

远离甲沟炎 莫做“美人鱼”

通讯员 陈琪璐 记者 宋伟 刘晶

近日,22岁的小张由于化脓性甲沟炎住进了延安市中医医院手足外科(北京大学第三医院延安分院),接诊大夫通过询问小张的病史得知,小张剪指甲时习惯将指甲剪得很深,近两年来走路时双脚的大脚趾总觉得隐隐作痛,于是小张就去了家附近的修脚店寻求帮助,谁知不仅没有解决问题,反而使脚趾感染,开始红肿,还伴有渗出物,疼痛更加剧烈了,小张形容自己就像变成了童话故事里的“小美人鱼”,每走一步都像走在刀尖上,已经严重影响了他的正常生活,最后不得不来医院就诊。

入院后大夫采集了小张的伤口分泌物并做了细菌培养,结果显示小张左足多重耐药菌感染,普通的抗生素已经不能对抗小张所感染的细菌,且还需要接触隔离,经过几天的治疗,大夫为小张做了左足趾肉芽切除指甲重建术,并每天使用抗菌药膏涂抹创面,目前小张已顺利出院。

研究表明,我国甲沟炎的患病率在1.7%~27%,尤其好发于青少年。那么甲沟炎是怎么来的,我们又如何做好预防和治疗呢?为此,我们采访了北医三院延安分院手足外科住

院医师付雷。

什么是甲沟炎?

付雷说,甲沟炎实际上是一种在我们日常生活中相当常见的足部疾病,它是一种由指甲或其周围组织感染引发的炎症。这是由于指甲的一侧或两侧长入周围的皮肤,导致皮肤受损并引发感染。

引发甲沟炎的病因有以下五种:

一是由于不注意个人卫生,不经常洗手或者修剪指甲,细菌就很容易滋生并繁殖,这些细菌会通过皮肤或者指甲的破损处进入体内引发感染;

二是穿鞋不当,如果穿的鞋子过紧,会挤压趾甲侧缘,向甲沟软组织内生长,并摩擦甲及甲褶而造成软组织肿胀,进而诱发甲沟炎;

三是营养不良会导致身体免疫力下降,容易受到细菌的侵袭。同时营养不良还会导致皮肤干燥、脆弱,容易受到伤害,从而引起甲沟炎;

四是如果指甲部位受到外伤,没有及时处理或者处理不当,很容易造成细菌感染,增加患有甲沟炎的几率;

五是糖尿病患者的身体免疫力较

差,而且可能会导致血液循环系统出现障碍,容易影响指甲周围的血液循环和代谢,从而增加患甲沟炎的风险。

甲沟炎的治疗

付雷说,甲沟炎的指甲周围红肿、疼痛、发热,甚至有可能出现脓液分泌。如果感染严重,还可能引起发热、乏力等全身症状。

一是局部清洁:用温和的肥皂水清洗感染部位,然后用无菌棉签或纱布轻轻擦干。

二是局部用药:根据医嘱使用抗生素膏药,以帮助控制感染。

三是口服药物:如果感染严重,可能需要口服抗生素。

四是手术:在某些情况下,如果感染无法控制或反复发作,可能需要进行手术治疗。

甲沟炎的预防

付雷说,预防甲沟炎要做到以下六点:

一是定期修剪指甲:避免让指甲过长,特别是两侧的指甲,以防止它们长入皮肤。修剪时,切勿将指甲剪成圆弧形,应将指甲剪成一字形,再将指甲边缘打

磨平滑,不要过于锐利,也要避免指甲修剪过短,尤其是脚趾甲。

二是保持足部清洁:每天用温水和肥皂清洗双脚,特别是在进行体育活动或长时间穿鞋后。

三是保持足部干燥:湿润的环境容易滋生细菌,因此,应确保双脚在湿水后尽快干燥。

四是选择合适的鞋子:穿着舒适、合脚的鞋子,避免穿着过紧或过小的鞋子,以减少对指甲周围组织的压力。

五是避免受伤:尽量避免在足部造成伤口,如踩到尖锐物体。如果受伤,应立即清洁并消毒伤口。

六是注意个人卫生:不与他人共用毛巾、鞋子等个人物品,以减少感染传播的可能性。

付雷最后强调,甲沟炎虽然是一种常见的足部疾病,但通过正确的预防和治疗,我们完全可以避免其带来的不适和困扰。同时,如果怀疑自己患有甲沟炎,应及时就医,切勿选择不正规的足疗店和修脚店,以免延误治疗。

聚焦 健康



2023年11月,来自吉林省龙井市的朴教授携爱人尹教授和4个孩子在延安游学时不幸遭遇车祸,10岁大的朝鲜族女孩小尹禧颅脑损伤昏迷命悬一线,延安市人民医院神经外科、疼痛康复科等相关科室全力救治创造奇迹。如今尹禧一家已经平安回到家乡,但这段温暖的求医经历让尹教授一家终生难忘。

2023年11月13日,尹教授一家游学途中不幸遭遇车祸,小尹禧由于途中睡着了,遭受最严重的车祸伤,在好心司机和救护车送至延安市人民医院时,尹禧呈昏迷状态,诊断为重型开放性颅脑损伤。当天晚上,神经外科杨海贵主任、张永兵主任医师、赵进

120天的守护

通讯员 高小娥

副主任医师团队立即开始了争分夺秒地抢救,颅内压监测提示患者颅内压力较高且有颅内血肿,紧急为患者实施“颅内血肿清除术+去骨瓣减压术”,手术顺利结束后,患者转至神经外科ICU继续治疗。

术后,神外团队严密监护患者情况,并多学科联合拟定了下一步治疗方案,医护人员更是24小时守护在患者身边,测血压、盯监护、观尿量、查管路……在医护人员的精心治疗及护理下,9天后情况好转,撤除呼吸机;10天后,拔出气管插管;11天后,转入普通病房。

由于小尹禧受伤严重,虽然手术很成功,但是本次创伤造成了其意识

不清、左侧肢体完全偏瘫和完全性失音等症状,需要后期坚持不懈、持之以恒的康复治疗来帮助恢复。

住院治疗期间,尹禧每天都去疼痛康复科进行神经功能康复锻炼、中医针灸治疗、高压氧治疗等综合治疗,尹禧恢复很快,差不多一个月左右意识完全清醒,第二个月可以独立坐,第三个月可以站立行走,第四个月完全接近正常走路,言语吞咽无障碍。

曹彦荣医生在康复方面主要应用bobath治疗的反射性抑制和川平疗法的反复促通相结合,以及后期的运动再学习疗法和运动想象等方法,使得小尹禧恢复效果很满意。其间,曹彦荣医生还给尹禧做了心理疏导,每到

一个训练阶段时期都给她做了详细的康复评估和训练计划,比如在她坐位能达到三级平衡时就给她计划站立位的三级平衡训练,摆步训练、步态分析、负重训练等,预防膝过伸,防止后期走路出现异常模式。

今年3月16日,尹禧的爸爸在自己的视频号“仝人壹”中对此次经历进行了回顾,对帮助他们的好心人及延安市人民医院医护人员表达了真挚的感谢。他说:“这次事故对我们家是很大的不幸,但是通过这件事,我们感受到了温暖,这件事教育我们爱的奉献是多么高尚,多么温暖,多么伟大,这让我们从心里明白,以后应当做什么样的人,愿好心人幸福满满。”

让治疗更精准更高效

延安市人民医院完成疑难危重症疾病目录制定

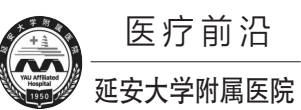
本报讯(通讯员 张华秦)为了更精准地导航,为病人提供更高效、个性化的治疗路径,进一步规范医院疑难危重症患者的管理,保证患者安全,近日,延安市人民医院医务部组织普外科病区等相关临床科室完成了疑难危重症疾病目录制定工作。

建立起一套科学、规范、实用的疑难危重症疾病目录,可为病人提供更加精准、高效的治疗方案。为确保目录的科学性和权威性,该院医务部充分吸纳临床医生的意见和建议,通过与一线医生的深入交流,不断优化和完善目录内容,使其更加符合临床

实际需求。同时,邀请了心胸外科、泌尿外科共同参会,通过积极与其他科室展开沟通与协作,共享资源,共同完成了疑难危重症疾病目录的制定工作。

目录的制定工作不仅是一项专业性的挑战,更是对医务工作者责任

与担当的深刻体现。医务部紧密结合国内外最前沿的医学研究成果,确保每一项疾病条目都经过严格筛选和深入分析。随后,还将注重临床实践经验的积累和总结,使目录更加贴近临床实际,为医生提供真实可靠的参考。



医疗前沿 延安大学附属医院

本报讯(通讯员 张雪玉)近日,延大附院胃肠疝外科成功治好了一位腹壁巨大切口疝患者。

70岁的曹大爷2月前发现左下腹出现约15cm×10cm大小包块,站立活动时明显,腹部隐痛感觉不适,奔走多家医院寻求救治,均因疝过于庞大,无法得以及时治疗,每日承受病痛折磨,苦不堪言,为进一步治疗来延大附院要求手术治疗。

术前,胃肠疝外科对该病例进行了全面的评估,包括详细询问患者病史,进行全面的体格检查,严格评估患者心、肝、肺、肾等功能及心

巨大腹壁切口疝 细致医护终康复

理状态。影像学CT和MRI等显示腹壁缺损部位、大小及疝囊内容物等情况。术前对影像学资料的分析,不仅可以确定腹壁缺损的大小(以准备合适的修补材料)外,还要计算疝囊容积与腹腔容积之比,以确保手术顺利进行。

护理团队帮助曹大爷完善好各项术前的检查和心理疏导,安慰患者、让患者保持心情舒畅,以更好地配合医生手术治疗。指导患者术前学会深呼吸、正确咳嗽方法,术前一晚、术晨给予清洁灌肠。术前给予患者使用腹带固定,即可防止腹腔间隔综合征,让疝囊

内容物逐渐回纳腹腔,又可避免术后腹腔体积骤然减少而导致的呼吸困难。

胃肠疝外科在全麻下为患者行腹腔镜联合开腹肠粘连松解、腹壁切口无张力修补术。手术顺利,术后严密观察患者生命体征、腹壁伤口及腹带固定情况。

术后,医护人员鼓励患者正确深呼吸、咳嗽,每天超声雾化吸入2次协助排痰。巨大切口疝术后使用腹带固定起着至关重要的作用。术后给予患者使用腹带固定既有利于降低缝合时腹壁张力又可以促进切

口愈合。严密观察切口有无红肿及渗血、渗液等,保持切口干燥、清洁。切口处放置沙袋24~48小时以压迫止血。最终,曹大爷康复出院,医护人员给曹大爷进行了详细的出院指导。

该病例为延大附院胃肠疝外科收治的第二例巨大腹壁切口疝。患者的顺利康复,是延大附院多学科协作及科室医疗、护理团队的“精湛艺术、用心呵护”的结果。不仅彰显了延大附院胃肠疝外科在应对复杂疾病方面的救治能力,更体现了医护人员的仁爱之心和责任担当。

守纪律 走正道 扬正气 作表率

延大附院党委理论学习中心组专题学习《中国共产党纪律处分条例》

本报讯(通讯员 王芳)近日,延大附院党委理论学习中心组集体学习《中国共产党纪律处分条例》,对2023年新修订版《中国共产党纪律处分条例》与2018年版全文,对修改的76条内容以及16条新增内容进行了详细解读。

与会人员表示,此次《中国共产党纪律处分条例》的修订,体现了理论与实践、继承与创新、历史与现实的有机

统一,释放了用铁的纪律管党、治党的强烈信号,为新时代加强党的纪律建设提供了新标尺。新修订的《条例》坚持使命引领和问题导向,针对管党治党存在的突出问题扎紧制度笼子、划出新禁区、标出新底线,每一处修改都体现着鲜明的政治性、时代性、针对性,使得目的更明确,定位更准确,处分更精准,实现了制度的与时俱进,使得全面从严治党的思路和举措更加科

学、更加严密、更加有效。

大家表示,要坚决服从党中央关于党和国家机构改革的各项决定,切实把思想和行动统一到党中央决策部署上来。要准确把握《中国共产党纪律处分条例》修订的主旨要义和具体内容,深入领会修订的深远考量,真正将学习内容内化于心、外化于行;院党委理论学习中心组成员要切实提高政治站位,准确把握《条例》内容,坚决贯彻执行

《条例》,同时要进一步规范全院干部、职工的行为意识,牢固树立规矩意识,加强权力运行的约束,严格按照程序和规则办事,共同营造医院风清气正的政治生态;全院广大党员干部要严守党的政治纪律、组织纪律、廉洁纪律、群众纪律、工作纪律、生活纪律,带头守纪律、走正道、扬正气、作表率;自觉主动接受监督,推动医院的各项事业健康有序发展。



仁爱创新

北医三院延安分院

多学科紧密协作显“奇效” 特重度脑损伤患者获“新生”

本报讯(通讯员 同丽静)近日,延安市中医医院(北京大学第三医院延安分院)多学科协作成功救治了一名受伤超10小时,双瞳孔均散大的特重型颅脑损伤患者。患者经手术及各方面积极治疗后,恢复良好,现已完全清醒,可简单动作及问答。标志着该院脑外科在特重型颅脑损伤患者的综合救治能力方面达到了更快捷、更完善、更出色的高水平。

2月4日上午,北医三院延安分院120接到急救电话告知患者昏迷急需抢救,120急救车紧急出发,现场评估患者可能为颅脑损伤,脑外科团队接到通知后提前在急诊抢救室等待患者。到院后急诊科开启患者急救绿色通道配合影像科快速为患者完善相关检查,脑外科田奎医师查看后诊断为,硬膜外血肿、脑疝、颅骨骨折。

患者被送到医院时,已经受伤10多个小时并且在地板上躺了一夜,存在严重失温。双侧瞳孔散大,颅内出血约150ml,中线偏移约2cm,生命体征极不稳定,属于极危重患者。

“大夫,求你一定救救他,他才33岁,还年轻。”脑外科田德州主任向患者家属告知病情、了解病史并详细解释了治疗方案,在征得患者家属同意后,于2月4日上午11时入院迅速完善术前准备,半小时后为患者进行手术治疗。因患者术前双侧瞳孔散大,对光反应消失,立即为患者进行开颅颅内血肿清除术+去颅骨骨瓣减压术,经过2个小时的积极手术抢救后,手术顺利完成。术后患者右侧瞳孔回缩,左侧仍散大,生命体征不平稳,转入重症医学科进一步治疗。

转入重症医学科后患者出现了严重的酸中毒及高乳酸血症(血气分析显示患者乳酸超过极限)、休克等危重情况,经多学科会诊考虑患者长时间处于低温环境,体内环境严重紊乱,由重症医学科给予VA-ECMO联合床旁CRRT,进行心脏支持、快速纠正内环境紊乱、纠正休克等治疗后,其生命体征逐渐平稳,10多天后顺利转回脑外科继续治疗。

转回脑外科后,进一步给予其苏醒、康复、高压氧等对症治疗,目前患者已完全清醒,可以简单回答问题并能完成指鼻、取物等基础动作。

田德州主任说,该患者是我院脑外科成立以来手术抢救成功出血量最大,且病情最危重的患者。急救绿色通道的迅速开通和多学科诊疗协同“作战”,使患者能在最短时间内得到有效治疗;术后高质量的管理,把ECMO(体外生命支持)联合CRRT(连续肾脏替代疗法)技术应用到特重度颅脑损伤患者的治疗中,使患者的心肺肾等重要脏器得到有效保护,所以能够顺利度过危险期。



康复一人幸福一家

延安新东康复医院

多科联合义诊 惠及大众健康

本报讯(通讯员 古军涛)为提升广大市民的健康素养,特别是加强对帕金森病等神经系统疾病的防治知识普及了解,近日,在“世界帕金森病日”到来之际,延安新东康复医院的康复医学科一病区、康复医学科二病区、康复医学科治疗区、体检科等多学科专家团队,在医院大门口举办了一场主题为“和谐共生,美好生活”的联合义诊活动。

各学科专家们通过健康咨询、健康评估、发放宣传册、现场提供量血压、免费测血糖、免费发放药品等多种形式便民服务,向广大市民朋友普及帕金森病等神经系统疾病的预防、诊断、治疗及康复知识。专家们用通俗易懂的语言,结合生动的案例,深入浅出地讲解了帕金森病的发病机理、临床表现和治疗方法,使广大市民对帕金森病有了更加全面、科学的认识。

此次活动中,参与的市民朋友们纷纷表示,不仅学到了很多实用的健康保健知识,也感受到了新东康复医院专家们的热情和专业。希望医院能够多举办类似的活动,让更多的群众受益。

延安新东康复医院康复医学科将继续发挥专业优势,积极履行社会责任,通过更多形式的健康文化活动,为广大市民提供优质的医疗服务和健康指导。



疾控激健康

延安市疾控中心

你我共同努力 终结结核流行

结核病是一种由结核杆菌引起的严重危害公众健康的慢性呼吸道传染病。它主要侵害人的肺脏,并通过病人咳嗽、吐痰、打喷嚏等方式传染给周围的人。健康人一旦吸入带有结核菌的飞沫就可能受到感染而得肺结核。

国际上把每年的3月24日定为“世界防治结核病日”,呼吁人们警惕这种传染病的危害。3月24日是第29个“世界防治结核病日”,主题是“你我共同努力 终结结核流行”,旨在深入贯彻党的二十大精神,倡导全社会关注结核病防治,不断提高健康意识,共同终结结核流行。在这个日子来临之际,市疾控中心提醒大家记住以下几点防控知识:

1. 坚持正规治疗,绝大多数肺结核是可以治愈的;
2. 中断治疗会导致治疗失败,形成难治的耐药结核病,治疗费用也会增加几十倍甚至上百倍,治疗效果不佳;
3. 治疗疗程:治疗分两个阶段,即强化期和继续期,一般情况下,初治患者疗程6个月,复治患者疗程8个月,结核性胸膜炎12个月,利福平耐药患者18~36个月;
4. 按医嘱定期复查,出现不良反应及时和医生联系;
5. 延安市和宝塔区的结核病定点医院设在延安市第二人民医院(地址:宝塔区高新技术开发区石油大桥南;门诊电话:0911-2660240);其他县(市、区)结核病定点医院设在各自的县(市、区)人民医院;
6. 在日常生活中,养成良好的生活习惯可有效预防结核传播。家里要勤开窗,多通风;不随地吐痰,咳嗽、打喷嚏时捂住口鼻,提倡在人群聚集场所佩戴口罩。