孩子“好动”or“多动”可能是患上了ADHD

ADHD是儿童时期最常见的神经发育障碍性疾病之一，临床上以持续存在且与年龄不相称的注意力不集中、多动、冲动为核心症状，可造成儿童的学业成就、职业表现、情感、认知功能、社交等多方面损害。

ADHD起病大部分是在学龄(6岁)前，一些儿童在婴儿期就表现出好动的特征。

ADHD有哪些症状？

1. 注意缺陷，行为多动：注意力无法集中，常常无目的来回走动、蹦跳、说话，少有片刻安静，课堂小动作多，干扰他人，无法安静地坐在课堂里听完一堂课；

入冬后，冷空气频繁活动，人们在注意保暖的同时，还要小心突发性耳聋。

突发性耳聋是指在短时间内突然出现不明原因的听力下降，临床上简称为突聋，是耳鼻咽喉科常见的一种急症，对患者的生活质量、精神情绪有着显著的负面影响。

冷空气诱发突发性耳聋的原因：在冷空气活动的天气里，毛细血管受气温影响收缩，影响耳部器官供血，造

成内耳缺血所致；气温骤降易导致人体免疫力降低，病毒肆虐，抵抗力弱的人群容易引发病毒感染，再加上精神压力、过劳等，部分患者会影响对内耳功能，导致突聋发病。

冬季如何预防突发性耳聋？

1. 避免和减少与强噪音等物理因素接触。
2. 尽量减少佩戴耳机的时间，保持在中低音量的状

3. 冲动：极端缺乏耐心、行为唐突、突然插话、干扰他人、难以自制；

4. 学习困难，情绪不稳定等。

如果怀疑孩子存在ADHD，怎么办？

首先，如果发现孩子存在类似问题，可先到医院的儿童康复中心进行一系列康复评定，包括智力测试、注意力测定和感觉统合能力评定等。

然后，医生会根据评估筛查结果，为孩子制定专业治疗方案。早期识别和正确诊断是及时采取恰当治疗的前提，而综合应用多种治疗方法是ADHD儿童获得满意预后的关键。

(儿一科 高雅)

天气渐冷 小心突发性耳聋

3. 张弛有度，防止过劳。调整生活的节奏，保持心情舒畅，避免不良情绪刺激。

4. 御寒保暖，关注气温变化，切勿让身体广泛受凉。

5. 警惕耳鸣。当耳内出现耳鸣如蝉鸣、“嗡嗡”声时，可能是突发性耳聋的先兆，此时，应及早到医院就医，以避免突发性耳聋的发生。

(耳鼻喉科二病区 李征)

冬季养生小妙招

寒冷的天气里，很多人开启了保温杯里泡枸杞的健康养生生活。实际上，冬季养生可以从饮食方面、生活方面、运动方面、药物方面等多方面共同调护。

1. 饮食方面。冬季机体阳气亏虚，可以多吃一些温补的食物，比如牛肉、羊肉、韭菜等。还可以熬一些姜汤、鸡汤等来补养身体。注意少吃寒凉、黏腻的食物，因为这些食物容易损伤脾胃。冬季时心脑血管疾病高发，高钠使血管弹性差，应该注意低盐、低脂饮食。

2. 生活方面。冬季应该避风寒，注意脚腕、肚脐、腰背等部位的保暖。晚上可以用温开水泡脚，也可以放一些艾叶、红花等促进血液循环，缓解疲劳。另外，冬季作息应该规律，保持早睡早起，增强自身免疫力。

3. 运动方面。冬季人体阳气不足，加强体育锻炼能够提升人体阳气，增强身体素质，使正气充足，足以抵抗外邪。

4. 药物方面。脾胃为后天之本，冬季应注意调养脾胃，可以用一些健脾的药物泡水喝，比如：茯苓、薏苡仁、山楂、白术等。

(全科医学科 张新贵)

冬季总是长口疮 上火表示“不背锅”

一到冬季，经常有人出现口腔溃疡、咽喉肿痛、大便干结等“上火”症状。但这些情况并不仅仅是单纯的“上火”，让“上火”来背锅，并不科学。今天就让我们一起来聊聊大家冬季长口疮的原因。

口腔溃疡俗称“口疮”，是一种常见的发生于口腔黏膜的溃疡性损伤病症。实际上，吃饭时不小心咬到口腔黏膜，生活压力过大导致的免疫功能减弱，人体缺乏微量元素锌、铁，缺乏叶酸、维生素B12以及营养不良等，都有可能造成口腔溃疡。

那么，我们要如何预防口腔溃疡呢？

1. 饮食清淡，增加优质蛋白摄入。

多吃新鲜的蔬菜、水果，补充维生素和微量元素补充剂。优质蛋白质也是修复口腔溃疡创面所必需的营养素。牛奶、鸡蛋、瘦肉、豆类均是优质蛋白的良好来源，每日应保证一定的摄入量。

2. 保证B族维生素的摄入

很多口腔溃疡的发生与B族维生素缺乏有关，特别是维生素B2、烟酸等。

3. 注意口腔卫生

日常注意口腔卫生，减少口腔细菌，防止食物残渣中的细菌诱发感染。

4. 保证生活规律

注意生活起居规律，营养均衡，戒除烟酒，坚持锻炼。

(耳鼻喉科二病区 李征)