

安阳市中医院锦旗背后的故事

微创祛“顽石” 妙手解病痛

——记发生在市中医院外一科的一则暖心故事

□本报记者 郭凡

“靠谱666”，锦旗上别具一格的赞语吸睛。日前，患者杨女士将一面“潮”味满满的锦旗送到市中医院外一科，用充满活力与创意的方式，向该科全体医护人员表达了由衷感谢。



患者(右二)为医护人员送上锦旗(医院供图)

患者杨女士是我市市民，常年在外地工作，前不久，在无明显诱因的情况下，其左侧腰部持续性疼痛，并伴有恶心呕吐，在当地就诊后做CT检查提示为“左侧输尿管起始部结石并以上输尿管扩张，双肾盏微结石，左肾盂扩张”。

活深受影响。外一科治疗团队迅速行动，为其完善术前检查后，明确诊断为“多发性肾及输尿管感染性结石”。

路结石高效、安全、低耗、省时且副作用较低的“新式武器”，与传统的体外冲击波碎石、气压弹道碎石相比，具有较强的安全性以及广泛的适用性。

治疗过程中，米俊辉带领团队成员凭借精湛技术精准操作，将杨女士体内的结石逐一粉碎并彻底清除。术后，经医疗团队针对性地开展抗感染、止痛等对症治疗后，杨女士恢复顺利，疼痛明显缓解，身体无不适症状。

“这面言简意深的锦旗，既承载着患者的信任与感激，也彰显着医护人员的责任与使命。它不仅是一种鼓舞，更是一种鞭策。”米俊辉表示，科室全体医护人员将继续秉持“安全高效、快速康复”的理念，以更高质量的医疗服务守护患者健康。

专家话健康

小心甜蜜的毒药——发霉甘蔗

□吴俊威

甘蔗作为常见的水果，因其甘甜多汁、营养丰富而深受人们喜爱。甘蔗一般在每年的中秋节前后收获上市，至第二年的清明前后才会卖完。

轻度中毒:引起恶心、呕吐、腹痛等胃肠道症状，同时可能出现头晕、视力模糊、黑蒙、复视等神经毒性症状。

引发中毒。避免饮用未经处理的甘蔗汁:榨汁过程中无法完全去除霉变部分，因此最好选择新鲜现榨的甘蔗汁，并在2小时内饮用完毕。

等对胃进行冲洗。洗胃后，适当喝豆浆或牛奶，以保护肠胃黏膜。

一、甘蔗发霉的原因 甘蔗中毒的主要原因是甘蔗在储存和运输过程中受到霉菌的污染。甘蔗含糖量高，水分充足，在收获、运输和储存过程中容易受到损伤，为霉菌的生长提供了有利条件。

中度中毒:在轻度中毒症状的基础上，胃肠道症状加重，恶心呕吐频繁，出现中枢抑郁、嗜睡等症状。

甘蔗储存与运输:甘蔗必须成熟后收割，防止因不成熟而易霉变。甘蔗应随割随卖，尽量不存放。在贮存过程中应通风、防潮，并定期进行检查，一旦霉变应禁止食用。

急救措施:对于呼吸困难的患者，需要进行吸氧等急救措施。同时保持呼吸道通畅，及时清理呼吸道分泌物。

二、甘蔗中毒的症状 甘蔗中毒的症状与中毒的严重程度成正比，主要包括:

重度中毒:中毒后不久即出现阵发性抽搐，每次持续1分钟到2分钟，身体僵硬，反复发作。严重的可能出现癫痫持续状态，抽搐后常进入昏迷状态，瞳孔散大。有的患者昏迷后出现躁狂、眼球震颤，有的出现强迫位或瘫痪，有的出现肺水肿、血尿和柏油样便。

四、甘蔗中毒的应急处理方法 催吐:如果患者中毒较轻，且吃的量较少，可以进行催吐治疗。用手指或勺子按压喉部，将吃的甘蔗吐出。吐完后用清水漱口，并喝糖水、淡盐水补充液体，以减轻中毒症状。

五、总结 甘蔗虽然美味可口，但如果不慎食用了霉变的甘蔗，就可能引发严重的中毒事件。因此，大家在购买和食用甘蔗时，一定要仔细检查甘蔗的新鲜度和是否霉变，并采取相应的预防措施。

竞钓展风采 垂钓乐融融

2025年市第十五届老年人体育健身大会钓鱼交流活动现场



比赛现场(郑婕好 摄)

本报讯(记者 张武杰 通讯员 常利苑)9月16日,2025年安阳市第十五届老年人体育健身大会钓鱼交流活动在龙安区渔乐空间渔场圆满落幕。来自全市的12支代表队60余人齐聚水畔,以渔会友,共享垂钓乐趣。

速进入状态,挂饵、抛竿、压线、观漂,一系列动作娴熟连贯,尽显“老把式”风采。有的钓友屏气凝神,紧盯水面上的浮漂,生怕错过鱼儿咬钩的细微信号;有的则从容不迫,不时与邻位钓友交流心得,笑声回荡在湖畔。

推广门球运动 展现良好风貌

滑县老年体育大学2025年第二期门球培训班开班



培训现场(林荟琦 摄)

本报讯(记者 张武杰 通讯员 林荟琦)9月15日上午,滑县老年体育大学2025年第二期门球培训班开班仪式在该县新区体育广场门球场举行。来自13个县直单位的80余名退休人员参加培训。

门球专委会安排周一、周四上午进行集中辅导,同时鼓励学员利用其他时间开展常态化训练,将理论知识充分运用到实践中。教学方法上,采取“理论学习+实操演练”“基本功作练习+战术解析”的组合模式,全面提升学员门球技能。

全市老年体育健身大会每4年举办一届,不仅给老年朋友提供一个展示自我、交流互动的平台,更是倡导“多去运动,少去医院”“我运动,我快乐、我健康、我幸福”的观念,提高老年人体育健身意识,推动老年体育事业蓬勃发展。钓鱼项目是一项传统的交流对话,既是人与自然的和谐对话,更是智慧与耐心的完美结合。

此次比赛时长3小时,以钓获鱼类的总重量为评判依据,设置优胜奖和优秀奖两个奖项。两场比赛结束后,终场哨声响起,钓友们陆续收竿,带着满满的“战利品”前往称重处。汤阴县、工商银行、滑县、文峰区、市委办、增辉公司、北关代表队荣获优胜奖。

本期培训班旨在进一步丰富滑县老年人精神文化生活,推广普及门球运动,促进老年人身心健康,展现新时代老年人积极向上的精神风貌。培训将从门球基础规则讲起,深入讲解击球技巧、战术配合等内容,帮助学员全面系统掌握门球运动要领。

门球运动是适合老年人的体育项目,既能锻炼身体,又能培养团队协作精神,增进老年人之间的交流互动。滑县老年体育大学举办此次门球培训班,是落实滑县老体协在县直单位推行“一个单位一分会一门球队”工作部署的具体行动,为老年人搭建了优质的学习交流的平台。在这里,老年人既能享受运动乐趣,又能收获健康与友谊,真正实现老有所学、老有所为、老有所乐。

唱响爱国旋律 丰富文化生活

北关区老年人文化体育大学堂歌唱朗诵班开课

本报讯(记者 张武杰 通讯员 赵泽铭)9月15日上午,北关区老年人文化体育大学堂内热闹非凡,歌唱朗诵班迎来正式开课。此次开课不仅为老年学员们提供了学习与交流的平台,更点燃了他们对艺术和生活的热情。

借丰富的教学经验和专业的音乐素养,耐心地指导学员们发声、练唱。从歌曲的节奏把握到情感表达,吴铁勇都进行了细致入微的讲解和示范。学员们认真聆听,积极跟唱,尽管他们的歌声并不十分专业,但每一个音符都饱含着对祖国的热爱和对美好生活的向往。

开课仪式上,北关区老年人文化体育大学堂常务校长吴蔚发表了热情洋溢的讲话。她强调了老年人文化体育大学堂在丰富老年人精神文化生活、促进老年群体全面发展方面的重要意义,并鼓励学员们积极参与课程学习,在艺术的海洋中不断探索和进步。

在学习过程中,学员们相互交流、相互鼓励,共同克服困难。有的学员虽然年纪较大,但学习热情丝毫不减,他们认真记录着每一个知识点,努力跟上老师的教学节奏。

吴蔚的讲话赢得了学员们的阵阵掌声,现场气氛热烈而温馨。随后,吴铁勇老师正式开启了课程教学。本次课程的学习内容是经典歌曲《我和我的祖国》。吴铁勇凭

此次歌唱朗诵班的开课,是北关区老年人文化体育大学堂在文化教育领域的又一重要举措。相信在未来的日子里,该大学堂将继续发挥其积极作用,为更多老年人提供优质的学习资源和丰富多彩的文化活动。

内黄县六村镇中心卫生院 搭建协作桥梁 方便群众就医

本报讯(记者 张武杰 通讯员 李纪法)“以前想让县里专家看病要跑到城里,现在专家来到了家门口,真是太方便了!”9月18日,在内黄县六村镇中心卫生院就诊的孙大娘说。当天,为她看病的是内黄县中医院肺病脾胃科主任王利波和她带的两名临床研究生。

措并举助力六村镇中心卫生院服务能力提升。除了长期派驻1名主治医师驻点,常态化开展坐诊、会诊及学术讲座外,该院每周还会定期派口腔科、肺病脾胃科专家来到卫生院,开展巡诊、查房和学术培训。其间,该院还积极推广特色医疗技术,将耳穴贴、中药封包治疗、贴敷治疗等中医适宜技术引入卫生院,切实惠及基层群众。

作为基层医疗服务的“守门人”,六村镇中心卫生院深知自身服务能力与群众需求间的差距。自医共体建设启动以来,该院主动“攀高亲、强内功”,从人才、技术、资源、管理等多维度搭建协作桥梁,选派多名骨干人员分批到内黄县中医院进修学习,重点提升常见病、多发病的诊疗能力。目前已有2名进修人员学成归来,成为卫生院贴服治疗项目的技术骨干。

“资源下沉不是走过场,而是要真正让群众得实惠。”六村镇中心卫生院院长张晓杰表示。截至目前,内黄县中医院专家已在卫生院开展诊疗活动88人次,进行业务查房会诊30人次,开展带教业务7人次。下一步,六村镇中心卫生院将继续深化与医共体牵头医院的合作,推动更多优质医疗资源下乡、村延伸,切实筑牢基层医疗卫生服务网,让健康福祉惠及每一位乡亲。

作为医共体牵头单位,内黄县中医院持续深化优质医疗资源下沉,多

加强健康知识宣传 提高人民健康水平

走出口腔健康误区 摆脱“老掉牙”宿命

“人老了,牙齿掉光是自然规律”——这是许多老年人的误解。事实上,老年人掉牙齿并非年龄的必然,而是对口腔健康的忽视与误区。

牙结石“固定”着。当刷牙后牙结石被彻底清除、牙龈肿胀和炎症消除,会感觉牙缝好像变大了,牙齿松动也会变明显。

误区一:“老掉牙”是正常现象 人老掉牙不是必然规律,大多数是由于长期患有龋病、牙周病等口腔疾病造成的。只要预防和控制口腔疾病,掌握科学的口腔保健方法,形成良好的口腔卫生习惯,就可以在晚年依然拥有一口健康的牙齿。

建议:老年人除了每天认真刷牙外,还应该定期到医院洗牙,有效预防和治疗牙周炎,防止牙齿松动、脱落。

误区二:牙齿掉光了就不用刷牙了 刷牙的目的是清洁整个口腔环境,而不仅仅是为了清洁牙齿。牙齿脱落后,牙龈、牙槽骨、舌头等组织还在,这些区域仍是细菌容易滞留和滋生的环境。如果不及时清洁,口腔里的病菌可能会继续影响健康。所以,即使牙齿完全脱落了,老年人也应该每天用柔软的牙刷刷牙龈、牙槽、上颌等部位。

误区四:牙不敢随便拔,拔一颗其他的也会松动 严重松动的牙齿根面上往往附着大量牙结石和牙菌斑,造成局部牙周脓肿、咬物无力、口腔异味,还会造成同侧牙齿的失能,甚至因牙周感染破坏周围牙槽骨,造成相邻牙齿的过早松动。

误区三:洗牙会让牙缝变大、牙齿松动甚至脱落 普通刷牙无法清除的牙垢和牙结石不断刺激牙龈,使得牙龈发炎肿胀甚至萎缩,引起牙齿松动。此时,牙缝被牙结石和肿胀的牙龈填满,松动的牙齿也被

建议:及时拔除没有咬合功能的松动牙,才是对余留牙齿和牙槽骨的保护。

误区四:“无牙老人”应及时进行义齿修复。

建议:缺牙后3个月至6个月要及时修复,如安装假牙或种植牙,保持牙列完整,恢复口腔的基本功能。

误区五:牙掉了不用管,吃点软乎的就行了 牙齿健康与全身健康息息相关。牙齿不好,会导致老人倾向于选择软烂、容易咀嚼的食物,难以摄入富含膳食纤维的蔬菜和水果及优质蛋白,导致摄入的食物种类单一。长期如此,身体无法获得全面的营养,极易引发各种免疫相关疾病和营养不良,让老人更容易感冒、患上感染性疾病,甚至引起肌肉萎缩、身体虚弱。

建议:缺牙后3个月至6个月要及时修复,如安装假牙或种植牙,保持牙列完整,恢复口腔的基本功能。

传播健康知识 搭建医患平台

本版由安阳市卫生健康委员会协办