

# 学术交流享盛宴 聚焦前沿促发展

## 安阳市第三届数字骨科论坛在安阳市第三人民医院举行



参会专家领导合影

本报讯(记者 张杰杰)12月12日,安阳市第三届数字骨科论坛在安阳市第三人民医院门诊病房综合楼22楼学术报告厅举行。来自省内外众多知名骨科专家教授齐聚一堂,开展学术交流,共促学科发展。

此次大会由安阳市医学会数字骨科专业委员会、SICOT中国部数字骨科学会河南省学会安阳市分会主办,安阳市第三人民医院承办。河南省医学会骨科分会主任委员、河南省人民医院脊柱脊髓外科主任高延征教授,安阳市政协副主席、知名骨科专家高雁卿教授,SICOT中国部数字骨科学会河南省分会主任委员、郑州大学第一附属医院王丹博士,西安交通大学第一附属医院杜昌旺教授以及安阳市第三人民医院党委书记李光明等领导班组成员出席会议。

开幕式由安阳市第三人民医院院长助理李任增主持。会上,我国著名骨科专家、SICOT中国部数字骨科学

会主任委员裴国献教授专程发来视频,预祝安阳市数字骨科事业再上新台阶。高雁卿、高延征先后致辞,预祝大会圆满成功。他们都对我市骨科在各方面取得的斐然成绩和进步表示肯定,希望安阳市的数字骨科工作能够迎合新的时代发展,在河南省起到很好的引领作用。同时,他们也提到,安阳市第三人民医院在数字骨科方面十分重视,取得了重要成绩,相信在该院领导的支持下将取得更大突破。

安阳市第三人民医院党委副书记、院长吕云海代表医院对安阳市第三届数字骨科论坛举行表示热烈祝贺,对各位领导和专家学者在百忙之中参加会议表示衷心感谢和热烈欢迎。他表示,近年,该院4个重点专科——微创骨科、心血管内科、神经内科和泌尿外科进入了提质升级的建设新阶段,其中微创骨科致力于数字技术、微创方法研究,开展精准化、个性化的治疗,取得了一定的成绩。安



张永飞在作讲座(组图医院供图)

市第三届数字骨科论坛举行,正是安阳市数字医学蓬勃发展的体现,也是各位专家进行学术交流的共同需求。希望大家畅所欲言,各展所长,热情交流,百花齐放,进一步推动数字骨科不断发展,促进科研成果有效、及时进行临床转化,书写数字骨科创新转化、精准治疗的新篇章。

在随后的论坛中,高延征、王丹、杜昌旺结合丰富的临床经验、前沿的学术研究成果,分别以《智能辅助下的脊柱精准截骨》《颈椎骨样骨瘤的诊断与治疗》《数字神经在复杂寰枕畸形手术中的运用》为题,为与会人员带来一场精彩的学术盛宴。此外,安钢总医院院长王建红、安阳市第三人民医院院长助理李任增、安阳市第三人民医院骨科二病区主任张永飞、安钢总医院骨科四病区主任冯世义、安阳市肿瘤医院外科主任靳迎军、安阳市人民医院骨科博士刘永刚等十余位来自我市的骨科专家为大家带来精彩的学

术讲座,课题包括《用内镜复制一台腰椎后路减压&融合手术 Endo-ULBD&Endo-P/TLIF》《HTO 外固定与内固定优势对比的思考》《数字骨科技术临床应用中的困惑与思考》《肩袖损伤的诊断与治疗》《外科骨与软组织肿瘤的整合治疗》《3D打印技术在创伤骨科中的初步应用》等,精彩纷呈的内容让大家受益匪浅。

作为安阳市医学会数字骨科专业委员会、SICOT中国部数字骨科学会河南省学会安阳市分会主任委员,张永飞在接受采访时表示,近年,数字骨科在临床的应用范围越来越广泛,在临床研究方面越来越深入,在骨科的各个亚专业得以快速发展。我市的数字骨科委员会主要致力于数字骨科的普及和推动,致力于为疑难患者诊治提供服务,致力于为临床医生提供一种技术工具,努力推动诊断精细化、治疗精准化、服务个性化的诊疗模式,满足临床医生诊治需求,更好服务广大患者。

市中医院肝胆脾胃科

# 儿童误吞笔帽 医生巧妙取出

本报讯(记者 郭新星)很多人都经历过不慎吞食异物的情况,如果壳、枣核、鱼刺等。这些异物虽小,但吞下也会造成十分强烈的不适感。那么误吞一个笔帽会有怎样不适的感受和凶险的后果呢?日前,市中医院就收治了一名误吞笔帽的儿童,该院肝胆脾胃科医师王永玲通过胃镜圈套器成功取出了异物。

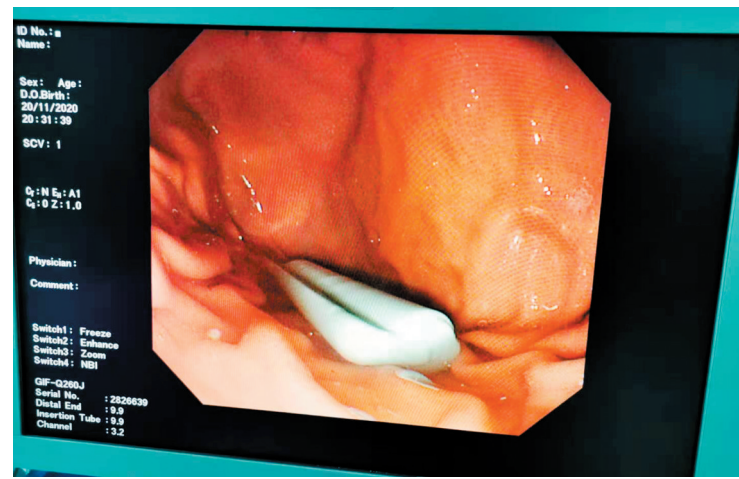
“这名小朋友在和同学玩耍时,没有把握好分寸,不小心将笔帽误吞入胃中。笔帽的一头尖锐处随时可能戳破胃,而造成胃出血,情况非常凶险,必须尽快将异物取出。”王永玲告诉记者,由于异物特殊且较大,不易取出,经过和其他医护人员反复商讨,王永玲决定先尝试使用胃镜圈套器,这样儿童所受损伤较小。如果此方案行不通,就需要制订外科手术方案。

王永玲迅速联系麻醉师为患儿进行麻醉,然后通过胃镜圈套器尝试套取笔帽。由于笔帽周边有不规则的塑料毛边,且小朋友的食道和胃都比正常成年人要细、小,所以手术过程需要慎之又慎,如果不小心就有可能对患儿的胃和食道造成损伤,加重儿童的痛苦。王永玲凭借丰富的临床经验,耐心细致地操作,不断调整方向。经过一番努力,王永玲成功将笔帽取出,且没有对患儿的胃、食管造成损伤,在场的所有医护人员都松了一口气。术后,患儿的家长对市中医院医护团队的医疗技术和经验

水平都赞不绝口。“胃镜下异物取出是我院肝胆脾胃科在内镜下开展的诊疗项目之一。我院肝胆脾胃科做此类手术较多,经验丰富,异物取出技术日臻成熟。”王永玲说,对于此类消化道异物患者,由于内镜将异物及时取出,不但避免了出血、穿孔等并发症,也避免了进行外科手术,从而降低了此类患者的治疗风险及就医成本。

王永玲介绍,消化道异物是儿科临床常见急症之一,吞食异物者以幼儿多见,较大的、尖锐的异物不能通过消化道狭窄部位,则可造成消化道黏膜损伤,严重者甚至会出现穿孔等情况。由于患儿在取出异物的过程中难以配合,所以需要在气管插管全麻下进行手术。而全麻必须要禁食8小时、禁饮4小时,以防止麻醉过程中食糜反流引起窒息。

“消化道异物种类繁多,可发生于各个年龄人群。儿童常见的误吞异物有玩具、文具零件等,成人多为鱼刺、枣核、动物骨头、牙套等,老年人一般以义齿最为常见。”王永玲特别提醒,各位家长一定要看护好家中的小朋友,教育孩子不要将玩具、文具等异物放入嘴里,以免误吞。同时,人们在吃东西时要注意细嚼慢咽,避免说笑。如不慎误吞异物,切勿采用食物强制吞咽、喝食醋等错误方法促进异物排出,以免损伤消化道和食管,甚至危及生命,必要时一定要及时到医院就诊。



胃镜检查下发现异物(医院供图)



如今,在我市不少广场上,都能看到老年交谊舞爱好者在音乐中翩翩起舞,享受着舞蹈带来的愉悦和健康,成为城市里一道美丽的风景。(本报记者 朱亚芳 摄)

# 传递真善美 传播正能量

## 努力讲好中国抗疫故事

□ 郭玲

在抗击新冠肺炎疫情这场艰苦卓绝的历史大考中,中国人民身上体现的中国力量、中国精神、中国效率,得到国际社会高度赞扬。当前,改进和加强对外宣传,需要运用多种形式在国际舆论场及时发声,讲好中国抗疫故事。讲好中国抗疫故事,需要讲事实、讲情感、讲道理,努力在国际社会赢得人心、赢得认同。

讲故事在对外宣传中具有重要作用。许多时候,深刻的道理需要通过形象化的表述,以讲故事的方式来打动人、说服人。讲好中国抗疫故事,首先需要解决好讲什么的问题,明确怎样才能把我们想讲的和受众想听的结合起来,把受众想听的融进我们想讲的。只有明确讲好中国抗疫故事的重

点在哪里、议题设置的焦点在哪里,才能更好地用鲜活的故事、生动的例子讲好背后的道理。这就要求我们精心谋划,设置贴近受众、易于传播、容易引发情感共鸣的议题,讲好中国抗疫故事。

讲好回家回家的故事。家是人们心灵的港湾,“回家”是故事中常见的主题。在抗击新冠肺炎疫情中,白衣执甲、逆行出征的医护人员挥别年幼的儿女;冲锋在前、顽强拼搏的党员干部辞别年迈的双亲;闻令而动、敢打硬仗的人民子弟兵在万家团圆的除夕之夜踏上征程;中国抗疫医疗专家组乘包机抵达莱索托首都马塞卢……离家是为了回家,舍小家团圆是为了大家安好。讲好中国抗疫故事,可以讲好回家回家的故事,充分彰显中国人民真诚善良、亲仁善邻的处世之道,传递

人类终将战胜疫情的信心,形成跨越国界、跨越种族的情感共鸣,让中国精神直抵人心。

讲好团结合作的故事。伟大的抗疫斗争集中体现了中国人民万众一心、同舟共济的团结伟力,绘就了团结就是力量的时代画卷。在抗疫斗争中,中国秉承“天下一家”的理念,不仅对中国人民生命安全和身体健康负责,也对全球公共卫生事业尽责。讲好团结合作的故事,既要讲好中国人民心往一处想、劲往一处使的故事,还要讲好中外联合抗疫的故事,展现中国与各国守望相助、共克时艰的感人情景。比如,国家广电总局推出的以“守望相助,共同战‘疫’”为主题的中外联合抗疫系列短视频在海内外引起极大关注。讲好团结合作的故事,不仅能强信心、暖人心、聚

民心,更能抓住国外受众的共情点,彰显团结合作、互利共赢才是人间光明大道。

讲好灾难救助的故事。新冠肺炎疫情是人类共同的灾难,不少人因疫情陷入困境,而更多的人得到各种救助,感受到世间温暖。在抗击疫情中,中国坚持人民至上、生命至上,举全国之力快速有效调动各种资源和力量,不惜一切代价维护人民生命安全和身体健康。同时,中国作为负责任大国,秉持人类命运共同体理念,向国际社会提供人道主义援助,以实际行动帮助挽救了全球许多人的生命。在这一过程中,涌现出大量感人至深的故事。我们要讲好抗疫中灾难救助的故事,通过鲜活生动的故事和事例传递真善美、传播正能量。(原载于《人民日报》)

## 健康素养 健康促进

# 晚上睡不着怎么办

不少人在生活中会遇到晚上睡不着的情况,使身体感到非常难受,此时大家应该怎么办?下面为大家介绍几种助眠方法。

一、睡前洗个热水澡 大家在晚上睡觉之前,可以选择洗个热水澡,帮助人们有效促进全身血液循环,使人感觉更清爽,可以快速进入睡眠状态。这样做能够帮助人们提高睡眠质量,所以,晚上睡不着的人可以适当洗个澡。

二、睡前可以适量喝点牛奶 牛奶是很常见的一种饮品,它含有的营养物质非常丰富,人们可以在睡前喝一杯热牛奶,它能够帮助人们快速进入睡眠状态。牛奶中含有色氨酸,可以帮助睡眠,睡觉之前不要喝含糖饮料,更不要喝太多水,不利于睡眠。

三、不要小睡 晚上失眠的人,最好白天不要

打盹,否则会影响夜间睡眠。如果有午休的习惯,最好不要超过20分钟。

四、薰衣草有助于睡眠 可以在睡前将薰衣草精油滴在枕头上,但气味不宜太浓郁,这样反而会刺激脑细胞,使人变得兴奋。

五、不要过于焦虑 焦虑是失眠的重要因素,不要思考为什么自己睡不着,在睡觉之前,可以做一些无聊的事情,比如阅读自己不感兴趣的书籍,听自己不懂的语言,不要打开电视,也不要强迫自己睡觉。

六、呼吸睡眠的方法 闭上眼睛呼吸,用大脑感受呼吸,然后让这种感觉慢慢沉入身体的各个部位,最后将气体排出体外,慢慢入睡。(文峰区创建省级健康促进区领导小组办公室)

## 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