

交流党建经验 推进学科建设

——市中心医院与中南大学湘雅医院开展肾内科“党支部结对共建”活动

邵阳日报记者 陈贻贵 通讯员 肖瑶 李文娟 孟天笑

7月26日,市中心医院内科党总支第五党支部与中南大学湘雅医院肾内科党支部以“党支部结对共建”为契机,通过党建融合业务的交流形式,共建共创、共悟共享,引领学科发展,提升市中心医院肾内科科研建设水平,实现党支部与学科建设双促进,切实提升基层党组织服务群众的能力和水平。

活动现场,市中心医院内科党总支第五党支部书记王小艳回顾了和湘雅团队合作共赢的历史,感恩彼此结下的深厚情谊,湘雅医院教授周巧玲回顾了数年前来邵阳地区参与指导肾内科学科建设的经历。为了实地考察邵阳地区慢性肾脏病管理的情况,周巧玲亲自到城步苗族自治县进行肾病透析患者现状的调研,深刻感受到了尿毒症患者的生存难题。随后,市中心医院肾内科团队在湘雅医院团队的指导下,大力开展腹膜透析并不断提高质量,因地制宜地把腹膜透析带去了城步,这一居家自理的透析方式为城步尿毒症

患者带去了生命的曙光。

湘雅医院肾内科党支部宣传委员李霞全面展现了该院党支部的建设成果,呈现了一个不折不扣的样本党支部。她还紧密结合当下疫情,分享了该党支部在援湖北战“疫”中的突出表现。在疫情来势凶猛的时刻,湘雅医院党支部率先递交了赶赴前线的请战书,这一举措感动了无数人,也鼓舞了身处逆境的湖北人民。

市中心医院肾内科护士长兼党支部宣传委员张亚慧重点介绍了内科第五党支部的特色党建活动,这些党建活动有下至基层医院、乡镇农村、病友家中的实地走访帮扶活动,也有兼顾创新性及趣味性的肾病患者笑瑜伽活动,有大型的肾脏病友会、线下义诊,也有关爱儿童视角的启蒙教育课等。

湘雅医院肾内科党支部书记肖湘成就炎症与慢性肾脏病贫血的关系进行学术研讨。他从炎症介质的致病机制解

点话题HIF通路,最后落脚分享经典湘雅病例,讲课生动精彩,浓厚的学术功底和饱满的激情感染在场所有人。

接着,湘雅医院肾内科护士长聂晚年用一堂关于“吃”的讲课引来频频点赞,告诉大家如何科学地“吃”。一场关于“吃”的讲解深得在场各位的心意,大家争相用手机、纸张记录下一张张关于“吃”的处方。

最后,市中心医院肾内科副主任戴爱明解读了2020版血液净化标准操作规程(SOP),新规程更新了十年来血液净化领域的学科进展与持续质量改进,作为行业性的规范性文件,新规程旨在进一步规范血液净化操作,保障医疗质量和安全,提高血液净化及其并发症的诊疗水平。

科研交流中,青年学者彭张哲就如何做好临床科研作了分享,例举了多篇高分论文的孵化过程,把科学研究的脉络充分展示出来。



8月8日,隆回县岩口镇向家村举行全民健身活动,百人参加骑行赛,两百人参加马拉松赛。开展此次活动是为了最大程度地引导群众积极参与体育运动,享受运动带来的健康和快乐。

通讯员 罗理力 郑依飞 摄影报道

总崴脚,检查韧带

许晓华

崴脚在生活中是常见的小事,所以大家多不将其放在心上,即使就医,只要X光没有发现骨折错位,很快就被抛诸脑后。但武汉市中心医院骨科副主任医师汪阳提醒那些经常崴脚的人,光做X光可能并不够。

踝关节是人体重要的承重关节,可进行背伸、跖屈、内旋、外旋等多种复杂活

动,是足部主要的活动枢纽。而踝关节能否稳定地完成各个动作,与其周围包绕的韧带有很大关系。有些患者之所以会出现习惯性崴脚,主要是因为在某次崴脚后导致韧带拉伤,但还没等到韧带完全康复,就再次让踝关节受力,导致韧带松弛,无法再正常维持踝关节稳定。核磁共振对软组织损伤有高分辨率,韧带缺失、变

细、松弛弯曲,以及因瘢痕增生、血肿机化而增粗,都可以得以明确,是骨关节系统韧带及软组织损伤的重要检查方法。此外,高频超声对踝关节等浅表软组织也有较高的分辨率,临床也常应用。

韧带损伤者可选择保守和手术治疗。保守治疗主要是进行肌力练习,如提踵训练、内翻及外翻抗阻练习等;若保守治疗失败应考虑手术,一般根据病情严重程度选取不同的手术方法,包括韧带短缩重叠缝合、韧带止点前上移位、肌腱移植重建韧带。

推拿真的可以帮孩子退烧吗?

家长应了解三个方面的常识

闫涵 段会姣

感冒、发烧、口腔溃疡,可以称得上是家长最头疼的三种“宝宝病”,虽然病症不一定有多么严重,但每一种都能让孩子难受很久。尤其是进入三伏天后,受空调、冷饮、室内外温差大的影响,更容易引起感冒、发烧等疾病。那么哪些疾病会导致孩子发烧?孩子发烧应该怎么办?推拿真的可以帮助孩子退烧吗?北京中医药大学东方医院儿科主任王素梅进行了解答。

发烧是人类机体对外来细菌病毒侵入的免疫反应。通过发热可以消灭细菌病毒,提高机体抵抗力,使人体更健康。但是这种发烧有一定的程度和时间限制,发烧越重、时间越长并不代表对身体越好。

哪些疾病会导致孩子发烧

孩子生病的主要原因是感受外邪侵袭,受到病毒、细菌、支原体的感染。对于儿童来说,最常见的是感冒,不管是病毒性的还是细菌性的,都会引起咳嗽、发烧甚至肺炎。一些传染性的疾病,如水痘、麻疹、幼儿急疹、手足口病、冠状病毒性

肺炎等,都是引起急性发热的疾病。另外,肠道疾病如肠炎、痢疾,中枢神经系统的感染如脑膜炎等都会引起发烧的症状。其中,夏季儿童常见病手足口病和疱疹性咽峡炎,会导致孩子持续发高烧,出现口腔溃疡的症状。

手足口病主要表现为发烧,手心、脚心、臀部、口腔出现米粒大到绿豆大的疱疹,后期会出现破溃。口腔里也会出现一些溃疡,吞咽食物时易产生疼痛感,孩子食欲减退,导致发烧更加严重。手足口病主要是由于肠道病毒,尤其是柯萨奇病毒引起的。大多数手足口病经过正确的治疗和护理以后都能够治愈,一般情况下,病程在一周左右。但对婴儿和体质比较差的孩子来说,往往会引起严重的并发症——脑干脑炎、脑膜炎、心力衰竭等,容易出现生命危险。

疱疹性咽峡炎主要以发高烧为主,发烧以后引起咽部炎症,在软腭、舌面、颊粘膜部位出现大的疱疹,最后破溃渗出,疼痛难忍。有的孩子会出现高烧不退、哭闹、烦

躁、不吃飯等现象,婴儿会出现严重的流口水等症状。疱疹性咽峡炎是由于病毒感染引起的,属于自限性疾病,一般情况下一周左右会痊愈。对个别心脾积热过剩、肠胃积热太大的孩子来说,这种溃疡会出现经久不愈,甚至持续半个月的现象。

需要注意的是,这些疾病都属于病毒感染,所以不要着急吃消炎药。

孩子发烧怎么办?

面对宝宝发烧,宝妈首先需要让孩子张开嘴伸出舌头,看看嗓子,明确发烧的原因。如果孩子体温在38.5℃以上,并且精神状态较好的情况下,建议多喂孩子喝水,促进体内代谢,使病毒排出体外。

其次,家长可以通过给孩子洗热水澡的方式,帮助宝宝将体内的热尽快散发出来,以免出现抽搐现象。尤其是有高热惊厥史的孩子,家长更需要注意。

此外,对于精神状态较好,病程较短的孩子,家长可以采用绿色治疗,通过按摩的手法促进孩子体温下降。



从对症到找病因

过敏原特异性免疫治疗如何抓“真凶”?

新华社8月8日电 (记者田晓航) 2020年8月3日至9日是我国第五个“中国过敏防治周”,今年的主题是“精准诊断,精准防治”。专家介绍,随着过敏性疾病防治知识日益普及,越来越多过敏患者不再满足于对症治疗,而是希望更精准地找到病因,并针对病因进行过敏原特异性免疫治疗。

“近年来,随着不少新的生物制剂在我国获批临床应用,防治过敏性疾病的‘武器’更多了。”中国医师协会变态反应医师分会会长、北京协和医学院变态反应学系主任尹佳教授说,以哮喘为例,我国临床常规用糖皮质激素、长效β2受体激动剂、白三烯受体拮抗剂等经典药物控制症状,但停药后症状会重新出现。而过敏原特异性免疫治疗通过长期反复给予病人过敏原提取液,能够调节机体的免疫反应,最终达到免疫耐受、减轻临床症状、减少对症治疗的药物、预防新的致敏的目的。

北京协和医院变态反应科常务副主任王良录说,目前我国临床尚缺乏有效检测手段区分患者的过敏是多种变应原(即“过敏原”)共同致敏还是交叉反应所致,因此,医生有时不得不给患者使用多种检测阳性

的变应原的混合制剂。这种“眉毛胡子一把抓”的做法往往导致免疫治疗方案庞杂,造成资源浪费、影响疗效并带来增加不良反应的风险。

王良录说,目前研究发现有的变应原致敏蛋白组分可以多达10种。即使对同一种变应原过敏,不同患者的致敏蛋白组分也可能不同。因此,如果能够开展致敏蛋白组分sIgE检测,采用更加有针对性的、更加精准的过敏原特异性免疫治疗方案,就能够更精准地“抓住”致敏“真凶”,让脱敏治疗方案更简单、更合理。

据尹佳介绍,过敏性疾病包括过敏性鼻炎、结膜炎、过敏性哮喘、各种过敏性皮肤疾病、食物过敏、药物过敏和严重过敏反应等,被列为全球第六大慢性疾病。以世界平均过敏性疾病人群患病率计算,我国过敏性疾病患者的数量当以亿计。

“目前全球只有不到10%的应进行脱敏治疗的患者接受了过敏原特异性免疫治疗。”尹佳说,当前亟需通过科普宣传和学术活动进一步提高临床医生以及公众对过敏原特异性免疫治疗的认识、知晓度,推动我国过敏性疾病诊治领域的规范化和精准化,从而满足过敏患者日益增长的精准诊断和防治需求。

暑假学生锻炼还需从“心”开始

新华社记者 白丽萍 张睿

一些地方教育部门观察发现,中小学复课后“小眼镜”有所增多,一些学生也自嘲“用肥肉战胜了疫情”。今年暑假,学生体育锻炼比以往显得更为重要。但如何做好暑期锻炼,这是一个全社会都需要从“心”开始的命题。

全民健身观念近些年快速增强。暑期生活中文化学习和体育锻炼同等重要这一理念已经被大众所接受。随着全国疫情形势持续好转,家长给孩子报各种体育培训班的热情空前高涨,各地教育主管部门在暑假之初也第一时间发文,引导学生暑期做好体育锻炼,还有的地方推行暑期体育作业制度,鼓励督促学生每天进行适量的体育运动。

但记者在采访中发现,这些好观念和好政策并没有直接转化为学生的身体。很多家长给孩子报各种体育培训班有的是为了中考体育成绩而突击培训,有的是为了给学校安排的体育暑期作业交差,孩子稀里糊涂地上课、家长稀里糊涂地填写数据,学校稀里糊涂地“照单全收”。

近几年,国家多次重申德育、智育、体育、美育、劳动教育共同发展的重要性,并出台了一系列政策加强学生体育锻炼的黄金时期,让学生们在暑假,乃至更长时期都能够“练有所选,练有所成”。