

# 产后大肚脯、腰背痛很苦恼 生物反馈刺激治疗解难题

本报讯 产后大肚脯、腰背痛，你躺枪了吗？9月18日，记者在市妇幼保健院产后康复中心采访时看到，现场大约三分之二的女性都是因为这些问题做产后康复。“这个治疗效果挺好的，我的一个朋友就在这里治好了，我的情况也在一天天改善。”一位产妇高兴地对记者说。

产后大肚脯、腰背痛是困扰众多产后女性的难题，即使通过控制饮食、减肥、按摩，腹部也回不到怀孕前的样子，腰背痛也得不到缓解，许多人误以为这是因为孕期多食、缺乏运动所致，但其实腹直肌分离才是始作俑者。

什么是腹直肌分离呢？它对产后女性的身体有怎样的危害呢？据该院产后康复中心负责人杨芬介绍，腹直肌位于腹部腹中线两侧，具有保护腹腔脏器，维持腹内压，参与完成排便、分娩、呕吐和咳嗽等功能。在怀孕期间，宝宝在妈妈的子宫里逐渐长大，腹壁所承受的压力也逐渐增大。这时，

腹直肌被迫向两侧拉伸分离。如果分离的距离超过两厘米，则被称为腹直肌分离。腹直肌分离不仅会让产后女性身材走样，出现大肚脯、腹壁松垮垮，还会导致不同程度的腰背痛，严重者会出现内脏移位下垂、尿失禁、脐疝等问题，影响产后女性的身心健康和生活质量。

2021年，该院委派产后康复中心骨干赴省级医疗机构进修，引进开展了修复腹直肌分离的生物反馈刺激治疗技术和手法按摩。该技术主要通过生物反馈刺激治疗仪和手法按摩刺激腹部肌肉，提高腹部肌肉兴奋，增强核心肌群的训练，修复因生产而损伤的细胞、断裂的筋膜和韧带，加快腹直肌向腹中线聚拢，促进腹壁紧张度的恢复。另外，它还能减少脂肪在腹部的堆积，降低产后尿失禁、盆腔脏器脱垂等疾病的发生，刺激血液循环，起到放松背部肌肉、缓解疼痛的目的。

舞钢市的张女士产后腰背痛，肚

子大得像怀孕五六个月的样子，与怀孕前苗条的身材相比，巨大的落差令爱美的她痛苦不已。其辗转省、市多家医院以及私人产后康复中心治疗，钱没少花，效果却不理想。经朋友介绍，7月份，张女士来到该院产后康复中心就诊。接诊医生杨芬为其手诊时，发现患者腹部中间凹陷一条沟，宽约四指，考虑腹直肌重度分离。经彩超进一步检查，结果显示腹直肌分离4.5厘米。根据张女士的身体情况，杨芬为其制定了详细的康复治疗方案。通过生物反馈刺激治疗和手法按摩，治疗两个疗程后，患者腹直肌恢复到正常状态。对此，她开心不已。

“近年来，随着三胎政策的全面实施，高龄和多产产妇的增多，腹直肌分离的发生率也随之升高。”杨芬说，产后女性朋友们不要过于担心，也不要盲目治疗，要趁早到专科医院就诊检查，进行规范系统的治疗，以达到康复的目的。（魏应钦 王春英 苗四海）

## 医校携手深度融合 共建实践教学基地

□记者 王春霞

本报讯 9月18日上午，平顶山学院实践教学基地暨大学生就业基地授牌仪式在平顶山眼科医院举行。这是我市高校与医院积极探索“医教研学管”深度融合的又一重要举措。

平顶山学院是一所拥有60多年历史的高等院校。近年来，该校医学院发展迅速，目前拥有临床医学、药学、检验、护理等多个专业的学生3000余人。

平顶山眼科医院成立于2016年，是国家二级眼科医院，也是中视眼科集团旗下的一家眼科专科医院。自建院以来，该院秉承“专心、专注、精心、精准”的宗旨，已成功为平顶山及周边近万名眼病患者实施了手术。

在仪式上，平顶山学院副校长程永华与中视眼科集团总经理李杨代表双方签署了合作协议，确定建立长期稳定的合作关系，为大学生提供实践和就业机会，同时双方将探讨实施合作模式及人才培养计划，推进毕业生高质量就业。程永华副校长向平顶山眼科医院李湧院长颁授“平顶山学院教育实践基地”“平顶山学院大学生就业基地”牌。

平顶山眼科医院院长李湧说，医校联合更加完善和提高了平顶山眼科医院教学实践的职能，“今后双方将积极探索‘医教研学管’方面的合作，我们有信心、也有能力为平顶山学院医学生提供一个实践锻炼就业的平台，为他们以后的工作奠定良好的基础。”

## 郟县妇幼保健院： 技术扎实连获奖

本报讯 近日，郟县妇幼保健院接连传出喜讯：先是两名助产士在“2023年平顶山市正常分娩接生技能大赛”中荣获二等奖，接着又在“平顶山市2023年度老年医疗护理康复技能操作比赛”上荣获团体三等奖及个人二等奖、三等奖的好成绩，展现了该院医护人员的专业技术实力。

近日，由平顶山市妇幼保健协会主办、市妇幼保健院承办的“2023年平顶山市正常分娩接生技能大赛”在市妇幼保健院举行。此次技能大赛采用“理论考试+技能操作”的形式，对各全市区县筛选出的14名优秀选手进行评比。郟县妇幼保健院入选的两名助产士李彩锋、张焱焱在比赛中严谨认真、操作规范。经过激烈角逐，该院两名助产士荣获本次大赛二等奖。

随后，市卫健委、市总工会联合主办的“平顶山市2023年度老年医疗护理康复技能操作比赛”在市中医院顺利举行。经评比，郟县妇幼保健院参赛代表队张自军、程梦雨、杨菲团队荣获团体三等奖，其中程梦雨荣获老年护理专业二等奖；杨菲荣获老年医疗专业三等奖。

“通过竞赛评比，进一步加强了助产人员及老年医疗护理康复技能人才队伍建设，同时也为更好地满足老年人健康服务需求提供了有力支撑。”该院相关负责人说。

（王春霞 韩梦佳）

## 口腔知识进校园

为培养学生良好的口腔卫生习惯，增强口腔疾病预防意识，9月19日上午，卫东区疾控中心的工作人员与平顶山学院附属口腔医院的医务人员来到五一路小学，联合开展口腔健康宣教活动。

活动中，该院的医务人员以“儿童口腔知识及窝沟封闭”为主题，给小朋友们上了一堂别开生面的口腔健康课。

本报记者 魏应钦 摄



## 肿瘤早筛公益活动在宝丰启动

本报讯 为落实“健康中国2030”远景规划及省卫健委关于“肿瘤防治中心”建设目标要求，根据宝丰县肿瘤发病情况，结合肿瘤筛查“金标准”，9月19日起，宝丰县医疗健康集团在全县范围内开展重点肿瘤的高危人群筛查工作。

该县成立了医疗健康集团肿瘤防治中心，编写肿瘤筛查方案，制订筛查流程、目标和计划，推动筛查工作高效落实，持续对全县重点人群进行筛

查。该集团通过对村医业务培训、群众宣传动员，对居民开展问卷调查，评估出需进一步筛查的高危人群，筛查专家团队携带移动CT、肠镜、彩超等检查设备，在全县范围内实施集中免费筛查。对筛查中发现的肿瘤患者，由专家团队集中研判后进行下一步医疗措施干预。

活动启动当天，宝丰县卫健委党组书记、主任，医疗健康集团党委书记赵延军莅临筛查现场。在宝丰县医疗

健康集团赵庄镇分院，赵延军了解前来筛查的村民们的生活习惯、疾病情况，赵延军说：“随着我国城市化、工业化、老龄化进程加快，恶性肿瘤已经成为危害居民生命和健康的主要慢性病之一，本次肿瘤筛查费用免费，集团专门配备移动影像车辆等设备，安排县级专家坐镇，现场就能诊断治疗，做到肿瘤的早发现、早诊断、早治疗，集团将尽全力为百姓的身体健康保驾护航。”

（魏应钦 杨铭芸）

## 肛周疼痛别拖 警惕坏死性筋膜炎

本报讯 “肛周疼痛千万别久拖，如果感染坏死性筋膜炎，可能危及生命！”近日，市第一人民医院未来路院区成功救治一名重症肛周坏死性筋膜炎患者，患者王先生出院时特意送来锦旗表示感谢，拉着医护人员的手感激地说：“谢谢你们救了我的命。”

今年49岁的患者王先生家住鲁山县，近日因肛周、阴囊红肿疼痛五天，在当地医院治疗不见好转，遂到市一院未来路院区肛肠科就诊。该科主任医师李云霞接诊后，发现王先生精神萎靡，感染已经波及肛周、臀部、骶尾部及阴囊部，脓腔广泛且深，散发着难闻的恶臭，当即诊断为“肛周坏死性

筋膜炎”。

肛周坏死性筋膜炎是临床少见但极为凶险的一种疾病，属于肛肠外科的急危重症。它是由多种致病菌侵袭导致会阴部、阴囊、肛周的皮肤、皮下组织及深浅筋膜进行性坏死的软组织感染，极易引起脓毒症、感染性休克、呼吸衰竭、肾功能衰竭和多器官功能衰竭等并发症，如不及时手术，死亡率高达128%—35%。为全力救治王先生，李云霞带领主治医师刘洋立即为他进行急诊手术。整个手术持续了近3个小时，医生们清除了大量坏死组织和脓液，术后给予抗生素抗感染治疗，并予以多次清创换药处理。在

全体医护人员的精心治疗和护理下，王先生于近日康复出院。

据该科主任马忠杰介绍，肛周坏死性筋膜炎发病早期没有明显特异性临床表现，极易误诊为肛周脓肿等感染性疾病，从而产生严重后果，所以早期诊断、及时正确治疗对患者预后至关重要。对于这种疾病，早期手术治疗是首选，同时联合应用广谱抗生素和营养支持也是必要的治疗手段。他提醒大家一定要重视肛周疼痛表现，应及早到医院让专科医师明确诊断，正确规范治疗，以免延误病情。

（王春霞 付睿）