全省第二十七次骨科学术会上

市骨科医院专家团队作学术发言

11月28日至30日，河南省第二十七次骨科学术会议暨第六届中原骨科创新论坛在郑州召开。漯河市骨科医院（漯河医专二附院、漯河市立医院）院长王齐超带领骨科专家团队参会，并在多个大会分论坛作学术发言、参加骨科精英病例大赛。

会上，市骨科医院侯秀伟、李俊明、陈宏峰、宛磊、刘雅普、马广辉、岳龙、于蒙洋等多名专家教授以《后纵韧带复合物前移治疗颈胸椎后纵韧带骨化症》《股前外侧穿支皮瓣嵌合肌瓣立体修复合并死腔的足踝部皮肤软组织缺损》《踝上截骨对比踝关节融合治疗Takakura3B期踝关节骨关节炎临床观察》《计算机辅助术前计划在老年股骨转子间骨折中的临床应用》《骨水泥三柱强化技术治疗Kummell病》《齿状突骨折的治疗策略》《骨髓炎验方熏洗联合显微修复重建技术治疗四肢创伤性骨髓炎疗效分析》《3D打印导板技术在膝关节活动平台单髁置换中的应用》为题作学术发言，得到参会专家的高度认可。在随后举办的骨科精英病例大赛中，该院脊柱外科副主任刘雅普博士荣获第三名，脊柱外科主任侯秀伟教授作现场点评。

本次学术会议会聚全国骨科学术界的精英大咖，共接收近千篇学术稿件，有1000余人参会、300余人次发言。大会开设一个主会场和12个分论坛，在脊柱、关节、运动医学、创伤与显微外科、足踝与适宜技术、骨病与骨肿瘤、小儿骨科与中西医结合、骨科新技术与加速康复等领域展开交流探讨，并举办了骨科手术技能培训和骨科精英病例大赛，展现了近年来国内外骨科领域取得的最新成果，为参会人员打造了一场学术盛宴。

近年来，市骨科医院（漯河医专二附院、漯河市立医院）党委坚持以高质量党建推动医院高质量发展，深入开展党建+业务工作深度融合，在学科建设、人才培养、专业布局、创新诊疗模式等方面实现了新的突破。该院骨科被评为河南省医学重点学科，神经内科、创伤骨科、显微外科、脊柱外科、关节外科、普外科是市临床重点专科，足踝外科、重症医学科、麻醉科是市临床重点培育专科，胸外科、小儿骨科、儿科、内分泌科是市临床特色专科。该院先后与南方科技大学、郑州大学、俄罗斯伊利扎洛夫技术中心等国内外一流科研机构建立友好合作关系。河南省数字与智能骨科工程技术研究中心、省卫生健康委智能数字骨科重点实验室、河南省智能数字骨科及智能医工装备研创中心相继落户该院。下一步，该院将进一步做大、做强、做精骨科专业，形成“一专多强”格局，在高质量发展的道路上行稳致远。

刘 旭 袁锦钰

诺如病毒进入高发期 记住五点早预防

目前，诺如病毒已进入高发期。诺如病毒原名诺瓦克病毒，属于杯状病毒科，是引起急性胃肠炎常见的病原体，儿童和成年人都可能感染，常表现为呕吐和腹泻。幼儿以呕吐为主，成人则以腹泻为主。

为科学预防诺如病毒感染，个人和家庭可采取以下措施：

1.保持手部清洁。餐前、便后、准备食物前和外出回家后应遵循六步洗手法，使用肥皂和流动水至少洗手20秒，以有效预防包括诺如病毒急性胃肠炎在内的多种传染病的传播。

2.重视饮水卫生和食品安全。避免饮用未经处理的生水；食用蔬菜和水果前要洗净；烹饪加工食品时要做到生熟分开，使用不同的砧板、刀具及容器处理生熟食品；确保食物煮熟煮透，特别是贝类等海产品；外出就餐时，选择卫生条件良好的餐厅。

3.诺如病毒感染者应居家隔离休息，以减少传播风险。建议非住院患者居家隔离至症状消失后至少72小时。在此期间，患者应保持个人卫生，减少与他人的密切接触，特别应避免烹饪或照顾老人和儿童，应单独用餐和休息。

4.做好清洁与消毒。做好居室的日常清洁和通风，高频接触的表面和卫生间等关键区域定期消毒；确保厨房和餐具的清洁，及时处理垃圾，保持整洁。家庭成员出现胃肠炎症状时，应对其排泄物和呕吐物进行规范处理，并使用含氯消毒剂对污染的物品和表面进行彻底消毒。同时，对家中的高频接触点，如门把手、卫生间等定时进行消毒。

5.保持健康生活方式。做到均衡饮食、充足睡眠和适度运动，增强身体抵抗力，预防被感染。 **据中国疾控中心**

市第三届护理（重症）技能竞赛举行

市骨科医院获团体一等奖

11月28日，市卫生健康委、市总工会联合举办的市第三届护理（重症）技能竞赛在市中心医院举行。市骨科医院（漯河医专二附院、漯河市立医院）参赛团队以优异的表现荣获团体一等奖。该院参赛选手任鑫淼、贾伟丹、王洛冰在比赛中凭借扎实的专业功底与优秀的临场表现斩获多项荣誉：任鑫淼荣获个人一等奖第一名，心肺复苏单项技能操作获最高分，将代表我市参加河南省护理技能竞赛；贾伟丹、王洛冰分别获个人二等奖。

本次竞赛内容由理论知识考试和技能操作考核两部分组成。理论知识涵盖基础护理、急危重症护理、感控知识，技能操作考核项目为单人徒手心肺复苏术、动脉血气分析采集技术。在为期一周的紧张备赛中，该院参赛队员按照严格的流程标准，始终保持饱满的精神状态，在带教老师张圆圆、陈笑寒、徐冰冰的专业指导下，不断夯实理论知识基础，精心打磨每一个操作细节，专业技能水平和人文素养得到进一步提高。比赛中，他们以稳、准、快的护理与急救技术展现了该院护理人员深厚的基本功。

此次优异成绩的取得不仅是参赛团队努力拼搏的成果，更得益于医院领导的大力支持与护理部的全方位保障。市骨科医院将以此次竞赛为契机，不断创新和改革考核模式，提高护理人员的学习能力、实践能力、应急处置能力等，秉持精益求精的态度，继续深化护理专业建设，提升整体护理水平，为患者提供更加优质、安全、高效的护理服务。

陈笑寒

河南省青年医务人员实践创新竞赛决赛举行

市中医院作品获二等奖

11月30日，河南省青年医务人员实践创新竞赛决赛在洛阳理工学院圆满落幕。市中医院针灸科医生杨洋的参赛作品《吊针联合艾灸及火疗治疗周围性面瘫》和康复院区护士长陈文竞的参赛作品《电动升降架在轮椅患者上下车的应用》均获中医组二等奖。

本次竞赛由河南省教科文卫体工会主办，旨在激励广大青年医务人员开拓创新，共同推动卫生健康事业高质量发展。全省各家医疗机构的青年医务工作者同台竞技，比赛分为临床组、中医组与医技组三个类别。参赛选手创新方法或发明器具解决临床中遇到的各种问题，并对治疗方案进行优化，充分展现了青年医务工作者积极向上的精神风貌。

竞赛通知下达后，市中医院党委高度重视，鼓励青年医务人员踊跃参加。经过充分准备，该院针灸科的杨洋和康复院区护士长陈文竞顺利通过我市预赛，进入全省决赛。决赛中，杨洋根据临床观察进行技术创新，针对面瘫患者发明吊针联合艾灸与火熨治疗方法；陈文竞根据轮椅患者转运需求，与后勤科共同研发电动轮椅升降架，在节力的前提下保证患者快速安全转运。两名选手通过PPT路演和现场答辩阐述创新思路，均荣获二等奖。

市中医院相关领导表示，青年医务人员是医院的未来，其创新性思维在医院工作各环节都发挥着重要的作用。希望广大医务工作者以此次竞赛为契机，不断思考、深入钻研、开拓创新，争做临床上的有心人，助力医院发展，服务百姓健康。

赵曙光

阴道镜检查前的准备事项

女性宫颈癌筛查结果异常且有阴道镜检查指征时需要行阴道镜检查。做阴道镜检查之前需要做一些准备工作，具体都有哪些呢？

1.阴道镜检查类似于妇科检查，检查过程中会有轻微不适，但被检查者不要过度紧张，应保持心态平和。

2.检查前24小时内，被检查者不要进行妇科检查、阴道冲洗、宫颈涂片等操作，阴道内不要放药，以免药物黏附于阴道和宫颈表面，影响检查结果。

3.检查前两天，被检查者禁止同房，以免精液或安全套的润滑剂影响检查结果。

4.阴道镜检查一般情况下无绝对禁忌证，最好避开月经期。对于高度怀疑宫颈癌的患者，不限制检查时间。

5.检查前，被检查者应及时将是否患有高血压、心脏病、糖尿病等基础病及是否做过大型手术、是否患有特殊疾病等告知医生，以便医生进行检查前评估。

6.检查前，被检查者需要进行白带检查。如果有阴道炎，则要经过治疗后再行检查。

7.被检查者如果绝经时间长、阴道萎缩明显，可能需要药物治疗改善后进行检查。

8.检查当日，被检查者应穿着宽松的衣服和鞋，携带卫生巾，最好有家属陪伴。

9.检查前，被检查者要排空尿液。

郑帅英

■专家链接

郑帅英，市中心医院副主任医师，兼任河南省妇科疑难疾病诊治联盟委员会委员、河南省妇幼保健协会妇幼健康管理专业委员会委员。她从事妇产科专业30年，擅长妇科疾病的规范化诊治、宫腔镜检查及治疗、无痛可视及直视人流等。

如何解决吞咽障碍患者进食困难

中风或神经损伤后常会引起吞咽障碍，导致患者不能顺利地经口吃饭，常依赖鼻饲管进食，给患者造成极大的痛苦。吞咽障碍会造成肺炎、营养不良、脱水等并发症，甚至导致患者死亡。早期的治疗对患者的康复至关重要。吞咽障碍食品则有助于患者顺利进食。

吞咽障碍食品是在正常食物中添加增稠剂、凝固剂等食品调整剂后制作而成的特殊食品，能让吞咽障碍患者从口进食，使其摆脱对鼻饲管的依赖。

对于吞咽障碍患者来说，普通食物不易咀嚼，且液体与固体混合后质地不均匀，不利于吞咽。吞咽障碍食品质地均匀，比普通食物柔软顺滑、更易吞咽，患者呛咳概率大大降低。大部分吞咽障碍患者舌头运送食物的功能较差，切碎的食物不易形成食团，口腔残留和咽腔残留的食物残渣较多，易呛咳误吸。吞咽障碍食品形成食团能力较强，残留较少，误吸和呛咳不易发生。吞咽障碍患者唇部闭合能力差，糊状食物在口腔内易流出且不易吞咽，给患者和照顾者带来不便。吞咽障碍食品是根据患者的吞咽功能评定结果专门定制的，功能不同，其食用的稠度、性状和量也有所不同。

吞咽障碍食品是患者恢复正常饮食前的过渡食品，既保证了患者的饮食安全，又能促进其吞咽功能的恢复。

漯河医专三附院 郭美美

肾绞痛需要注意什么

导致肾绞痛的因素有很多，其中尿路结石是重要原因，其发病率和复发率较高。因此，日常生活中采取预防措施有着重要意义。

饮食方面。吸收性高钙尿症患者提倡低钙饮食。患者如果仅存在含钙尿路结石，则不需要限钙饮食。患者如果存在草酸盐结石，应忌浓茶，少食菠菜、番茄、花生等。高尿酸患者应少吃含嘌呤高的食物，如海鲜、动物内脏、豆制品、啤酒等。

生活习惯。平时大量饮水以增加尿量，稀释尿中形成结石物质的浓度，减少晶体沉积。适当运动亦有利于排出结石。

除此之外，还需要注意以下事项：

1.及时治疗可导致肾绞痛的原发病，如尿路梗阻（结石、异物）、尿路感染。

2.长期卧床患者应定量饮水（每日2L以上），并按时拍背，可降低尿路结石形成概率。

3.出现过肾绞痛的患者应定期检查尿常规、肾功能等，以便早发现、早治疗。

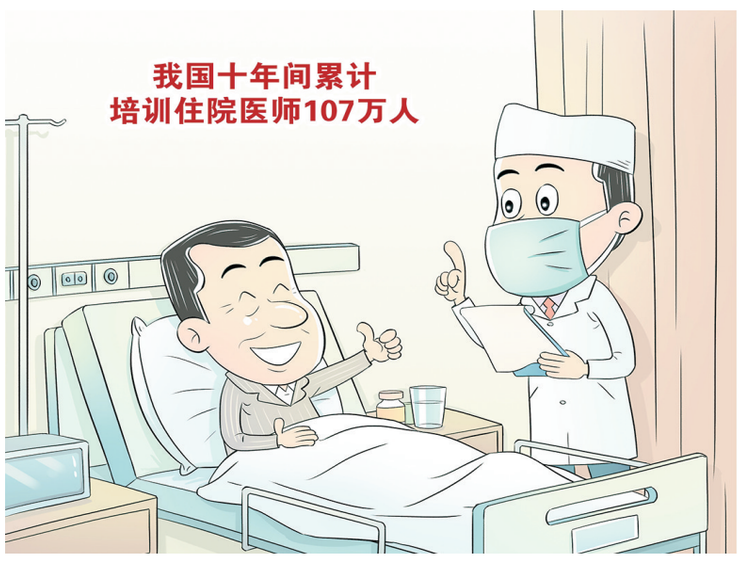
综上所述，肾绞痛的预防以预防结石形成为主。日常生活中，多饮水、多排尿、多运动可有效减少结石形成。同时，应减少碳酸饮料及高嘌呤食物的摄入。 赵 勇

■专家链接

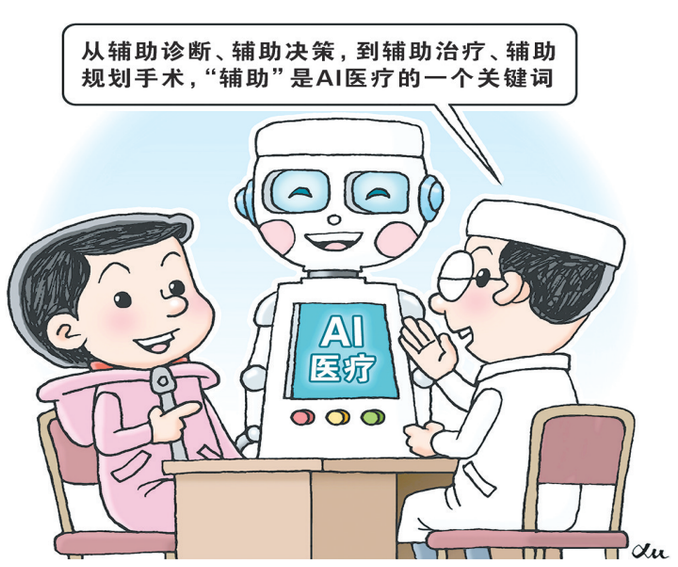
赵勇，漯河柳江医院（源汇区柳江社区卫生服务中心）微创泌尿外科主任、业务副院长。他先后在河南科技大学第一附属医院、河南省人民医院、郑州大学第二附属医院进修，是河南省健康管理学会泌尿系结石病防治分会第一届委员会委员，被评为漯河市优秀百名医师、健康河南基层好医生、河南省卫生健康基层中青年学科带头人等。他擅长肾、输尿管、膀胱及尿道结石腔内微创碎石取石术及前列腺增生、膀胱肿瘤等疾病的腔内微创手术治疗。

源汇区柳江社区卫生服务中心
（漯河柳江医院）
（漯）医广【2024】第11-01-041号
临床科室及诊疗项目
预防保健科、全科医疗科、内科、外科、妇产科、妇女保健科、儿科、眼科、耳鼻咽喉科、康复医学科、临终关怀科、麻醉科、医学检验科、X线诊断专业、CT诊断专业、磁共振成像诊断专业、超声诊断专业、心电图诊断专业、脑电及脑血流图诊断专业、中医科、中西医结合科。
地址：漯河市柳江路6号 泌尿外科电话：15703957120

漫说健康



国家卫生健康委副主任曾益新近日说，我国住院医师规范化培训制度实施以来，十年间累计培训住院医师107万人，全科、儿科、精神科、重症医学科等紧缺型专业住院医师占比30%以上。 **新华社发**



随着AI技术飞速发展，人工智能当家的“AI医院”是不是真的来了？记者采访了解到，目前在一些新闻中亮相的“AI医院”实际是AI辅助诊疗技术的应用。医疗创新在提速，但安全监管的“闸门”仍在人类医生手上。 **新华社发**

〔漯〕医广【2024】第01-02-001号
加速消除宫颈癌行动计划（2023—2030年）科普连载
（本栏目受中央引导地方科技发展资金项目、漯河市重大科技创新专项支持）

健康课堂

冬季皮肤干痒怎么办

皮肤是人体抵御外界侵袭的第一道防线。入冬后，大家感觉皮肤干痒，这和气温、空气湿度等因素密切相关。户外活动时，低温、低湿和寒风会加速人体皮肤表面水分的流失，导致皮肤干燥，出现瘙痒症状。

做好皮肤清洁和保湿工作，可以有效预防皮肤干痒症状的发生。

1.适度清洁。冬季皮肤相对干燥，如果洗澡较为频繁，会破坏皮肤表面的皮脂膜和水油平衡，加重皮肤干燥症状。建议大家冬季适当减少洗澡频次，缩短洗澡时间；洗澡时水温不要太高，以36℃~40℃为宜；尽量使用温和、滋润型沐浴露，避免使用清洁力过强的肥皂，防止刺激皮肤；不要过度搓澡，避免损伤皮肤角质层，加速皮肤水分流失。日常洗漱应选择温和的清洁产品，如洗面奶或温和的洁面皂。

2.加强保湿。面霜、身体乳、护手霜等保湿霜中含有保湿剂、封闭剂和柔润剂，可以起到保湿封闭功能。大家在冬季可根据不同部位选择合适的保湿霜：洁面后或感觉面部皮肤干燥时及时涂抹润肤霜，尽量选择含有透明质酸、神经酰胺、角鲨烷等成分的乳液或面霜；唇部皮肤较薄，容易干裂，可使用含有凡士林、蜂蜡等成分的唇膏，在起床后、睡前及感到唇部干燥时涂抹；手臂、腿部等皮脂分泌较少的部位，可使用滋润型身体乳或凡士林。

科学、细致的日常护理对缓解皮肤干痒症状、保持皮肤健康也有重要作用。日常生活中，建议大家注意以下细节：避免抓挠皮肤。反复抓挠皮肤会损伤角质层，导致皮肤屏障功能受损，并产生炎症反应。补充水分和维生素。多喝水，多吃富含维生素C的蔬菜、水果，建议每天至少饮水1500毫升。保持室内空气湿润。在室内使用简易加湿器增加空气湿度，如在暖气上放湿毛巾或在室内放一盆清水。选择合适的衣物。尽量选择柔软、透气的棉质内衣裤，以减少对皮肤的摩擦。

需要注意的是，皮肤瘙痒症状还可能由其他系统性疾病引起，如肝胆疾病、肾脏疾病、血液系统疾病、糖尿病等。若持续使用外用保湿剂两周左右症状未得到缓解，严重影响生活和工作，或出现红斑、丘疹、皲裂及其他不适症状，应及时就医。

据《解放军报》

资料图片

本版组稿：李永辉 王夏琼