

不负性命所托

——记邵阳市中西医结合医院脑病科副主任昌丽艳

记者 郭慧鹏 通讯员 刘璐

“有没有出现头痛、眩晕或者肢体无力等症状?”8月15日,在邵阳市中西医结合医院脑病科门诊室内,科室副主任昌丽艳对前来就诊的患者仔细询问。

2005年,昌丽艳从云南大理大学临床专业毕业,打下了深厚的西医理论基础。2006年,昌丽艳进入邵阳市中西医结合医院工作后,2次参加该院组织的“杏苗养护”计划,接受规范化的中医培训,并于2020年至2022年参加由国家中医药管理局组织、湖南中医药大学承办的全国西学中骨干人才培训班,进一步深造中医相关知识。2009年,在昌丽艳和前辈们的共同努力下,邵阳市中西医结合医院脑病科正式成立。2018年,该院脑病科通过湖南省重点专科评选。

“中风发病率高,致残致死率比较高,患者比较多,这是我们当初创建科室的原因之一。”昌丽艳介绍,脑病科室收治中风、眩晕、头痛、面瘫患者,经过多年临床经验累积及研究,创立了脑病综合防治体系,集急性缺血性脑卒中静脉溶栓、内服、外治、早期康复、卒中预

防、心理干预、护理宣教于一体。

2023年初,40多岁的唐某患脑出血,在省外某医院住院,经手术等积极治疗后,病情得到稳定,但不能言语,右侧肢体偏瘫,仅能在床上挪动。昌丽艳及其团队根据患者的症状和体征进行诊断,给予言语及肢体康复、针灸、壮药棒、滚蛋疗法、穴位注射等综合治疗。目前,该患者生活基本自理,言语表达能力增强。

“中风之后抢救的黄金时间为6小时内。越早送医院就诊,治疗的效果越好。”昌丽艳介绍,前段时间,患者谢某因“突发右侧肢体无力伴言语障碍7小时余”入院,因发病时间超过6小时,错过静脉溶栓及血管介入最佳时间,选择保守治疗。昌丽艳及其团队在西医基础上结合言语及肢体康复、针灸、吞咽功能训练、中低频理疗、穴位注射等开展综合治疗,患者10天后好转,言语恢复,沟通如常,步行出院。

在昌丽艳看来,脑病科医生的门诊日常是充满挑战与责任的工作,不仅需要具备深厚的医学知识和丰富的临床经验,还需要具备耐心和沟通技巧。“脑血管病病人比

较特殊。因语言功能障碍、理解能力下降,没办法描述个人的意愿、表达身体的不适,在治疗上相对会有一些难度。此外,中枢神经系统的损伤是人体组织中恢复最难的,也是恢复最慢的,很多家属因一时看不到治疗效果而着急。”昌丽艳表示,为了取得病人及其家属的信任,每次接诊她都会从专业的角度解释病人的病例特点和病情进展,通过反复交流沟通让他们充分了解,同时也在治疗过程中想尽各种办法减轻患者痛苦。哪怕是让患者看到一丝细微的改变,也能极大地提振他们的信心。

从医18年,除了做好日常工作外,昌丽艳积极向住院病人及家属进行本专业相关疾病健康宣教,如中风120(中风识别)等,定期参与医院组织的到县级中医院、乡镇卫生院、社区医院等义诊活动,先后被评为邵阳市中西医结合医院优秀员工、优秀共产党员。

“作为脑病科医生,我深知自己的责任重大。我将继续努力学习、精进医术、深化人文关怀、提升沟通能力、强化团队协作,以最大的努力为患者提供更好的医疗服务。”昌丽艳说。

健康周刊

高爽

暑假期间,不少家长选择带孩子游泳解暑降温,但一些孩子却在游泳过程中或游泳后出现耳痛症状。“儿童生理结构和免疫系统尚未完全成熟,游泳后易发生耳部问题。”辽宁省沈阳市儿童医院耳鼻喉科主任刘志建说。

刘志建介绍,游泳后出现耳痛的儿童患者,部分患中耳炎、外耳道炎,有的甚至已经形成外耳道疔肿。“人体中耳腔与鼻腔通过咽鼓管相连,此管道在儿童时期相对平坦,孩子游泳呛水后,水中的细菌、病毒易逆行感染中耳腔,导致中耳炎;游泳时耳朵进水处理不当,可能导致外耳道皮肤毛囊感染,引发外耳道炎;外耳道炎若未及时治疗,可能形成外耳道疔肿,表现为局部肿胀、耳道口变窄。”

刘志建表示,不同病因引起的耳痛需要区别治疗:中耳炎患者就医检查评估感染程度后,可外用滴耳液,必要时使用黏液促排剂或抗生素治疗;外耳道炎或疔肿患者应在医生指导下局部理疗、上药,治疗期间忌食牛羊肉、辣食、海鲜等。

儿童游泳时出现耳痛,应如何应对?“如果耳部进水出现闷胀感,家长可以让儿童保持头部倾斜,患侧耳朵朝下,轻轻摇晃头部或者蹦跳,让水流出来;使用棉签或耳勺等耳部清洁工具,轻轻清理耳道,避免用力过猛损伤耳道。如果疼痛持续,应及时就医。”刘志建说。

此外,刘志建建议,儿童游泳时应使用正确的游泳姿势和技巧,避免突然跳水或快速潜入水中,减少耳膜损伤风险;游泳前后要注意清洁耳朵,游泳后及时用棉签将耳道内水分吸干,避免水分滞留引发感染;同时,选择水质良好的游泳池,减少细菌感染的风险。

专家支招: 如何应对儿童游泳耳痛



培训现场。

市妇幼保健院:急救知识培训进社区

记者 傅畅珺 通讯员 龚平

本报讯 8月13日,市妇幼保健院志愿者团队来到双清区秀峰庵社区,为社区居民提供实用的急救知识培训活动,增强居民自救互救能力,提升大众健康素养。

培训过程中,市妇幼保健院急诊科主任蒋凯和志愿者们通过理论讲解与实操演示相结合的方式,

向社区居民普及了急救法律法规,演示了心肺复苏(CPR)常用急救技能。志愿者们在详细讲解每项急救技能的操作步骤和注意事项之后,还邀请居民进行模拟操作,并给予了耐心的指导和纠正,确保每位参与者都能掌握基本的急救技巧。居民们在此次培训中展现出了浓厚的兴趣和学习热情,大家纷纷表示,这样的培训非常实用,让他们在面对突发情况时能够更

加冷静应对,同时也为家人的健康增添了一份保障。

“这次培训就是要让社区居民不断提升自救互救能力,确保在紧急事件突发时能够抓住最佳抢救时机,为抢救生命赢得宝贵时间。”蒋凯说,此次急救知识培训活动倡导了院前急救、健康的生活行为,加强了人民群众的自我保健意识,满足了人民群众多层次、多样化的健康需求。

立秋时节如何养生

李恒 董瑞丰

8月7日迎来二十四节气中的立秋节气。立秋过后天气逐渐转凉,但暑热未尽,昼夜温差大,公众应如何养生保健?怎样科学健康度过季节交替,特别是预防呼吸道疾病和过敏?中老年人如何加强心脑血管疾病危险因素管理?

“立秋时节要注意凉风影响,还要继续防暑祛湿。”北京中医药大学东直门医院主任中医师龚燕冰说,这个时期预防感冒要兼顾祛湿和驱寒。立秋之后的一段时间,可能会出现口干、咽干等症状,可多吃百合、梨、银耳等具有滋润作用的食物;若出现流鼻涕、咽痛等感冒症状,按揉列缺穴,可起到宣肺解表、温经通络作用。

立秋仍处于“三伏天”的中伏,俗称“秋老虎”,人们容易出现四肢乏力等症

状,对此,专家表示,立秋到秋分这段时间大部分地区气温仍炎热,出现上述症状很可能是湿气困脾的表现。宜通过食养结合的方法进行调养,可以煮药膳粥,根据个人口味喜好,在粥里面适量加入莲子、山药、薏米、茯苓等。

秋季是心血管疾病多发季节,尤其是中老年慢性病患者,可能会突然出现头晕乏力、胸闷心慌、四肢麻木等症状。首都医科大学附属北京安贞医院主任医师马长生提醒,立秋之后,中老年人血压波动可能会更大。心血管病患者要更加重视心血管病的预防和危险因素控制,及时到医院复查,遵医嘱规律用药,将血压、血脂、血糖控制在理想水平。同时,保持良好的生活习惯,包括健康饮食、适量运动、充足睡眠、不吸烟、限制喝酒、不久坐等。