

# 发挥中医优势 为患者健康护航

——记省级重点专科市中医院脑病一科



该科医务人员正在观看病人脑部CT片。

晰。患者来院时患有房颤，血压曾达到高压217、低压115，在前三个月的康复关键期，医生对其进行调理。患者病情稳定后，医生又对其进行中医饮片治疗。目前患者恢复情况良好。

在多年的病症研究中，该科医护人员发现患者卒中后抑郁的逐渐增多。在临床观察中，经常有患者因语言不利或者肢体不协调无法与家人进行有效沟通，导致患者产生情绪低落等抑郁症状。在结合临床观察研究后，该科积极研发中医治疗方法，针对患者出现的胸闷气短、情绪低落、思绪烦躁等症状，进行个性化辨证诊断、分析，研究出自拟方五脏神安舒郁汤。该方经过临床使用推广，在治疗卒中后抑郁方面有很好的效果，在2008年获市科技成果一等奖。

除此之外，龙蛇胶囊治疗脑梗塞、羚珠脑舒丸治疗偏头痛、明珠平肝合剂治疗急性脑梗塞的临床研究，均获得市级科技成果奖。这三种制剂，均获省药监局批文，在临床治疗中效果显著。

## 为了患者的健康不断创新

随着专科建设的逐年完善和中医特色治疗的突出效果，患者对市中医院脑病一科的认可度不断提升，专科门诊量、住院人数、床位占用率逐年上升。

## ■文/图 本报记者 刘彩霞

全国中医特色护理示范科室、省级重点专科、省级青年文明号、市级“五一劳动奖章”、市级巾帼示范岗……多年来，市中医院脑病一科荣获了多项荣誉。作为集中医、中西医结合医疗、教学、科研一体化的重要临床科室，该科以先进的技术、专业的团队、优质的服务深受患者好评。

## 中药制剂成为科室特色

作为省级重点专科，脑病一科突出中医特色，在全体医护人员的不断创新中，开展了对中风、痴呆、头痛、卒中后抑郁等病症研究；充分发挥中医优势，辨病与辨证相结合，开展针灸、按摩、外敷、药浴、专业康复等多种治疗方法，大大提高了脑病的治疗效果，最大限度地降低了脑病后遗症的发生概率，降低致残率和复发率。同时，该科掌握现代医学治疗脑病的新进展、新方法，先后开展了脑梗塞的溶栓治疗、脑血管造影、颅内血肿微创治疗等，帮助患者恢复健康。

3月6日晚上11点，一名77岁的女性因说话不清、右侧肢体无力被120救护车送至医院。该科医生对患者进行CT检查，发现患者患脑梗塞，颅内未出血，立即对患者进行溶栓治疗。在溶栓治疗前，患者腿脚不能动，溶栓治疗后半个小时，患者右侧胳膊能抬起，腿脚能动，说话恢复清楚。



# 适量献血对预防心血管疾病有积极意义

芬兰科学家的一项研究证实，经常适量献血对部分健康成年人，特别是成年男性，有预防心脏病的作用。

专家对居住在芬兰东部的两万多名成年人作了调查，结果发现，与经常献血者比较，不献血者的心脏病发病率要高出两倍之多。专家表示，人体血液中含铁量过高会明显增加患心脏病的危险，而适量献血恰恰可使血液中的含铁量降低。

英国营养基金会科学部主任玛格丽特的研究结果也与上述研究结果不谋而合。她表示，血液中过剩的铁和铜都会起到加剧血液中脂肪氧化的作用，而血脂氧化正是导致心脏病的重要因素。专家认为，经常适量献血会使血液黏滞性下降，对预防心血管疾病有积极的意义。

血液专家解释，现代人由于体力活动的减少和生活水平的提高，体内积存了越来越多的脂肪。这部分人的血脂长期处于较高水平，造成大量脂肪一层层地附着在人体的血管内壁上，这些附着的脂肪被不断氧化后，形成动脉硬化症，继而造成心脑血管疾病。而经常献血者，血液得到稀释，也就降低了患动脉硬化的风险。

有些人认为，经常献血可能会导致大脑的总供血量减少，进而影响大脑的正常机能。对此，专家随机抽检了80名经常献血者，应用彩色经颅多普勒仪(TCD)对献血者献血前后的大脑

中动脉、椎动脉和基底动脉的血流速度并进行了比较。结果表明，不论是首次还是长期献血者，只要未发生献血反应，献血400毫升对脑底动脉的血流动力学不会有影响，也不会减少大脑的总供血量。

不仅如此，另有研究表明，经常献血还可以提高机体的造血功能。人自出生后，骨髓就成为主要的造血器官。随着年龄的增长，骨髓的造血功能和血细胞生成率逐渐下降。献血后，血细胞数量的减少对骨髓产生一种反馈机制，促使骨髓释放储备的成熟血细胞，并刺激其造血组织生成血细胞。

还有些人认为，多次献血后，体内的免疫细胞免疫功能会下降。对此，有关专家选择了30名多次适量献血者，与20名从未献过血、体检合格的人作对照进行测定，结果表明，多次献血者除骨髓造血功能比从未献过血的正常人强外，细胞免疫功能并无差别。

市中心血站提供



5月23日，市中心血站举办了开放日活动。当天下午，漯河医学高等专科学校的200名青年志愿者到血站，参观待检库、检验科。 本报记者 刘彩霞 摄

## 老爸老妈俱乐部活动

# 一起来做养生操



会员正在跟随老师学习养生操。

## ■文/图 本报记者 刘彩霞

“大家先高举右手臂，左手手掌呈空心状，对右侧腋窝进行拍打。拍打时要注意力度适中……”5月20日下午，在新闻大厦六楼教室内，老爸老妈俱乐部的20多名会员正在跟随老师学习养生操。

提起老年人喜欢的运动项目，大家都会想到广场舞。然而，广场舞不一定适合所有老年人。特别是有腰、腿关节疼痛的老年人，不适合跳广场舞。

在市休闲广场内除了有市民跳广场舞，还有不少中老年人在做养生操，一起拍胳膊、抖腿。考虑到夏季炎热，一些室外活动不适合老年人，老爸老妈俱乐部的“小棉袄”江蔓邀请漯河市中心血站养生操发起人、国家首批中医身心健康调理师、漯河慧灵心身养生堂负责人王慧灵教会员平衡养生操。

伴着欢乐轻松的音乐，迈着小巧、伸展手臂，跟着节奏运动起来。现场老爸、老妈的学习热情十分高涨，都能认真完成一套动作，并且基本能达到动作协调、规范。对练习者来说平衡需要注意的就是适量和坚持。“特别是有些拍打肘、膝关节的动

作，并不是力道越大越好，用自己能承受住的力量拍打即可。”王慧灵表示，平衡养生操是中医身心健康系列课程中的基础应用技术。随着平衡养生操的按摩手法和形式的不断发展、演进，目前操作模式分别为基础版、静态版、动态版三个版本。这次学习的是基础版，让大家熟悉动作，通过日常锻炼达到疏通经络的效果。活动结束后，会员纷纷表示，活动后整个人的精气神都不一样。有的会员把教学视频分享到自己的朋友圈和微信群里，让更多人了解、学习。

另外，老爸老妈俱乐部会员持续招募中，中老年相亲活动正在接受报名，感兴趣市民可添加“小棉袄”微信15039571679或拨打电话15039571679报名即可。报名地址：新闻大厦一楼西侧老爸老妈俱乐部接待处，更多精彩活动期待您来参与。微信扫描二码关注“老爸老妈俱乐部”微信公众号，即可查看往期精彩活动花絮。



## 我与柳江医院二十年——有奖征文

# 我与医院共成长

光阴似箭，不经意间我在漯河柳江医院已经工作十七年了。作为漯河柳江医院的一分子，我感到非常骄傲、医院是我家，我与医院共成长。

还记得刚入院时，医院还没有使用电子化病历，没有CT设备。为了能为医生和患者创造更好的工作环境和诊疗条件，让每个科室更快的发展，医院购置了新的CT设备、磁共振、电子病历应用系统，让医院不断高效起来。

作为一名医生，我每天都以甜甜的微笑、亲切的语言、贴心的服务面对病人。生活中，我也会遇到

很多不愉快的事情。作为一名称职的医务工作者，我不能把负面情绪带到工作中。我要换位思考：患者每时每刻都要面对病魔的滋扰，如果他们每天还要面对坏情绪的我，那将是怎样的状态。工作中，我端正自己的态度。语言是沟通的钥匙，只有正确运用好这把钥匙，才能打开患者的心门。我同患者进行积极有效沟通，拉近与患者之间的心理距离，帮助患者战胜病魔。我用高质量的服务，赢得患者对医院的信任。

关爱生命，呵护健康。我把自己对生命的爱，融入诊疗工作中。

工作中，我会多给病人一些关心，病人也会多一些理解。

医院在不断地壮大，我也在快乐地工作。如今的漯河柳江医院交通便利、设施齐全、环境优美。医院修建了职工食堂和职工之家，让职工真正感受到了医院就是自己的家。2013年，医院新建了病房楼，不仅为病人提供了一个更舒适、整洁、美观的就医环境，也为医护人员提供了良好的工作环境。十七年的时间，环境一直在变，没变得是医护人员对患者的负责与关爱。

看着医院一步步成长、壮大，

我心中说不出的喜悦。医院用她宽广的心胸接纳了我，给我的发展提供了宽广的舞台。医院的未来也是我的未来。

“不积跬步，无以至千里”。我深信，丰碑无语，行胜于言。我选择了这个职业，无怨无悔，我与医院共成长！

展望未来，我对医院今后的发展充满信心，信心中又平添了一份责任。医院的发展需要我们共同的努力与奉献，在今后的日子里我将更加努力学习，在业务上严格要求自己，为医院的发展贡献自己的力量。 赵勇



# 阳虚体质患者 趁夏天养阳气

中医认为，如果能在夏天养好阳气，不少顽固性的慢性病在冬季发作时，可以得到缓解。

## 阳虚体质的表现及症状

阳虚体质常有面色苍白、气息微弱、体倦嗜卧、畏寒肢冷，同时有各脏腑相应病变而见不同症状，以心、脾、肾阳虚为常见。患者耐夏不耐冬，易感风、寒、湿邪。

在中医的理论体系中，人体五脏六腑生理功能的正常发挥，阳气是动力。《黄帝内经》中有云，“阳者卫外而为固也”，阳气也是人体抵御外邪的能力，随着年龄的增长，人的一生活难免有一个阳气衰减的过程。医生介绍，大部分老年人都属于阳虚体质，气温稍一下降就会出现全身怕冷的情况。老年人基础病较多，心悸气短、消化不良、下肢水肿、浑身乏力的现象在老年人中十分多见，慢阻肺、气管炎、哮喘、颈肩腰腿痛等疾病，通常在冬天发作得更加频繁一些。

阳虚也不是老年人的专利，年轻人不健康的生活方式，比如喜食生冷、熬夜加班、压力过大、过度使用空调等情况，也会造成阳气的过度损耗，提前遭遇阳虚的情况。即使是孩子，由于先天不足，脾胃功能失调，容易感冒发烧、过敏、体质差、阳气不足。

## 夏天是养阳气的好时机

人体的阳气和自然界的阳气，生于春、旺于夏、收于秋、藏于冬，中医讲“春夏养阳、秋冬养阴”，也是顺应时节变化，为的是维护人体阴阳消长的自然规律。很多人不理解的是，夏天本身气温就高，此时再强调养阳，不是会“火上浇油”吗？医生表示并不会这样。夏季虽然人体和外界都处于阳气旺盛的状态，但夏天也是容易“伤阳”的季节。气温高了人体易出汗，汗出多了，容易气阴两伤，气虚则易致阳虚。炎热天气里人们本能反应寻求降温，空调温度调得太低，各种冰镇饮料上阵，也会伤到阳气，这也正是夏天仍然要强调

“养阳”的原因。

同时，夏季的特点，也决定了此时是治病的好时机。医生解释，夏天，尤其是“三伏天”期间，人体阳气旺盛，体内凝寒之气正处于易解的状态，再借助外界旺盛的阳气，运用针灸或补虚助阳药或温里散寒的药物，最容易把冬病的病根去除。再加上夏季人体气血流通旺盛，此时贴“三伏贴”，药物最容易被吸收，因此此时用针灸和“三伏贴”，最容易恢复人体的阳气，提高机体的抵抗力。

## 在家也能做的“养阳法”

很多人知道羊肉进补、韭菜助阳，所以一提到“补阳气”，常常就用这些食材进行食补，甚至还要加各种保健品，一股脑儿地乱补，反而会伤及身体。中医调养得从认清自己是什么体质开始。就拿阳虚体质来说，阳虚的患者很多，而不同的患者可能还有不同的“兼证”。比如有的患者阳虚之外还可能同时有阴虚症状，表现为五心烦躁，易上火、易怒，晚上睡眠也不

好等情况。所以自己到底属于什么样的体质，需要如何对证调理，还得听听医生的意见。

如果确实是阳虚的状况，中医可以通过针灸、穴位贴敷、拔火罐等方法来调理。也有一些在家就能操作的保健方法。比如膝盖下方的足三里，就是一个能防治多种疾病、强身健体的穴位，经常揉按这个穴位，对于抗衰老、延年益寿都大有裨益。位于下腹部的气海穴、关元穴，小腿内侧的三阴交，也是艾灸的保健穴位。

医生提醒，“穴位贴敷”又称“三伏贴”是很多市民会选择冬病夏治的一种方法。一般来说，“三伏贴”适合大多数阳虚体弱的患者，但瘢痕体质及过敏体质的患者并不适合“三伏贴”治疗。除此之外，一些急性、出血性疾病也不适合“三伏贴”治疗，如急性疾病、慢性肝病急性发作期、严重肝肾功能障碍、糖尿病血糖控制不佳者都不适合“三伏贴”治疗。另外“三伏贴”治疗也须坚持，连续治疗三年以上效果更佳。

据《扬子晚报》