

# 百余市民扎堆“贴三九”防冬病

## 虽对身体有益但非人人适用,贴九期间患者莫忘忌口

本报12月22日讯(记者 樊伟宏 通讯员 门晓丽 李文艳) “三九贴一冬,来年无病痛。”22日,记者从市中医院、市中西医结合医院、张店中医院等几所医院获悉,今年的“三九贴”正式开始,患有慢性鼻炎、慢性鼻窦炎、慢性咽炎等慢性病的患者可以去张店区“贴三九”了。

在张店区中医院针灸推拿科,不少家长排队给孩子贴三九贴。“孩子有过敏性鼻炎,想了不少办法,就是治不好,听说三九贴治疗过敏性鼻炎效果比较好,所以来贴一贴。”带着小外孙来贴敷的韩女士说。据统计,截至当天下午3时,该医院共接到三百余人来贴敷。“夏天贴了三伏贴之后,冬天最好能继续贴三九贴。”医院针灸推拿科付鸣医师说,三九贴和三伏贴是相辅相成的,这样效果好。

而据市中西医结合医院中医科医生胡文娟介绍,每年这个时候,都会有数以百计的市民来医院“贴三九”。“所谓‘三九贴’,就是指在每年入九后,用中药外敷特定的穴位,以达到祛除和预防疾病的一种中医传统外治法。冬季天气寒冷,在入九时节进行穴位贴敷,能够帮助人体抵抗外邪,预防疾病。像小儿和成人的过敏性鼻炎、哮喘、反复感冒、慢性咳嗽、慢性鼻炎、慢性鼻窦炎、慢性咽炎等冬天易发的呼吸系统疾病;痛经、不孕等虚寒因素所致的妇科病;慢性腰痛、肩周炎、颈椎病、膝骨关节炎等骨关节病;易疲劳、睡眠紊乱或疼痛等症状持续3个月以上者等亚健康患者,都适合进行‘三九贴’。”

记者从中心城区几家推出“三九贴”的医院了解到,此次



在淄博市中医院,市民排队“贴三九”。  
本报通讯员 李文艳 摄

“三九贴”的时间具体为首贴12月22日—30日;二贴2015年12月31日—2016年1月8日;三贴2016年1月9日—17日;末敷加强2016年1月18日—28日。同时,胡文娟提醒市民,贴九期间,市民应注意忌

食生冷、辛辣、油腻、海鲜等食物,注意保暖。贴九时间成人不超过6小时,少儿及敏感者应酌情减时。如果贴九后感觉特别刺激,患者应及时取下药物,用清水冲洗局部。

## 骨折患者顺利康复 送锦旗致谢医院

本报12月22日讯(记者 樊伟宏 通讯员 孙建博) 近日,家住高新区的孙先生家属将一面印有“妙手回春,医术精湛”的锦旗及一封感谢信送到淄博市第七人民医院,感谢骨科一区主任李嗣生及科室全体医护人员在住院期间的精心治疗和温馨服务。

据悉,今年10月份,孙先生在骑车时不慎摔倒导致右小腿骨折,随即来到市第七医院就诊,经细致检查,属于严重粉碎性骨折,为减轻患者病痛,李嗣生立即组织为其实施了骨牵引手术,之后又做了骨折固定手术。手术非常成功,在医护人员的共同努力下,经过精心治疗与细心照顾,孙先生于11月底康复出院。

## 淄博市妇幼保健院: 完成首例改良 后盆腔重建术

本报讯 近日,一名56岁患者因为闭经6年,查体发现阴道后壁脱垂3年,而来到淄博市妇幼保健院妇科就诊,经诊断为阴道后壁脱垂Ⅲ度,排除手术禁忌,医院经与患者充分沟通,决定行改良后盆腔重建术。

在医护人员的全力合作下,最后手术顺利完成。改良后盆腔重建术是将聚丙烯网片裁剪成带2个网带的皮卡丘形状放置于阴道壁和直肠之间,将脱出的直肠托起恢复正常位置,患者手术顺利,出血仅20ml,生命体征平稳。据悉,该院妇科自今年3月份组建盆底专业组以来,不断开展各种新术式,目前能完成国内所能开展的各种盆底手术,目前无一例出现并发症。

(宋天印 陈勤)

## 暖巢行动

随着“双节”将近,为了让空巢老人过一个祥和、愉快的新春佳节,市第一医院爱心使者志愿者开展关爱空巢老人行动,组织专家为“暖巢行动”志愿者,在春节前将为沂源、博山、淄川部分农区的空巢老人送去健康和温暖。

本报通讯员 程方 周燕宁 摄影报道



## 一睡觉就“打呼噜” 当心是睡眠呼吸暂停综合征

本报讯 国际权威睡眠资料显示,人群中打呼噜的高达19%,其中四分之一的患者有“睡眠呼吸暂停综合征”。全球每天约3000人因打鼾窒息死亡。我国“睡眠呼吸暂停综合征”患者至少5000万左右,十年以上鼾症,高血压发病率为80%,打鼾憋气60秒以上,脑中风发病率比正常人高10倍多,引发心肌梗死的危险性比正常人高7倍。日本针对最近10年高速公路上发生的严重车祸事故进行统计分析,结果发现,许多肇事司机患有严重的睡眠呼吸暂停综合征。

睡眠呼吸暂停是一种病因不明的睡眠呼吸疾病,临床表

现有夜间睡眠打鼾伴呼吸暂停和白天嗜睡。根据病人的症状、检查和多导睡眠监测结果综合评估。其中多导睡眠监测最主要的诊断依据。

淄博市中西医结合医院肺病科引入多导睡眠监测(PSG)仪,在全夜睡眠过程中,连续并同步地描记口鼻气流、胸部及腹部运动、血氧测定体位等呼吸10余项指标,监测睡眠呼吸功能,以发现睡眠呼吸障碍,分析其类型和严重程度,为临床诊断和治疗提供依据。同时,结合呼吸机及中药理论开展对睡眠呼吸暂停的综合治疗。

(李爱学 赵丽娅)

## 中医推拿疗法可助 儿童预防多种冬季疾病

本报讯 每到冬季,不少孩子容易感冒头疼,或是消化不良、腹泻。这些都是因为儿童五脏六腑娇嫩脆弱,其形体结构、精血津液和气化功能都不够成熟和相对不足,对某些疾病的抗病能力较差所致。

据张店区中医院相关医生介绍,小儿推拿是以中医辨证理论为基础,通过对婴幼儿的手部推拿、腹部推拿、背部推拿等,再配合运用相应的穴位,通过调节脏腑、疏通经络、调和气血、平衡阴阳的方式来防治疾病,是真正的绿色疗法。

“以小儿腹泻为例,腹泻严重,可能直接引起脱水、厌食、面色苍白,影响孩子的生长和

发育。随意给孩子打针、吊盐水、滥用抗生素,只会破坏肠道内的正常菌落群;而儿童比正常人多100多个穴位,而且都是儿童特有的穴位,尤其是手上的穴位敏感性特别强,这个时候通过小儿推拿来施行推揉法每次15分钟,配合摩腹揉脐5分钟,然后捏脊3至5遍,5次为一个疗程,完全可以达到健脾止泻的目的。”医生表示,“小儿推拿是纯绿色疗法,可替代部分化学药品,减少化学药品毒副作用,增强孩子机体的自然抗病能力,预防病毒侵蚀和滋生,达到有病治病、无病保健的目的。”

(王文辉 孙艺萌)

## 市中心医院“牵手” 意大利医疗集团

本报讯 市中心医院继与以色列高级专家组织、台湾振兴医院心脏医学中心签订合作协议后,近日,又与意大利维拉玛瑞亚(GVM)医疗科研集团达成合作意向。

通过与意大利维拉玛瑞亚医疗科研集团合作,市中心医院将加快提升自身实力,进一步提高医院业务水平与管理能力,在多学科快速发展的关键时期,放眼全球化,与国际高水平医疗机构对接,与国际一流医疗学术组织合作,提高医院业务发展与品牌内涵建设,建立更广泛的对外合作交流,从而促进我市卫生事业发展,为百姓提供更加优质的医疗服务。(李扬)

## 淄博市精神卫生中心: 省级专家上阵 传授“防暴”技巧

本报讯 为增强精神科临床医护人员的安全防范意识,保障医护人员自身、患者及周围人员的安全,近日,淄博市精神卫生中心特邀山东省精神卫生中心张帮锋、朱要国、张大栋三位培训讲师来院进行“精神科暴力管理”理论及操作培训。

讲师结合工作经验,生动讲述了暴力风险的评估方式、暴力防脱技巧以及约束带的使用方法。并示范演练了飞拳来袭、背后抱腰等脱身法。通过培训,学员们加深了对精神科暴力风险的评估方式、暴力防脱技巧以及约束带使用的认识,初步掌握了精神科暴力应对的方法,进一步增强了安全防范意识。(范海蛟 孙秀珍)

## 呼吸突然困难,或发急性心梗

### 5种心脑血管病发病有先兆,医生提醒患者多留神

本报12月22日讯(记者 樊伟宏 通讯员 郭艳) 冬季是中老年人心脑血管病的高发季,据张店区第二人民医院综合内科主任郑涛介绍,有些疾病发病前是有先兆的,患者或家人若能了解这些征兆,采取相应的预防措施或快速拨打120急救电话,可为抢救患者生命赢得必要的时间。

郑涛告诉记者,对于急性

心梗来说,发病征兆主要是疼痛变化和行为表现异常。“一般冠心病引起的心绞痛通常不超过15分钟,经休息或舌下含速效硝酸甘油片可很快缓解,且发作不经常。如果近期心绞痛发作变得频繁,或疼痛时间延长,疼痛经休息或含硝酸甘油也不能缓解,就要看作是急性心梗的先兆。过去从无心绞痛的人,突然出现心绞痛,并伴胸闷、心慌、气短、恶心、呕吐、

面色苍白、烦躁不安、有死亡将至的恐惧感等症状,也是急性心梗即将来临的先兆。”同时,患者突然出现不明原因的体力下降、难以形容的胸痛、咽部异物感、原因不明的牙痛、突发上腹部剧疼、严重胃烧灼感、骤然反酸、脉搏细弱、跳动无规律、瞬间大汗淋漓、皮肤湿冷、呼吸困难和神志恍惚等,即使无心绞痛,也很可能是急性心梗的先兆。

而对于脑血管疾病来说,如果患者逐渐或突然感到上肢和手脚软弱无力,活动笨拙或不灵便;手脚或部分肢体突然麻木、冷、热、触等感觉迟钝或消失;谈话不清或听不懂别人说话的意思;出现短暂性视力模糊、偏盲;突发头晕、耳鸣、走路摇摆不稳;或沉默寡言、急躁多语、嗜睡、意识丧失、剧烈头痛等,都是发病征兆。