

妙手仁心的身体“修复师”

——记平煤神马医疗集团总医院康复医学科一区主任张占伟

“真神，就这一下，我的胳膊能活动自如了。”8月13日，平煤神马医疗集团总医院康复医学科，正值科主任张占伟坐诊，门外患者排起长龙，接受治疗的王先生夸赞张占伟医术精湛。

王先生肩膀酸痛，胳膊活动受限。张占伟让他手背后，通过挤压肩胛下肌使其肌肉得到松弛，一个动作下来，王先生的胳膊可以伸展自如了。

张占伟今年53岁，从医近30年，在中医骨伤、内科疾病诊治方面经验丰富，可谓医学“杂家”。“康复医学科是新兴专业，需要医生涉猎面广。”张占伟说，很多疾病都需通过该专业给予治疗，如脑梗卒中、脑出血、骨关节损伤等。康复治疗针对的是病、伤、残等功能障碍患者，目的是改善患者局部及整体功能水平，提高其生存质量。



张占伟(左)在指导患者进行康复训练
本报记者 王亚楠 摄

1 人送昵称“圣手神医”

整骨治疗针对的是肌骨疼痛及内脏功能失常的患者，如下颌关节功能障碍、颈胸腰腿、四肢疼痛、内脏调理、产后修复等。

“接诊中我发现，有很多腰痛患者却按腰椎间盘突出或腰肌劳损治疗，延误了病情。”张占伟说，其实很多患者的病因是骶髂关节功能失常，骶髂肌损伤、腰大肌损伤、梨状肌损伤或尾骨问题。

结合多年临床经验，张占伟通过患者的姿势、步态、运动状态再配合体格检查，即可初步判断患者病情，为众多患者争取了最佳治疗时间。

20岁大学生天豪很喜欢打篮球。一年前，由于他经常性腰痛，弯腰受限，不能继续自己的篮球梦。情急之下，父母按腰椎间盘突出为他治疗，效果不佳。

通过朋友介绍，今年初，天豪的父母带他找张占伟咨询。一进门张占伟就发现天豪骨盆后倾，弯腰时需屈腿，又通过“直腿抬高试验”发现天豪腓肠肌短缩，初步判定他是腓肠肌损伤导致的腰痛。

“想要疗效好，明确诊断很关键。”张占伟通过手法揉按放松天豪大腿后侧的腓肠肌，又用泡沫轴滚压，再配合肌肉能量技术(MET)，通过肌肉收缩放松或交互抑制放松并拉长腓肠肌。一波操作下来，天豪已经可以正常弯腰，疼痛感也随之减轻。

张占伟又针对天豪的病情设计了个体化动作，让他双肘撑在床上，做后抬腿动作，或上身直立膝关节屈曲，训练腓肠肌。“一组10次，每天做3组至5组，不限时，要循序渐进，不要产生疼痛感。”张占伟说，天豪只需定期复诊，再配合整骨疗法即可。两个月后，天豪彻底康复，现在已经可以自由地打篮球了。

还有一部分冠心病患者做过冠脉支架后出现胸痛的情况，大多数人考虑和支架有关，会按照心绞痛、心梗治疗。张占伟通过局部初诊检查，深长呼吸等功能检查，考虑有些患者胸痛原因与胸椎关节紊乱有关，通过整骨即可治疗。还有一部分患者胸痛或与背部肌群损伤有关。

65岁的李大爷因冠心病做过冠脉支架手术，左侧胸部出现疼痛症状，弯腰、呼吸时疼痛感加重。“如果没有心慌、心律失常的症状，一般可以判定患者疼痛与胸椎关节紊乱有关。”张占伟让李大爷双手抱肩，他一只手放在李大爷背部，另一只手抱着李大爷的手臂，在呼气状态下快速挤压其胸部。李大爷瞬间感觉呼吸顺畅，疼痛感消失。

多年来，众多头疼头晕、失眠、咽喉痛、腹痛、眼胀痛等非器质性疾病患者也通过张占伟的整骨疗法康复出院，被患者称为“圣手神医”。

2 潜心钻研创新疗法

脊柱侧弯是危害青少年脊柱健康的主要疾病之一，它不仅影响青少年外在形象，还会影响孩子的心肺功能和生长发育。

多年来，张占伟努力钻研，根据临床经验，通过整骨疗法和德国施罗斯呼吸法即可使轻微脊柱侧弯患者痊愈。“侧弯15度以下的患者，都可通过康复治疗痊愈。”张占伟说。

10岁患儿晨晨有高低肩，张占伟在现场评估中发现他脊柱侧弯10度，还有长短腿。通过进一步诊断，张占伟发现晨晨是骶髂关节功能失常诱发的疾病。张占伟让晨晨侧卧，病侧朝上，屈曲髋关节到一定位置，他用掌心向晨晨髋部斜下方推5次，直接纠正了晨晨的骶髂关节功能失常。

根据晨晨脊柱侧弯情况，张占伟又为其设计了一套居家练习的动作，再配合德国施罗斯呼吸法，一个多月后，晨晨的脊柱就恢复了正常。

张占伟提醒，康复患者在生活中要注意坐、站、行，保持正确的姿势才可稳定病情不复发。

“接诊患者中也有一部分脊柱侧弯患者年仅3岁。”张占伟说，当家长发现孩子有以下情况时就要提高警惕，及时带孩子就医，如肩膀高低不平，背部有明显突出、不对称，骨盆高低不平，双臂和躯干的间距不等或腰凹，躯干往一侧偏移，双下肢不等长，女生双乳发育不对称等，“如果把人体比作一栋楼的话，脊柱就相当于这栋楼的‘承重梁’，它是人体的中轴骨，‘大梁’周围布满了肌肉和韧带，维系着‘大梁’的稳定性。”

3 多法并施屡见奇效

张占伟介绍，康复治疗可以辅助ICU(重症医学科)重症患者，针对有些昏迷不醒的患者，可以通过电刺激、味觉刺激等进行治疗，还可通过针灸、肢体运动、体位排痰等缓解患者病痛。

“现在越来越多患者认识到康复治疗的重要性。”张占伟说，他希望让患者花最少的钱达到最理想的治疗效果。

“我腰痛好几年了，跑外地治疗花了近万元，在张主任这里只花77元就把问题解决了。”35岁市民石先生夸赞

道，张主任运用手法又为他量身定制了一套动作，没有服药就痊愈了。

行医十余载，“医”心为患者。如今，张占伟是河南省康复专业委员会委员、河南省物理与康复专业委员会委员、河南省推拿技术与康复分会常委。他还是意大利米兰 TAKECARE 整骨学院交流学者，并获得意大利米兰整骨下腰疼痛徒手评估与认证、国际Bobath概念理论与实践认证、SFMA认证、意大利产后康复认证。(本报记者 王亚楠)

流感疫苗已开打

疾控专家提醒：最好赶在流感季节之前接种

本报讯(记者王春霞)8月20日，市疾病预防控制中心传来消息，今年的流感疫苗已开打。疾控专家提醒说，最好赶在流感季节到来之前接种，给予自己和家人更好的保护。

据市疾控中心免疫规划科科长葛为民介绍，流感不同于普通感冒，它是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病。流感发病突然，主要表现为高烧(39℃以上)、畏寒、头痛、无力、咽喉痛，全身肌肉关节酸痛等，并可引起肺炎、支气管炎、心肌炎等严重并发症。目前尚无治疗流感的特效药，世界卫生组织建议，接种流感疫苗是预防流感的最有效方式，可降低感染流感风险70%—90%。由于流感病毒变异较快，因此每年

须接种当年的流感疫苗才能有效预防。

由于流感病毒耐寒不耐热，在我国北方，冬春两季容易暴发流行。在平顶山，每年10月份至来年的2、3月份是流感高发季。由于接种流感疫苗后一般会在14—28天内产生保护性抗体，因此流感疫苗适宜在流感高发季到来之前接种，每年的9月份和10月份接种效果最好。建议易感者如儿童、老年人、体弱者、流感流行地区人员等每年在流行季节前接种一次，免疫力可持续一年。

流感疫苗接种程序：3岁以上儿童及成人，接种一剂。目前，市疾控中心门诊部成人接种流感疫苗已开始启动，周一至周日均可接待市民接种。

捐献的遗体器官是如何分配给患者的?

人体器官是稀缺资源，现实中许多脏器衰竭的患者在焦急等待着适合移植的器官出现。那么，爱心人士捐献的遗体器官是如何分配的呢?

根据《人体器官捐献和移植条例》(以下简称《条例》)规定，遗体器官的分配应当符合医疗需要，遵循公平、公正和公开的原则。具体办法由国家卫生健康部制定。

患者申请人体器官移植手术，其配偶、直系血亲或者三代以内旁系血亲曾经捐献遗体器官的，在同等条件下优先排序。

遗体器官应当通过国家卫生健康部建立的分配系统统一分配。从事遗体器官获取、移植的医疗机构应当在分配系统中如实录入遗体器官捐献人、申请人体器官移植手术患者的相关医学数据并及时更新，不得伪造、篡改数据。

医疗机构及其医务人员应当执行分配系统分配结果。禁止医疗机构及其医务人员使用未经分配系统分配的遗体器官或者来源不明的人体器官实施人体器官移植。

国务院卫生健康部应当定期公布遗体器官捐献和分配情况。

据郑州市第七人民医院肾移植肾脏病诊疗中心副主任杨青彦介绍，目前我国器官分配系统是中国人体器官分配与共享计算机系统(网址:www.cotorg.cn)，它能很快自动运算出最匹配的患者名单。由国家卫生健康部制定，2019年3月1日起施行的《人体捐献器官获取与分配管理规定(试行)》与《条例》的规定是一致的。如果出现“未通过分配系统分配遗体器官，或者不执行分配系统分配结果，使用未经分配系统分配的遗体器官或者来源不明的人体器官实施人体器官移植；以伪造、篡改数据等方式干扰遗体器官分配”等行为，《条例》在法律责任一章中明确规定，视情节轻重，由县级以上卫生健康行政部门依法对相关医疗机构和医务人员给予处分、暂停执业活动、吊销器官移植资质和医师执业证书等处罚。涉嫌犯罪的，移交司法机关追究刑事责任。

(王春霞 整理)



郑县妇幼保健院：

守护明眸皓齿 挺起少年脊梁

本报讯(记者王春霞 通讯员韩梦佳)“我平时工作忙疏于照顾，通过系统筛查我能了解到孩子整体的生长发育情况，也学会了如何引导孩子，对家长来说太有用了。”近日，郑县新城小学二年级学生家长高兴地说。据了解，郑县妇幼保健院在积极做好“明眸皓齿”“青少年脊柱弯曲异常”筛查行动的同时，对异常人群的随访、干预、矫治工作也在有序开展中。

组建团队，深入校区做好筛查行动。自我市卫生健康“四个专项”行动开展以来，郑县妇幼保健院高度重视，认真贯彻落实该县县委、县政府关于“明眸皓齿”“脊柱弯曲筛查干预”行动的目标要求，成立由党委书记任组长、主管副任副组长、副组长任副组长、细化工作任务，由眼科、口腔科、儿科、内科学业务骨干组建专家团队，明确工作时间节点，深入辖区各中小学校区，为在校学生进行形体、内科、外科、眼科、脊柱侧弯、血压、口腔、五官检查等多项健康体检。截至目前，郑县妇幼保健院已完成学生健康体检72900人次，并建立了包含形体、内外科、眼科、口腔科、五官科、脊柱、血压八位一体的规范化成长电子档案。其中筛查出视力异常34037人、口腔龋齿21949人、脊柱侧弯异常978人。

持续推进，做好“筛—诊—治”全程管理。为持续推进明眸皓齿、脊柱弯曲筛查异常人群的随访、干预、矫治工作，郑县妇幼保健院被该县确定为明眸皓齿和脊柱弯曲异常干预定点医院。郑县妇幼保健院依托儿童康复科、儿童保

健科、口腔科、眼科等专科科室设置于预防治疗点，配备康复矫治设备，规范开展矫治干预工作。按照筛查异常学生台账，主动与家长沟通，开展健康咨询、科普宣教，动员家长及时带孩子到医院就诊。

“可以了。在家每天要坚持刷牙，注意口腔清洁。”近日，在该院口腔科门诊，6岁的康康刚刚做完窝沟封闭治疗，医生叮嘱道。窝沟封闭工作也在有序开展中。此次筛查干预项目的内容之一。窝沟封闭可以防止细菌对牙齿的侵蚀，从而达到防止窝沟龋的目的。暑假也是视力功能异常孩子训练眼睛的“黄金期”。在该院视光中心门诊，前来复诊监测的适龄学生同样不少。通过筛查后的预约随访，家长利用暑假空档带孩子进行系统规范的视力矫正治疗，配合日常功能训练做到“控进展”“重干预”，抓住防治关键时期。

同时，该院还利用暑期开设体态异常脊柱侧弯训练营，聘请省级专家来院指导，对筛查异常儿童青少年提供一对一干预矫治治疗。截至目前，系统干预已规范矫治近视27800余人；完成学生窝沟封闭8563颗牙；为脊柱侧弯一度、二度人群提供咨询干预2076人次，规范矫治脊柱侧弯三度26人，矫治脊柱侧弯异常769人次。

“守护明眸皓齿，让少年挺起脊梁是我们的目标也是任务。医院将聚焦群众需求，以全生命周期视角不断优化医疗服务内涵，多维度护航，致力为儿童青少年健康茁壮成长赋能。”郑县妇幼保健院党委书记杨孝坤说。

中视眼科医院集团平顶山眼科医院：

医师节慰问医护人员

本报讯(记者王春霞 通讯员高鸣飞)崇尚人文精神，彰显医者仁心。今年8月19日是第七个中国医师节，中视眼科医院集团平顶山眼科医院当天举行了一场温馨的慰问活动。中视眼科医院集团领导、平顶山眼科医院领导班子、全院医师代表以及职能科室负责人齐聚一堂，共同庆贺属于全体医务工作者的节日。

活动中，中视眼科医院集团人力资源总监李琳代表集团对常年坚守在一线的广大医师表示感谢，对医师团队为医院发展建设所付出的努力以及卓越表现表达深远的敬意和深切的关怀。院长李湧代表医院领导班子与医护人员亲切交谈，感谢医护人员在医疗工作中的付出与坚守，勉励医护人员不忘初心、牢记使命，继

续为平顶山人民群众提供更优质的眼科医疗卫生服务。作为医院的医疗学术带头人，李湧表示将继续引领全体医护人员，秉持“以患者为中心”的服务理念，不断提升医疗水平和服务质量，为平顶山地区的眼健康事业贡献更大力量。

随后，集团领导和医院领导一同为医护人员发放了精心准备的礼品与鲜花。每一束鲜花都承载着对医师们辛勤工作的赞誉，每一份礼品都饱含着对他们的关怀与祝福。医护人员纷纷表示，会将这份关爱化作工作的动力，以更为饱满的热情和更为严谨的态度为患者提供更优质的医疗服务。最后，全体医护人员与集团领导、医院领导一起合影留念，将这个温馨而难忘的时刻永恒定格。

平顶山眼科医院自创建以来，始

终以守护平顶山地区居民眼健康、推动豫西南地区眼健康事业发展为使命。多年来，在集团的大力支持下引进先进的医疗设备，开展前沿的眼科技术研究，在培养优秀医疗人才的同时，不遗余力地为医护人员提供良好的工作环境与发展空间，关注他们的身心健康，定期组织培训和学习交流活动，让每一位医护人员都能在工作中持续成长和进步。

从而为患者提供更优质、高效、便捷的眼科医疗服务。此次慰问活动正是中视眼科医院集团、平顶山眼科医院与医护人员团结一心、共同守护地区眼健康的见证。在未来的日子里，中视眼科医院集团平顶山眼科医院全体医护人员将继续携手共进，不懈努力，为鹰城的眼健康事业铸就更加辉煌的篇章。

减肥茶、梨膏茶、紫苏饮、补气三仙饮、灵芝黄芪养元饮……

市妇幼保健院中药茶饮火出圈

本报讯(记者魏应钦 通讯员王春英)近日，记者从市妇幼保健院获悉，该院中医科门诊推出的中药茶饮火出了圈，每天来购买中药茶饮的人络绎不绝。“我买的这几包中药茶饮，一包才几块钱，便宜、健康、养生又便捷。”市民王女士告诉记者。

拿人参、黄芪泡茶，水杯里放枸杞、菊花等，这种操作现在出现在越来越多的人身上，但是很多人却容易用错或者用得不贴切。因此，该院紧跟人们需求和中医养生潮流，于今年6月初根据时节变化特点推出了减肥茶、梨膏茶、紫苏饮、补气三仙饮、灵芝黄芪养元饮等20余种养生中药茶饮，辨证给药，备受青睐。

记者在中医科门诊看到，十多分钟时间就来了3位要中药茶饮的市民：一位是气血两虚、失眠的，坐诊医生、副主任医师周春秋给她开了补血安神茶；另一位点名要减肥茶；还有一位要的是枇杷饮，她说自己有些孕吐反应，喝了两天枇杷饮效果还不错，想再拿一些。记者发现，购买中药茶饮的很多都是回头客，还有一些就诊的患者听说医院还有中药茶饮，当即就让医生开了些回家泡茶喝。

“我们新推出的熬夜回血开心水也很受欢迎，它的主材料是决明子、桑葚、枸杞等，主打滋补阴血、清肝明目，非常适合熬夜和值夜班的人。”周春秋说。

据周春秋介绍，在中医中，“药食同源”是一种重要的理论，中药茶饮中很多药材也是日常食材，用在茶饮中没有违和感，也不会有食用风险。中药茶饮的配方多基于《伤寒论》《金匮要略》《本草纲目》等传统医学典籍，充分确保其安全性和有效性。另外，中药茶饮可根据个人体质进行调配，能够满足不同人群的养生需求，针对气血虚、心悸气短、头晕乏力、胸闷、失眠、寒痹痛经等亚健康人群，该院推出了桑桂饮、生脉饮、补血安神茶、痛经茶、枇杷饮等中药茶饮。

对于茶饮的口感，每一种中药茶饮出来，周春秋及医院医护人员都会试喝，通过多轮试喝和调整，使得中

药茶饮在保持药效的同时也具有良好的口感。

“一谈起中药，首先想到的是苦，没想到中药茶饮颠覆了我的认知。”采访当日，一位回购乌梅汤中药茶饮的张女士说，相比奶茶店的乌梅类饮品，医院的乌梅汤喝起来更加爽口，不会感觉甜腻，也没有太大中药味。

最后，周春秋提醒，中药茶饮虽然具有一定的养生效果，但其本质仍属中药范畴，因此，市民在选择中药茶饮时应由专业中医师进行体质辨证后，根据自身情况和需求进行选择，切勿盲目跟风。此外，中药茶饮不能完全替代药品，对于身体的不适应及时就医检查治疗。