

流感来袭，耳鼻如何保健康

记者 宋伟 刘晶

冬季寒冷干燥，是耳鼻咽喉科常见病的高发季节，而随着流感高发期的到来，近期医院接诊的流感患儿明显增多。发烧、咳嗽等呼吸道症状大多可以引起家长们的重视，而流感引发的耳鼻咽喉炎往往却被忽视。

由于冬季的气候比较寒冷干燥，人体咽喉部位的黏膜最容易受到刺激，所以注意做好个人防护和御寒。如果家里儿童感冒了，一定要及时就诊。若不及时治疗，病毒和细菌就会蔓延到咽喉部，引发咽喉炎。注意时刻保持咽喉的滋润，要多喝温开水，每天早晨用盐水漱口，还可生吃萝卜或用萝卜做菜吃；保持居室内空气湿润清洁，定时开窗通风；取暖时应注意室内不要太干燥，睡前在暖气上放块湿毛巾，以保持空气湿润。

那么，流感对于儿童耳鼻咽喉健康的影响到底有哪些？我们采访了延安市中医医院（北京大学第三医院延安分院）耳鼻咽喉科护士长、主管护师王芳。

引发急性中耳炎
流感发生时，如果同时伴有耳朵痛甚至耳朵流脓的症状，应得到足够重视，此时孩子很可能由于流感造成了急性中耳炎。很多家长以为中耳炎主要是由于耳朵进了脏水造成的，其实不然，大多数儿童的急性中耳炎是由急性上呼吸道感染引发的。如果流感期间出现了耳痛、耳朵流脓症状请务必及时就诊，急性中耳炎得到及时有效的抗炎治疗一般都能很快痊愈。治疗时不仅需要滴耳抗炎治疗，针对鼻塞、流鼻涕等鼻腔症状的鼻用药物也是中耳炎治疗成功的重要保证。同时，应当在治疗的一到二周门诊复查听力及中耳腔的压力，避免痊愈不彻底造成分泌性中耳炎的发生。

另外，很多家长用耳温枪给孩子量体温时发现其中一只耳朵温度高于另一只就会担心是不是中耳炎。其实，只要测出体温高的那只耳朵没有超出正常范围就不能说

明孩子有发烧，也不能提示中耳炎的发生。

诱发急性鼻窦炎
流感发生后几天内，一些患儿鼻涕的颜色突然从透明的变成了黄色、黄绿色；还有一些上呼吸道感染症状已经在好转了，发热、周身乏力、厌食、头痛等全身症状又突然加重。如果孩子出现了以上两种情况就要警惕急性鼻窦炎发作了，需及时就诊耳鼻咽喉科，加强抗炎和对症治疗后才多可很快痊愈。如果急性鼻窦炎得不到及时有效的药物治疗，不仅孩子的鼻腔症状得不到缓解，还容易诱发中耳炎、腺样体肥大等周围器官的炎症，造成睡眠打鼾张口呼吸、耳痛等症状。

造成鼻出血
由于鼻腔炎症造成的儿童鼻出血症状远大于鼻腔干燥引发的出血，而上呼吸道感染正是引发鼻出血最为重要的诱发因素。上感时鼻腔血管扩张、黏膜脆弱易破

裂导致鼻出血。原本得到了有效控制的过敏性鼻炎可以因为流感的发生突然加重，没有鼻炎病史的孩子也可以因为流感造成急性鼻炎的发作。这些过敏性鼻炎或者急性鼻炎都有可能在低年龄，尤其是学龄前期儿童中引发鼻出血。因此，在流感病程中一旦出现了鼻出血症状，家长朋友们不必慌张，可以及时到耳鼻咽喉科就诊，经过对症治疗后多可缓解。

王芳提醒大家，在近期的接诊中，遇到很多儿童因治疗不及时或对家长对疾病的重视程度不够，而导致病情加重的患儿不在少数。不难发现，这是对疾病缺乏足够认识，忽视了疾病与疾病之间的关联性，导致了病情的加重。再次提醒大家，儿童出现耳鼻咽喉等不适症状时，应尽早就医检查，排除病灶，对症治疗。

聚焦 健康



中医名家传帮带 倾囊相授助发展

——中国医科大学帮扶专家梁靛靛教授工作纪实

通讯员 常增伟

时光荏苒，转瞬即逝，中国医科大学附属盛京医院中医科梁靛靛教授到延安市人民医院中医科帮扶已有两月余。在此期间，她充分发挥自身技术优势，通过临床问诊、开展新技术新业务、专题授课等方式将其临床经验倾囊相授，发挥了“传、帮、带”的作用，使中医科医务人员获益匪浅。

今年十月上旬，梁靛靛教授积极响应号召，告别父母家人，不远千里来到革命老区支援帮扶。初到医院，梁教授顾不上舟车劳顿，稍作休息，熟悉医院环境后，便全身心投入到诊疗工作中。为了节约时间，她亲力亲为，不分昼夜地熟悉临床药品、网络操作以及有针对性地备课，为科室医务人员传授宝贵的经验和技能，工作细致而严谨、忙碌而忘我。梁教授雷厉风行的工作作风、严谨认真的工作态度、精

湛的医术和高尚的医德深深影响着科室每一位医护人员。梁教授是辽宁省青年名中医，中医、西医理论扎实，医疗技术精湛，尤其在中医脾胃、妇科、儿科等领域具有独到的见解。临床中她仔细观察患者的发育、面色、舌苔、表情，用心倾听患者的声音、气息、咳嗽、异味，在细致询问中抽丝剥茧，捕捉有意义的临床信息，在认真切脉、按腹中判断疾病深浅、进退，将“望闻问切”四诊合参严格贯彻在每一位患者身上。她注重理论联系实际，辨证准确，采用纯中药随证加减，对症下药，使得患者症状很快得以缓解。

“吃了您的药，我的病好太多了。”这是经梁教授诊治后的患者说过最多的一句话。许多患者“久病成郁”“敏感多疑”，

梁教授便将调畅情志贯穿于整个诊疗过程中，用药后患者病情得到好转，让他们打消了中医“慢郎中”的顾虑，使其逐渐建立起强大的抗病信心。

凭借精湛医术和良好口碑，患者口口相传，梁教授收获了大批“忠实粉丝”，她的号也越挂越多，原本每周三出诊1天限号20个，但实际上却是每次出诊最少看40个号不等，许多患者挂不上号，梁教授总是不顾辛苦给患者加号，以至于加班成了常态，即使在非出诊日也常有患者慕名前来就诊，占用了教授大量工作时间，但她却不忍患者白跑一趟，加班加点为患者解决病痛。她的尽心尽力、以身作则，无不感染着身边的每一个医护人员和每一位患者及家属。

为了充分发挥中医药独特优势和作用，梁教授积极主动帮助中医科开展新技

术、新业务，“小儿清肺散胸膏”“小儿宣肺退热足浴袋”“健脾温胃贴”“解郁宁心安神枕”等都是她多年临床的经验方，临床疗效显著，深受广大患者群众好评。为了使中医科医务人员充分掌握这一技术，在制作药方过程中，教授深度参与其中，包括中药打粉、调配、敷贴等整个过程，她手把手教导，为大家在中医药防病、治病的道路上保驾护航，补齐中医科在中药外用领域上的短板，提升了中医科的整体诊疗水平。

梁教授的帮扶期结束了，但她严谨、勤奋、自律、高尚等品格深深扎根在中医科医护人员的心底。科室医务人员也将反复精研教授的经验方，学以致用，结合中医辨证理论，博采众长，提升中医药理论及临床水平，为延安老区广大患者带来更多就医选择。

孕妇遇上急性胰腺炎 多学科联手成功救治

本报讯（通讯员 高小娥）近日，延安市人民医院妇产科二病区在多学科协助下成功救治一例妊娠晚期孕产妇并发重症急性胰腺炎患者，这是一次争分夺秒、惊心动魄的生死救援。

10月26日，一位孕34+5周的王女士因突发急性上腹痛19小时来延安市人民医院妇产科二病区就诊，王女士入院时持续性剑突下疼痛、进行性加重、伴有恶心、呕吐，呈现乳糜血，血液标本不能用，妇产科二病区全体医护人员积极参与抢救，分工明确。CT检查明确患者为急性胰腺炎，科室立即开通绿色通道，急请重症医学科、手术麻醉科、新生

儿科、消化内科、普外科等相关科室会诊，考虑王女士为妊娠合并重症胰腺炎。急性重症胰腺炎发病急、病情重、死亡率高，尽早确诊、积极治疗是患者恢复的关键。经过周密讨论后，明确了抢救方案，急诊手术治疗，行剖宫产及腹腔镜探查术。

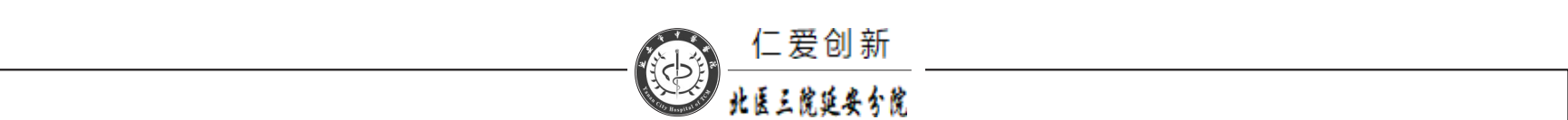
主管医生梁娜副主任医师向患者家属交待病情，赢得了家属的理解和信任。在手术麻醉科阎晓银副主任医生的积极配合下，妇产科二病区王慧玲主任医师和张政梅副主任医师立即进行急诊剖宫产手术。提前请新生儿科张粉霞副主任医师到手术室准备抢

救新生儿，女婴安全出生，给予清理呼吸道、气管插管、保暖后转儿科进一步治疗。

普外科二病区团队迅速就位，刘伟副主任医师行手术探查，腹腔内可见乳糜样渗出约50ml，胰腺充血水肿明显，急性胰腺炎诊断明确。术中向患者家属交待病情后行胰周引流、空肠营养管置入术，手术非常成功。因产妇产病情危重，术后转入重症监护室继续抢救治疗。应家属要求，后续患者转西安某医院治疗。12月4日，患者来延安市人民医院复查，看到患者平稳的健康状态，曾参与抢救过的医护人员从内心里之

高兴。

王慧玲主任温馨提醒广大孕妇，妊娠期急性胰腺炎多发生在妊娠晚期及产褥期，孕产妇摄入过量脂肪、高热量食物，很容易引起血脂超标从而诱发胰腺炎。在此，提醒广大孕妈妈，妊娠期饮食要注意均衡营养，摒弃“母肥儿壮”的错误观念，并定期做好产前检查及血脂监测。此外，妊娠期高脂血症可能具有家族遗传倾向，即使正常饮食，血脂也可能升高，这类患者可通过完善基因检查、排查遗传缺陷等方式提前预防。当身体出现不适时，切忌大意，及时就诊是关键。



北医三院延安分院“智慧骨科”获重大突破

连续为40多位患者行机器人辅助手术

本报讯（通讯员 杨志军）自2022年6月30日至今，延安市中医医院（北京大学第三医院延安分院）以北医三院驻延骨科专家姜宇教授带领的骨科团队在机器人的辅助定位下，已连续为40多位患者行机器人辅助下胸腰椎骨质疏松性压缩骨折经皮椎体成形术和胸腰椎压缩骨折经皮置钉术。手术的成功开展，标志着医院骨科手术在微创化、智能化、数字化等智慧领域取得了重大突破。

不同于表面软组织，经皮微创骨科手术无法直视，更像是在坚硬的暗箱内操作。骨科手术机器人突破了传统手术

中“手”“眼”的局限，术前对患处进行三维影像扫描并进行详细规划，手术医生可以通过机器人的“透视眼”，将虚拟手术计划转变为现实空间位置，手术路径更加精确，穿刺针的长度、宽度和进入骨骼的角度更加准确，不需要反复透视来确定进钉位置，极大减少了术中辐射次数，保护了患者与医生。更重要的是，它能使人工徒手操作过程中可能造成的血管、神经损伤并发症大大降低，提高手术安全性，使患者能更快恢复。

骨科主任姜宇介绍，机器人手术难点主要在于穿刺路径和穿刺过程，术前

要根据骨折类型及压缩程度设计好穿刺路径，如果穿刺时倾角过大，穿刺针进入椎管损伤神经脊髓的风险就会加大，过小球囊则会偏向椎体一侧，球囊扩张可能导致椎体周壁骨折，而且还会因肠胀气、严重肥胖及透视不清楚等因素，可能需要反复调整穿刺的方向和角度。而骨科机器人辅助手术能很好解决这一难题，不仅可以精准定位，一次性穿刺成功，还能避免反复透视，减少术中神经及血管的损伤几率，降低手术风险，缩短手术时间。

新技术、新项目在临床的开发和应

用是提高医疗技术水平的重要途径，是学科建设的重要内涵，是医院增强综合实力和持续发展的关键。近年来，依托北京大学第三医院优势医疗资源，延安市中医医院（北京大学第三医院延安分院）医疗水平与服务能力不断提升，骨科诊疗技术已进入“智慧骨科”时代，向智能化、精准化方向发展。骨科全体医护人员将始终从患者利益出发，让智能化的手术技术在医院落地生根，逐步向“外科微创化、微创精准化、治疗舒适化”的方向迈进，为广大患者提供更顶尖、更优质、更高效的诊疗服务。

呼吸之间分秒争 中西结合有“医”靠

本报讯（通讯员 史悦 晁晨琳）肺病科的医生，时刻保障和维护着与生命相系的呼吸功能，是“生命关口”的守护者。近期，呼吸道感染呈多发及高发的态势，延安市中医医院（北京大学第三医院延安分院）肺病科全体医护人员从主任到护士，不分周末、不舍昼夜，坚守岗位，为救治患者全力以赴。

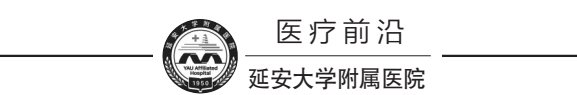
冬季来临，流感、肺炎等呼吸道疾病进入高发期，不只是儿童，还将矛头对准了老年人。“主任，快来，92岁高龄患者，情况紧急。”在护士长演富兰的连声催促中，肺病科主任谢加利迅速走向抢救室。“精神萎靡，面色灰白，呼吸浅快，口唇紫绀，SpO2仅70%，随时有生命危险”，这是高龄老人当时给所有肺病科医护人员的第一印象。“病人随时可能窒息，我们必须抓紧时间救治。”肺病科谢加利主

任，刘力瑞大夫和演富兰护士长迅速投入抢救，佩戴呼吸机、开放静脉通路、心电监护等，患者指氧逐渐升至97%。“患者年龄较大，有心力衰竭、呼吸衰竭、肺部感染，病史相对来说较为复杂。”“暂时脱离了危险，但我们不能掉以轻心。”

肺病科医护人员严阵以待，针对患者目前病情展开了方案讨论，并详细制定出了下一步治疗方案。在肺病科全体医护人

员不分昼夜的精准治疗、严密观察和细心照料下，老爷爷病情逐渐平稳，喘憋改善，双下肢水肿消退，各项指标均明显好转。

近期，肺病科收治了许多因肺炎支原体、病毒和细菌感染引起咳嗽、发热的患者，护理团队在护士长演富兰的带领下，应用穴位贴敷、中药熏洗、耳尖放血（耳尖、少商等）中医特色疗法，中西医协同治疗，缓解患者的痛苦，帮助患者尽快康复。



妇幼健康谁最强 职业竞技展实力

延大附院两位医师在省卫生健康系统职业技能竞赛中获佳绩

本报讯（通讯员 崔永平）近日，延大附院在陕西省卫生健康系统职业技能竞赛妇幼健康竞赛中取得佳绩，冯慧玲医师取得陕西省卫生健康系统妇幼健康职业技能竞赛危重新生儿救治组（市级）个人二等奖，赵雪楠医师取得宫颈癌防治组（市级）个人二等奖。

为大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神，营造学习知识、练本领、强技术、夯基础的浓厚氛围，各地妇幼健康机构广泛开展以赛促学、以赛促练、以赛促用的技能大赛，推动高素质人才队伍建设，促进妇幼健康事业高质量发展，陕西省卫生健康系统举行了职业技能竞赛妇幼健康竞赛。延大附院派出2名参赛队员，经过2天激烈角逐，凭借扎实的理论知识和娴熟的操作技能，重重闯关不负众望，最终获得两个组别的二等奖，充分展示了该院在延安市危重新生儿救治中心和妇科宫颈癌防治方面的能力，也展示了妇产科、新生儿科青年医师的实力。

该院将以此次竞赛活动为契机，持续加强妇幼保健专业人员培养，提升妇幼保健队伍的综合服务能力，筑牢妇幼保健安全防线，为更好保障全市妇女儿童健康作出更大的贡献。

争做新时代白求恩式好医生、好护士

延大附院举行纪念白求恩逝世暨毛泽东同志发表《纪念白求恩》84周年缅怀活动

本报讯（通讯员 云莉）近日，延大附院举行纪念白求恩逝世暨毛泽东同志发表《纪念白求恩》84周年缅怀活动，旨在教育广大医护人员传承和发扬白求恩精神，争做新时代白求恩式好医生、好护士。延大附院院领导、行政后勤正副科长、白求恩式好医生、各党支部宣传委员、全院通讯员、新入职人员、研究生、规培生参加了活动。

“白求恩式检验科”主任、“白求恩式检验人”屈晓威在发言中讲道：今天我们为什么在这里纪念白求恩、学习白求恩？是因为延大附院的医院精神是用延安精神和白求恩精神医人育仁，医院以“仁爱、精医、传承、创新”为院训，这所与共和国同龄的医院，承载着无数患者对健康的期盼和愿望。今后我们要努力工作，做一名德艺双馨的附院人，做一名延安精神和白求恩精神的传承人。

陕西省思想政治工作促进会公立医院白求恩精神研究分会会长、延大附院党委书记李小龙在讲话中说，全院广大职工同志要传承、弘扬白求恩精神，赋予白求恩精神新的时代特征，在实际工作中不断学习和践行白求恩同志伟大的国际主义精神和共产主义精神；毫不利己、专门利人、无私奉献的精神；对工作极端负责、对同志对人民极端热忱、对技术精益求精的精神。全院医务工作者要不断发扬延安精神和白求恩精神，不断涵养职业素养，不断提高医疗技术水平，更好地为延安乃至周边区域人民群众的健康保驾护航。

活动结束后，大家赴凤凰山旧址参观了白求恩图片展，聆听了李建雄作的“纪念白求恩逝世84周年暨弘扬白求恩精神，争做新时代白求恩式医务工作者”专题讲座。讲座通过回顾再现毛泽东主席与白求恩同志1938年4月2日彻夜长谈的场景，谈论国际联盟援华、如何组织战地医疗队、如何有效救治战地伤员以及中国共产党和红军的历史及抗战形势的判断等故事的讲述，使青年医务人员听得津津有味。大家一致表示要认真践行白求恩精神，让延安精神和白求恩精神在延大附院落地、生根、开花、结果。

“士兵突击”缓解情绪



本报讯（记者 宋伟）“真没想到，这个运动让我又过了一次真实的士兵突击。既紧张，又有趣，既练了身，又增进了团队感情！”最近，延安大街上出现了一种类似真人“士兵突击”的体育健身运动项目，“火鸟战术”吸引了不少青少年和军事爱好者团队参与体验。

这是一款从国外引进的趣味体育健身运动项目——真人CS（wargame），又叫“真人版吃鸡”游戏，是年轻人非常喜欢的一款射击游戏，孩子们身穿防弹马甲、头戴头盔、手拿发射器，是集运动与游戏于一体的紧张刺激性娱乐活动项目，真人CS是使用安全水弹、激光等各类对抗发射器，在场地内可以模拟团队战斗，游戏者可自由选择战斗马甲，不同的发射器，在模拟真人军事穿越、隐蔽、射击、特别解压，适合都市白领、退伍军人、企事业单位员工、军事爱好者、大学生、驴友等。其优点就是可以达到寓教于乐的效果，还可以促进团队精神提高团队合作意识。

如果您想找一种可以释放压力、缓解情绪、增进团队感情的娱乐项目，那真人CS肯定是个不错的选择，能够让您体验一把在虚拟游戏中的那种神采飞扬、英姿飒爽。