

# 全力打造中西医结合特色骨科品牌

## ——记上海中医药大学平顶山医院骨伤科

□本报记者 魏应钦 文/图

上海中医药大学平顶山医院(平顶山市中医医院)骨伤科是该院的特色专科,今年在翠竹路院区开诊以来,科室充分发挥中西医结合特色优势,注重人才培养、技术创新,坚持以病人为中心的服务理念,用精湛技术和优质服务打造骨科品牌,受到患者及家属好评。

### 精湛技术惠及患者

近日,41岁的杨女士在脚手架上干活时不慎摔倒受伤,左小腿出现畸形、出血、肿痛,不能站立及行走。患者立即被送到上海中医药大学平顶山医院翠竹路院区急诊科,经行左踝关节DR检查,被诊断为左胫腓骨下端粉碎性骨折。为进一步治疗,患者被收治于骨伤科。

科室医疗团队经过仔细检查和讨论,并与患者和家属充分沟通,决定急诊行左胫骨开放性粉碎性骨折复位外固定架固定术+左腓骨骨折切开复位内固定术+左小腿皮肤撕脱伤反取皮回植术。当晚,由该科主任、主任医师宋根套主刀,两个多小时后,手术顺利完成。术后,经过抗感染、营养支持、消肿止痛、活血化瘀以及促进骨折愈合等治疗,患者恢复良好,顺利出院。

前段时间,40多岁的市民余先生不幸遭遇车祸,导致膝关节前交叉韧带



骨科团队手术中

和半月板损伤,来到该科治疗。宋根套和医疗团队经过详细的术前检查和讨论,为患者制定了个性化的手术方案。手术历时两个多小时,术中仅开了几个小切口,医疗团队为患者成功实施了关节镜下膝关节清理、半月板成形、前交叉韧带重建术,目前患者已康复出院。

自翠竹路院区开诊两个月来,宋根套带领骨伤科团队已开展了关节镜下

膝关节清理、半月板成形、腓窝囊肿内引流、肩关节清理、肩袖修补等手术,受到患者的一致好评。

### 打造高水平的医疗团队

该院骨伤科拥有一支技术精湛、人才梯队合理、服务优良的高水平医护团队。科室现有医护人员14名,其中主任医师两名,主治医师4名,硕士研究

生学历者3人。

科室业务特色明显、优势突出、范围广泛,可开展四肢、骨盆及脊柱骨折手术治疗,肩、髋、膝人工关节置换;胸腰椎骨质疏松性骨折的pvp、pkp治疗;脊柱退变手术治疗;膝关节半月板损伤,前、后交叉韧带断裂,肩峰下撞击症,肩袖损伤等的关节镜下治疗;手部功能重建,血管、神经、肌腱损伤的修复。其中,颈肩腰腿痛中医治疗为科室特色和优势,其通过针刺、艾灸、中药封包、针刀等中医方案,治疗颈椎病、腰椎间盘突出症、椎管狭窄症、膝关节骨性关节炎、肩周炎、骨质疏松症等疾病以及各类疼痛性疾病,最大限度地缓解患者痛苦。

科室的发展离不开一个优秀的带头人。宋根套系河南省医师协会创伤外科分会委员、平顶山市医学会骨科学专业委员会委员,其带领团队先后开展了多项新技术,填补了医院治疗空白。他擅长四肢复杂骨折的治疗,断肢(肢)再植,肌腱、神经、血管损伤的处理,在颈椎病、胸腰椎骨折、腰椎间盘突出、腰椎滑脱手术治疗以及颈椎侧凸、后凸的矫正,膝关节、肩关节疾病关节镜下处理,髋、膝关节置换等方面成绩斐然。

宋根套表示,下一步,科室将立足中医传统,继续致力于打造中西医结合特色骨科品牌,不断引进和创新医疗技术,全力守护鹰城百姓的生命健康。

## 给特“困”职业人群支支招

◎平顶山市职业病防治所主治医师 王琳

睡不着、不想睡,熬最深的夜,用最贵的眼霜……每当夜幕降临,总有一类人饱受各种睡眠问题的困扰。那么,什么是失眠?哪些人群更容易失眠?

失眠是一种常见的睡眠障碍,是指对睡眠时间和(或)质量不满足并影响日间社会功能的一种主观体验。其主要表现为:入睡困难(入睡时间超过30分钟);睡眠持续障碍(整夜觉醒次数≥2次);早醒、睡眠质量下降和总睡眠时间减少(通常少于6.5小时);同时伴有日间功能障碍(包括疲劳、情绪易烦躁或易激动、注意力不集中或记忆力障碍、躯体不适、认知障碍等)。

中国睡眠研究会指出,出现睡眠障碍较多的为白领和特殊职业人群,如公司职员、记者、夜班工作者、会计、教师、医生、级别较高的公务员等,这类人群往往生活节奏快,工作压力大,加上生活作息不规律,使得他们成为失眠的高发人群。

偶尔失眠带来的身心不良反应比较小,可能只是第二天工作时感到疲倦和动作不协调等。长期失眠的人,可能会出现注意力不集中,记忆力下降,工作时力不从心,导致失误增多,甚至造成不可挽回的后果。

睡眠不足会使人的免疫力下降,诱发其他躯体性疾病,如心脑血管疾病、高血压和糖尿病等。研究发现,持续失眠一周以上会出现恐惧、紧张、焦虑、抑郁,严重的还可能会出现定向障碍和共济失调,影响社会功能,影响工作能力。

那么如何改善失眠?这里有几个不错的自我调节方法。

**调节好心态。**失眠障碍的发生和心理健康有很大关系,所以经常失眠的职业人群一定要调节好心理状态,如果压力大要学会减压,有不良情绪要及时调整。

**调理饮食。**有失眠障碍的职业人群可以选择多吃桂圆肉、红枣、酸枣仁、猪心、百合等食物,这样不仅可以促进睡眠,还可以补充营养;在正常休息的夜晚尽量不吃辛辣、油腻、难消化、刺激性大的食物,也不要喝酒、喝含咖啡因的饮料。

**养成良好的睡眠习惯。**按固定的时间睡觉和起床,睡前不进行剧烈运动,不把床当成舒服的躺椅,不在床上看电视、玩手机、吃东西。

**保健疗法。**每天用手指按摩太阳穴和百会穴,用木梳梳头5分钟,睡前泡脚,促进血液循环,这样不仅可以促进睡眠,还可以舒缓情绪、保持心情愉快。

如果长期失眠,会严重影响身心健康,还是建议到正规医疗机构接受专科治疗。

助眠方法有很多,希望每位打工人都能找到适合自己的方法,摆脱失眠的困扰,以饱满的精神状态迎接崭新的明天!



刊登咨询电话:13592191890

## 韩籍女子顺利自然分娩 送市二院妇产科4封感谢信

□本报记者 魏应钦  
通讯员 郭傲寒

“读着感谢信中感情真挚的话语,我们被夫妇二人的细腻温情深深打动了。”8月1日上午,市二院妇产科主任赵嵩捧着4封感谢信,感叹不已。

近日,韩籍产妇李多敏在该科医护人员的呵护下,自然分娩了一名女婴。7月31日出院当天,李多敏夫妇将4封感谢信分别送给该院妇产科副主任石国令、管床医生王辰、助产士郭树云和姬秋洋,并送上一面锦旗,表达谢意。

### 协助韩籍女子自然分娩

李多敏生于韩国,和丈夫胡先生相识、结婚后,两人选择在平顶山定居生活。去年11月,李女士欣喜地发现自己怀孕了,就在市二院建立了档案,预产期为今年7月20日。孕38周产检时,李女士被查出GBS(B族链球菌)阳性。孕40周时,李女士还未出现子宫收缩现象。

“孩子已经足月了,如果是在韩国,医生肯定会要求我立即接受剖宫产手术。”李女士说,“但我和家人都一致决定要自然分娩。”

而GBS阳性这个问题,一直困扰着李女士。赵嵩告诉她,虽然新生儿早发型GBS病比较可怕,但其发生率极低,通过规范使用围产期抗生素,及时进行预防性治疗,宝宝出生后给予72小时监护,可以进一步降低新生儿GBS感染率,因此GBS阳性孕妇一样可以安心顺产。

7月26日,市二院妇产科以“宫

内妊娠40周+6天未临产”将李女士收治入院。王辰和石国令立即为她完善各项检查,密切监测其胎心、胎动及宫缩情况,安抚她和家人的焦虑情绪。

7月28日下午,李女士接受了导产和无痛分娩术。医生给予抗GBS感染治疗,并告诉她准备好迎接宝宝。当天傍晚,李女士开始规律性宫缩,郭树云、姬秋洋两位助产士全程陪产。当晚9时50分,李女士顺利分娩。因羊水污染,新生儿接受脐动脉血气分析化验后,转儿科接受密切观察。产后,赵嵩、王辰及科室医护团队每天给予李女士预防感染、红外线治疗,还帮助她促进产后泌乳及子宫复旧,密切观察产后宫缩情况。

### 夫妇送来4封感谢信

产后第二天,李女士虽然身体十分虚弱,但想起与该科医护人员接触的点点滴滴,感慨万千,想向每个帮助过她的人表达谢意。于是,她与丈夫写了4封饱含感恩与温情的感谢信。字里行间记录着李多敏与市二院妇产科医护人员相处的点滴回忆、难忘时刻和温情感动。

赵嵩表示,这份来自外籍患者的谢意,对科室医护人员来说,不仅是一份珍贵的跨国情谊,更是鼓励和鞭策。它将激励全科医护人员继续秉持仁爱济世、厚德精术的院训精神和以患者为中心的服务理念,持续提升医疗服务质量,努力营造充满医学人文关怀的诊治氛围,用崇高的职业素养、精湛的医技医术、热忱的服务态度,打造有温度的医院。