

平顶山现代妇产医院： 台湾专家“科学坐月子”讲座 受到鹰城准爸妈的追捧

5月9日，平顶山现代妇产医院在二楼多功能厅举办了一场名为“科学坐月子”的讲座，由台湾来的母婴护理专家、北京和美医院产后康复中心总监周竹宜主讲。众多准爸妈前来捧场，甚至有准妈妈准外婆的身影出现在会场，把整个多功能厅挤得满满当当。

“在台湾，由于出生率的下降，多年前就出现了年轻人生育后婆家与娘家家长共同参与到年轻父母坐月子中的情况。老一代人的生活习惯和思想理念与年轻人的差异，使得新妈妈的月子期矛盾多发。为了帮助年轻人科学度过产褥期，台湾的‘月子文化’从科学、合理、营养、温馨出发，形成了专业的医学月子调养理念。”周竹宜说。

讲座中，周竹宜对几种流行的坐月子理论进行了解说，深入浅出地讲解了坐月子时应注意的一些事项，对产后妈妈的身心调理、情绪调节、宝宝的哺乳、喂养进行了细致的阐述，语言诙谐幽默、妙趣横生，听讲的准爸妈全神贯注，认真地做笔记。讲座结束后，性急的准爸妈纷纷提问题，直到周竹宜一一解答后，才满意地离开。

周竹宜表示，平顶山现代妇产医院作为专业的医学护理机构，是鹰城的准爸妈学习和咨询正确的育儿知识的场所。掌握科学的怀孕及坐月子理论，对于80后、90后的准爸妈来说是必不可少的。尤其是月子期间的饮食搭配和专业护理，一方面，可以让新妈妈均匀地吸收营养，及时分泌乳汁，为宝宝的“粮仓”源源不断地提供储备；另一方面，新妈妈的身体经过调理，能够促进机体排毒，恢复体能、增强体质，在不影响哺乳的同时，促进身材的进一步恢复。

针对准爸妈的热情参与，平顶山现代妇产医院负责人表示，今后每周“准爸妈大学”举办的与女性健康、孕产有关的各种讲座，会邀请更多的专家参与，还会再邀请周竹宜莅临医院与大家交流。鹰城的准爸妈可以到医院或者通过拨打电话0375-7336999了解相关信息。（李莹 牛瑛瑛）

市妇幼保健院妇产五科 获评工人先锋号



本报讯 5月7日，市妇幼保健院妇产五科从市总工会领到了2014年度“平顶山市工人先锋号”牌匾（如图），成为我市卫生系统唯一获此荣誉的科室。

据了解，市妇幼保健院妇产五科成立于2012年，在妇产科专家、科主任杜幸琴和护士长王鸽带领下，确立了不断提高技术、创新服务，争取在最短的时间内达到全市领先水平的奋斗目标。为此，在医院支持下，该科不断派人外出学习，并积极研发、引进新技术。3年时间，该科共开展了B-Lynch子宫缝合术治疗产后大出血、广泛性子官切除术、腹腔镜检查与治疗、困难剖宫产、高危妊娠管理、妊娠合并糖尿病筛查、孕期甲状腺疾病筛查与管理、产后出血抢救、流产后妇女关爱等方面的9项新技术，一项获市科技进步一等奖、两项获市科技进步二等奖、一项技术已经立项申报，科室人员在省级以上期刊发表论文20余篇。这不仅使高危妊娠孕妇得到精细化管理，孕产妇大出血导致子宫切除的概

率降至零，还走出了微创微疼手术之路。

去年9月，鲁山的刘女士来到该科，检查发现她患有重度子痫前期、心功能衰竭、中度贫血。杜幸琴建议她行剖宫产手术。术中，刘女士的子宫收缩乏力，出血量增多，杜幸琴立即给予药物治疗，按摩子宫，并及时行B-Lynch子宫缝合术，出血很快止住，不仅母子平安，而且避免了子宫切除。据了解，此项技术开展两年来，该科平安出生双胞胎50余对，所救治的20多名产后出血病人无一行子宫切除术。

在技术得到提高的同时，该科积极进行服务创新。医生、护士联合推出孕妇自由体位生产方式；建立护理管理“品管圈”；科室每周组织一次讨论学习，每月进行一次技术训练，使护理管理更加精细化、人性化。针对孕产妇和病人来院住院时，要坐等被服库人员来送被服等不便，该科创造出“科室预先留被”的新服务。

先进的技术和优质的服务赢得了病人的好评，慕名而来的孕产妇和病人日趋增多。由于该科仅有7名医生、10名护士，任务比较繁重，为保证孕产妇和病人的安康，科室人员主动放弃公休假、节假日。

付出就有收获，近年来，该科连续被评为院先进集体，主任杜幸琴被市总工会授予市五一劳动奖章，护士长王鸽被市卫计委授予“平顶山市先进工作者”的荣誉称号。

（牛瑛瑛 王春英 苗四海 / 文 李英平 / 图）

儿童患鼻窦炎 别当感冒治

□记者 牛瑛瑛

本报讯 近日，小晰（化名）的鼻窦炎又犯了，去医院就诊时，医生说已错过了最佳治疗时机。市妇幼保健院耳鼻喉科副主任于博提醒：儿童鼻窦炎的早期规范治疗很重要。

近年来，该科对万余名儿童鼻窦炎

患者跟踪发现，不少患儿都错过了最佳治疗时机。因为儿童鼻窦炎急性期的症状和感冒非常相似，出现发热、头疼、打喷嚏、流鼻涕、鼻子不通气、精神差等，常常被误当感冒治疗，直到吃了很长时间感冒药后症状仍不减轻，才到耳鼻喉科看，导致急性鼻窦炎转为慢性鼻窦炎，反复发作，影响孩子的学习及身体发育。

新华区人民医院疼痛一科主任
张子甲提醒：

立夏后莫贪凉 当心患骨关节疾病

本报讯 立夏后，鹰城的天气逐渐变热。新华区人民医院疼痛一科主任张子甲提醒，立夏后莫贪凉，避免诱发或加重骨关节病。

1个月前，市民梁女士由于晚上受凉引起颈肩疼痛，在市区某大医院经过颈椎核磁共振检查后被诊断为颈椎间盘突出症，医生建议她进行手术治疗。因担心手术留下后遗症，梁女士在朋友的推荐下来到新华区人民医院疼痛一科找到了张子甲。经过诊断，发现患者颈椎间盘突出在正常值范围内，症状主要是由颈肩部肌肉软组织劳损后受凉所致，张子甲建议梁女士进行神经阻滞配合物理保守治疗。经过20天左右的治疗，梁女士颈肩部的疼痛明显减轻。

“像梁女士这样由于贪凉诱发疼痛的，近日科室每日的接诊量在30人左右。”张子甲说。关节对外界环境变化非常敏感，天气转热后，人们往往忽视对于关节的保暖，当关节受凉后，机体对疼痛的耐受能力降低，容易诱发或者加重骨关节病。立夏之初，昼夜温差较大，晚上睡觉一定要注意保暖，以免因受凉引发关节疾病。

据张子甲介绍，如果出现关节疼痛等症状，要尽早到医院进行诊断和治疗，千万不能抱着“忍一忍就过去了”的想法，把小毛病拖成大麻烦。对于疼痛的治疗，也要避免“一刀切”的方法。疼痛科作为区别于骨科和麻醉科的专业科室，对于疼痛的规范治疗日趋成熟，针对病人的症状和情况选择不同的治疗方法，如物理治疗、微创介入治疗、神经阻滞治疗等，不仅能够帮助病人有效地治疗疼痛病症，还使疼痛科的专业化、规范化、人性化的理念深入人心。

张子甲建议，夏季阳光充足，可以多晒太阳，有助于合成维生素D，有效防止骨质疏松。此外，做一些户外运动，有利于颈椎病的康复。虽然目前已立夏，但是天气忽冷忽热，要注意适当捂捂，防止关节受凉。如果天气热，建议女性在空调房间里最好穿双丝袜，避免膝盖着凉。（李莹 牛瑛瑛）

2015·中国平顶山

苏杭名品丝绸暨网购服装商品博览会

同期举办全国名优土特产直销展

时间：5月17日-5月28日

地点：凌云路北段名仕国际家居广场

（佳田塞纳城南150米）

真情
回馈

开业前三天17日、18日、19日、
凭报纸、宣传小票免费送洗衣粉一袋。

（限前399名）

咨询电话：13657203398

