市二院开展国际骨质疏松日义诊活动

□记者 魏应钦 通讯员 李琳

本报讯 骨质疏松症是中老年常见的慢性疾病之一，与糖尿病、心血管疾病共同被列为影响中老年人身体健康的三大杀手。随着我国老龄化程度的不断加深，骨质疏松和脆性骨折患者数量都呈显著上升趋势。骨质疏松患者是发生脆性骨折的高危人群，可引起多处骨折，给患者及家庭带来沉重负担。

2021年10月20日是国际骨质疏松日，今年的主题为“骨量早筛查，骨折早预防”。为提高公众对骨质疏松及其引发的骨折的认知，用实际行动服务广大市民，10月19日上午，市二院内分泌科主任陈民、护士长都玉娜带领骨质疏松团队（内分泌科、放射科等）在门诊楼一楼大厅举办义诊活动，为市民进行免费骨密度监测及骨质疏松知识咨询等。影像中心主任徐安波也到现场助阵。

活动还未开始，前来咨询的市民就络绎不绝。在医务人员的安排下，参与义诊的市民有序排队，领取骨质疏松宣传手册、进行骨密度检测，纷纷向专家表达自己的需求和困惑。专家根据每个人的具体情况，对其骨质状况进行科学评估并给予饮食建议和用药指导。专业的判断、耐心的解释和贴心的关怀得到了市民的一致好评。

陈民说，疼痛、驼背、身高降低和骨折是骨质疏松症的特征性表现，大多数骨质疏松症患者早期症状不明显，很容易被忽视，随着人体骨质的逐步流失而出现全身关节疼痛，甚至有可能因为摔跤而骨折。骨质疏松是可以早期预防、早期治疗的。应养成健康的生活习惯，均衡膳食，戒烟限酒，适当进行户外活动和日照，补充钙剂和维生素D。

本次义诊活动进一步普及了疾病预防知识，使广大市民能更早地认识到骨质疏松的普遍性和危害性，提醒广大市民注意日常预防，发现相关症状后做到早预防、早诊断、早治疗，最大限度减少骨质疏松症对人体的危害以及对生活的影响。

医务人员在为市民检测骨密度 李琳 摄

抓住黄金一小时，挽救脑细胞

舞钢市人民医院为一脑卒中患者成功溶栓

本报讯 10月19日凌晨1点，年仅55岁的谷女士“突发头晕、心悸，左侧肢体麻木无力”。家属立即拨打120，该患者紧急入住舞钢市人民医院，接诊医生胡洋通过详细问诊及查体，初步诊断该患者为急性脑卒中。

时间就是脑细胞，该院立即启动“脑卒中急救绿色通道”：先行头颅CT检查排除脑出血，诊断为急性脑梗死，可行溶栓，在急诊科、介入科、CT室、神经内科等多个科室的密切配合下，医院神经内科溶栓小组在患者发病1小时左右就给予了阿替普酶静脉溶栓治疗。随后进行头颅MRI+MRA+PWI检查，DWI检查结果提示右侧基底节及脑室旁高信号，MRA排除大血管病变，神经内科接诊医师吴乔洋联合介入科王健主任会诊后无介入指征，溶栓效果很好。该患者从来时被人搀扶，脚上的鞋被磨破无知觉到溶栓后自行站立并能行走，左侧肢体肌力恢复。

这是一例脑卒中患者在黄金时间窗内得到妥善治疗的典型病例，通过规范化溶栓治疗避免了脑卒中患者的致残。

为进一步提升脑卒中治疗成效，抓住“黄金一小时”，舞钢市人民医院不断优化脑卒中筛查与防治工作流程，整合优势资源，从“单打独斗”走向“联合作战”，为病人争取更多的救治时间，更大程度地提高脑卒中患者生命质量。

此外，对待脑卒中病人，该院建立了“急性脑卒中静脉溶栓绿色通道”，从院前急救做好抢救准备，在120出诊的同时就与院内医生进行沟通，提前做好各项检查准备，卒中患者到达医院后将优先于其他病人迅速做完头部CT、抽血等系统检查，确保入院后1小时内即开始溶栓治疗，让患者获得更加及时规范的治疗。

急性脑梗死又被称为急性缺血性卒中，具有发病率、致残率和病死率高的特点。脑卒中救治是一场“生死时速”，患者大脑一旦缺血，脑细胞会以每分钟190万个的速度死亡，脑卒中急救每提早一分钟，就可能多挽救190万个脑细胞，从脑卒中发病到溶栓再通治疗时间的长短，真正关系到病人的治疗效果和生存质量。

（牛瑛瑛 陈卓）

平顶山市中医医院儿科：

呼吸康复疗法惠及众多患儿

□本报记者 魏应钦

近日，出生仅一个多月的聪聪（化名）因咳嗽、喘憋等症状来到平顶山市中医医院儿科就诊，被诊断为支气管炎。因孩子年幼，父母不愿其住院治疗，该科主治医生赵艳超遂给予其呼吸康复治疗配合口服抗感染药，6天后，患儿的症状消失。据了解，近3个月来，该科已为60多个患儿进行了呼吸康复治疗，效果良好。

呼吸康复受关注

据介绍，因为新冠病毒的侵袭，肺部疾病逐渐引起人们的重视。另外，受大气污染、二手烟、疾病谱的变迁、耐药菌增多等因素的影响，大病灶肺炎、支气管哮喘等疾病的发病率逐渐升高，闭塞性支气管炎、肺不张、支气管扩张、肺纤维化等后遗症也相应增加，不仅增加了再住院率、手术率等，而且该类患儿将来极有可能发展为成人慢性阻塞性肺疾病，给家庭及社会增添了沉重的负担。可以说，临床治疗的结束或暂停并不意味着患者的真正康复，更不是百分之百的恢复。因而，除了常规的药物治疗外，呼吸康复也受到越来越多的关注。

呼吸康复广泛应用于成人慢性呼吸系统疾病的临床治疗，我国儿童呼吸康复起步较晚，2017年12月召开首届中国儿童呼吸康复学术大会，宣布儿童呼吸康复专业学组成立，2018年10月在吉林大学第一医院举行儿童呼吸学组第二次会议。平顶山市中医医院儿科委派赵艳超医生和王霞护士到吉林大学第一医院进修学习儿童呼吸康复技术。该科呼吸康复团队现由1名医生、5名护士组成，并引进高频胸壁振荡器、呼吸训练器等设备。

呼吸康复疗法优势多

赵艳超说，呼吸康复是在详细的患者评估和个体化治疗基础上的一套多学科合作的综合干预措施，包括但不限于运动锻炼、教育和行为改变等，其目的是通过各种非药物手段，如运动、手法、仪器、心理教育及健康教育等个体化综合管理措施，提高病情加重早期症状的识别度，减轻患儿呼吸困难症状，改善肺功能，提高运动耐力，从而减少并发症及后遗症的发生。

呼吸康复能够增强气道廓清功能，提高运动能力，减轻呼吸困难症状，提高生活质量，减轻焦虑抑郁，减少住院天数和再住院率，最大限度地提升身心机能和社会适应能力，给予患儿更好的生活质量。

呼吸康复适用于以下这类疾病。常见的呼吸系统疾病：支气管肺炎合并痰多不易咳出、大叶性肺炎、闭塞性支气管炎、闭塞性细支气管炎、肺不张、间质性肺疾病、支气管哮喘、支气管扩张、囊性肺纤维化、无包膜的肺囊肿等；危重症及机械通气患者；围手术期患者：肺减容手术、肺移植等；神经肌肉病变导致的呼吸衰竭、中枢神经系统病变导致的呼吸问题。其他如katagener综合征、原发性纤毛不动综合征。

呼吸康复是一个个体的、多学科参与的综合项目，全面的呼吸康复计划包括：患者的评估、教育和呼吸训练，运动疗法，心理干预，中医疗法，长期依从性的促进以及每项内容的评估、效果评价。这需要根据患者的病情进行呼吸康复计划设计，以满足不同患者的需求。

物理疗法：呼吸训练、胸部叩击、手法排痰、体位引流、有效咳嗽等训练。

运动疗法：这是根据不同年龄段制订不同的运动处方，比如通过跑步、游泳、骑自行车等方式，增强患儿的氧转运，提高活动耐力，减少制动所带来的肺不张、褥疮等不良后果。

中医疗法：根据不同疾病，选择不同穴位，再结合中医贴敷、艾灸、推拿等，以止咳化痰、缩短病程。该院儿科康复团队还结合基础理论，创建了简便易行的呼吸操，可有效调节人体五脏六腑，疏通经络，起到增进健康、预防呼吸肌疲劳的目的。

“心理及营养在患儿整个康复治疗中也起到了重要作用。”赵艳超说，在传统治疗方法规范化的基础上，辅以全面、系统、个体化的康复治疗方案，一定会对患儿的全面康复起到很大的作用，甚至使其终身受益。