

熠熠一面旗 拳拳医患情

洛阳市中医院不孕不育科陶利利医生是河南中医药大学毕业的妇科硕士研究生,自2014年工作至今,一直从事不孕不育科工作,在这8年的时间里,在科室主任及全体同事的帮助下,陶利利医生收获颇丰。她感慨的说:有这样一个团队,他们没有创造出什么惊天动地的奇迹,但却用执着书写着生命的感动,用真诚为患者增添继续前行的信心与勇气;他们期待充满希望的笑脸,期待每个小生命的到来……这就是洛阳市中医院不孕不育科全体医护人员的初心,他们每天迎接各种不孕症患者,感受着他们寻医求子的心酸苦楚,享受着创造新生命的喜悦,陶利利医生很荣幸成为这个团队的一员。

由于陶利利医生临床技能不断提高,得到患者的认可。每次看到不孕患者怀孕生子,作为她们的医生,她发自内心的为她们感到喜悦,感受着这个职业的快乐和自豪,特别感谢每个信任她的患者,是患者们让她不断的进步。

在近几年的门诊工作中,陶利利医生发现空卵泡及不成熟卵泡排卵引起的不孕症患者越来越多,且很多患者走了弯路,今天她要给大家分享一个真实的病例,给不孕症患者带来帮助。

付某某,女,32岁,未避孕未孕4年。患者10年前顺产一女婴,体健。近4年各孕二胎未孕,辗转就诊于各个医院就诊未孕。2021经朋友介绍找陶利利医生看病,当时患者看陶医生这么年轻,心里还没底,心想这么年轻的医生不知道有没有经验,没想到

陶医生不但细心而且专业知识非常丰富,每次来看诊给我们讲解非常详细,从来不难麻烦,我们问什么陶医生总是耐心的解答,我们非常满意,真是个优秀的年轻医生。我们在陶医生这经过一段时间治疗后,更坚定了信心一定要在这里看诊。

详细询问病史,男方精液化验正常,患者月经周期正常,内分泌检查正常,输卵管造影一侧通而不畅,一侧通畅,考虑有一侧输卵管通而不畅,第一个月给予输卵管五联治疗一个周期。第二个月开始指导备孕,多次彩超监测排卵未发现卵泡发育,月经仍正常来潮,发现排卵有问题。第三个月促排卵,彩超监测排卵发现正常,但抽血测激素,卵子发育不良,给予药物口服改善卵子治疗。第四个月促排卵结果同上月,继续用药。第五个月继续用药,监测排卵,卵泡发育正常,激素正常,指导试孕,正常受孕。

功夫不负有心人,于2022年3月足月顺产一健康男婴。2022年4月夫妻俩送来锦旗一面,表示感谢,他们激动地说:“没想到我们看了四年都没怀孕,到陶利利医生这看了五个月就怀孕了生了一个健康的宝宝,圆了我们的父母的梦,非常感谢。”

在医患关系相对紧张的今天,我们科经常上演着医患情深的一幕幕,我们感激每一位信任我们的患者,你送我们一份信任,我们必努力送你一份满意。祝愿每一位备孕路上的朋友们都能早日实现儿女梦。

(西工院区生殖医学科)



医生说的“清淡饮食”到底是啥 ——当然不是让您只吃萝卜白菜和稀饭;要注意做饭时油盐不超标,味料不过重

“我经常在医院看病时听医生说起来,要注意‘清淡饮食’,但我就是弄不清楚到底啥是‘清淡饮食’。”

“清淡饮食”,可不是让您只吃萝卜白菜和稀饭

“正规医嘱上没有‘清淡饮食’的说法,这是医生的口语化表达。”

64岁的王女士来看过胃病,她的病情不算严重,医生就让她在回家服药的同时,注意“清淡饮食”。半年后,王女士来复诊,检查结果显示,她有些营养不良。原来,她把“清淡饮食”的标准搞错了。她的一日三餐中有两顿是稀饭,通常配菜是萝卜或白菜,觉得嘴里没味儿时甚至会吃一些咸菜。

“咸菜本身就不属于健康食品啊!”医生说,“清淡饮食”并不是让大家只吃萝卜白菜和稀饭,而是保持饮食多样化,从而保证营养摄入丰富。

“清”指的是少油脂,“淡”指的是少盐。总而言之,“清淡饮食”就是要注意做饭时油盐不超标,味料不过重。在此基础上,大家还要注意烹饪方式,比如多用蒸、煮、炖、汆、拌、炒的方法,尽量避免油炸、煎、熏烤等方法。

辛辣油腻的食物和甜品,吃的时候要注意量

弄清了啥是“清淡饮食”,可能有些读者还会问:“中医经常叮嘱我们少吃辛辣油腻的食物和甜品,这是因为啥?怕影响药效吗?”

“在服用某些特定药物期间确实需要忌口。”医生说,比如有些辛辣食物会散掉药性,在服用温补药物的时候不能吃凉性食物,在服用清热药物的时候不能吃容易上火的东西等,这是因为性质相克,在服药期忌口有助于药物更好地发挥作用。

人群和慢病患者来说,过量摄入辛辣油腻的食物和甜品,一定会加重身体的失衡状态,对健康有害。

中医把食物分为酸苦甘辛咸五味,每一种适量摄入都是身体需要的,但不能过量,否则就会引来“五味所伤”——酸多伤脾、苦多伤肺、甘多伤胃、辛多伤肝、咸多伤心。

“啥东西少吃点都没问题,身体能代谢掉就可以。辣得直吐舌头,一天三顿光吃油炸食品……这是不行的。”医生说。

软饭、半流质膳食、流质膳食、清流质膳食,又是啥

看到这里,日常饮食原则您应该都清楚了吧?刚才医生说,正规医嘱里没有“清淡饮食”的说法,那么,正规医嘱对饮食是怎么要求的?听到医嘱后您知道该准备什么食物吗?咱们一起听听营养师的解读吧!

“对患者来说,除了治疗膳食,正规医嘱里的基本膳食多分为普通膳食、软饭、半流质膳食、流质膳食、清流质膳食几种。”医生说,普通膳食没什么特别之处,至于后面几种,存好下面这份图表,再碰到相关医嘱时,您就能照着做啦!

软饭

- 特点:易消化、便于咀嚼
- 可食用食物:软米饭、馒头、包子、饺子、馄饨、面条、粥等主食,做馅儿的蔬菜应该选含纤维较少的瓜类,米饭和面条要做得软而烂;鱼肉、兔肉或畜禽肉丸、肉末等肌纤维较短的肉类;蛋花汤、蒸蛋羹、荷包蛋等蛋类;胡萝卜、南瓜、冬瓜、花菜、土豆等粗硬纤维较少的蔬菜,注意切细煮软;豆浆、豆花、豆腐等豆类;果汁、去皮煮水果、熟香蕉等水果类;牛奶、酸奶等奶类
- 不宜用食物:煎炸食品等过于油腻的食物;芹菜、韭菜、竹笋类等多粗纤维的蔬菜,以及生萝卜、葱头、辣椒等;糙米、硬米饭、全麦制品、整粒豆子、整粒硬果等;咖喱粉、芥末等味道浓烈的调味品

(宣传科)

「电锤」也能治病

走近洛阳市中医院西工院区骨科,“啾啾啾”的声音不断治疗区门口传来,路过的病人好奇的往里面张望。原来是科室马幼奇医师正在为一名患有胫骨外上髁炎的病人使用冲击波治疗仪进行治疗。只见马幼奇医师正拿着一个类似小型电锤的仪器在为病人进行治疗,接受治疗的病人表情轻松,周围人都很好奇,大夫怎么拿着一个电锤给病人做治疗。电锤也能治病吗?

马幼奇医师解释道,这个仪器是科室最新引进的冲击波治疗仪,这个类似电锤的东西是这个机器的治疗探头。从这个探头中能发射出特定频率的冲击波,冲击波是一种通过振动、高速运动等方式,导致介质快速或极速压缩而聚集,产生能量的具有力学特性的声波。不同能量的脉冲作用于人体组织中,引起独特的生物物理效应,从而产生治疗效果。

冲击波治疗仪适用范围较广,在骨科方面主要适用于以下骨科疾患:骨关节炎及组织病者,如膝骨关节炎、成人股骨头坏死、骨折不愈合及骨不连等。慢性软组织损伤性疾病患者:如足底筋膜炎、股骨大转子疼痛综合征、胫骨外上髁炎、跟腱炎、肌腱炎等。其他骨骼肌内功能障碍患者:如卒中后,后肌痉挛、骨质疏松、肌肉拉伤等。此外,还可以在其他内科以及外科疾病当治疗效显著,如泌尿系结石,妇科疾患、性功能障碍,口腔疾患等等方面。

大家听完了马大夫的讲解,恍然大悟,原来骨科疾病的物理治疗不单单只局限于针灸、熏蒸、推拿、针刀等这些传统诊疗项目,还有这么一个简单有效的手段呀。

(西工院区骨科)



不忘初心 牢记使命 传承精华 守正创新

年 多 来 , 他 身 上 老 起 『 抓 疙 瘩 』

中医:皮肤过敏的病因非常复杂,这就是大部分患者久治不愈的原因

日前,58岁的陆先生来求助,他已经被一种疾病困扰3年多了。困扰他的是风疹,也就是民间俗称的“抓疙瘩”。“我看过很多次,吃了不少药,但都是治标不治本,中医效果咋样?”他来到了李文汇的诊室问道。

说症状:此起彼伏的“抓疙瘩”,让他不堪其扰

这次来医院时,陆先生的症状倒是没有发作。“吃了好长时间的抗过敏药,这才刚好了一点。”他说。

这3年多来,陆先生身上经常起“抓疙瘩”,胳膊上、腿上都是一团一团的丘疹,“一抓就有红印子”,但是如果一抓,剧烈的瘙痒又让他忍无可忍。

具体的发病诱因是什么?陆先生也说不清楚,他觉得身上的疙瘩总是“说起就起”。起初他不太在意,后来看过的医生都提醒他控制饮食,于是,最近1年来,他很少吃辛辣刺激的食物,也不喝酒,但作用不大。

说病因:他的病因是血热体质,皮肤受到风邪外侵

仔细给陆先生把脉、看舌象后,李文汇又问了他一起问题,比如症状是遇冷加重还是遇热加重?有没有其他躯体表现?

陆先生说:“我去看病的时候跟别的病友交流过,他们多是天冷的时候发作,我感觉自己天热的时候更容易起‘抓疙瘩’,而且我平时也比较怕热。”

李文汇说,像陆先生这样的患者,多为血热体质,皮肤受到风邪外侵,需要清热、驱风。他以桂枝汤、越婢汤为基础方,又加了一些驱风的药材,给陆先生开了个药方。

说调理:过敏的病因非常复杂,需要专业医生来判断、调理

在李文汇看来,大多数皮肤过敏患者久治不愈的原因,是过敏的病因太复杂了。“虽然多有风邪外侵的因素,但每个患者可能分别存在寒、热、湿、气虚等内因;或多种内因错杂的情况。”他说,这就要求专业医生来进行判断、调理。

比如,四肢不温,症状遇冷加重的皮肤过敏患者,多存在体寒,可以用麻黄桂枝各半汤加减;身体重浊、舌苔厚腻、不想吃饭的,湿气较重,可用麻杏苡甘汤加减;气虚引起的皮肤过敏,则需要患者服用玉屏风散、四物汤等进行调理。

那么,中医治疗皮肤过敏效果咋样?陆先生说他服药一周,目前症状还没出现,他还想继续吃一阵子。李文汇说:“对症的话效果还是不错的,有些虚寒体质的患者,治疗周期相对比较长。”

(宣传科)

肩关节镜下肩锁关节脱位复位内固定术



近日,50岁的魏大姐因骑电动车不慎摔倒后造成左肩关节疼痛,在家中休息后疼痛不缓解,活动时更是疼痛难忍,于是在家人陪同下来到洛阳市中医院西工院区骨科二科就诊,门诊拍片显示左侧肩锁关节脱位。经科内讨论并告知患者目前病情及治疗方案后,魏女士及家人要求行肩关节镜下左侧肩锁关节脱位复位内固定术,完善术前检查排除手术禁忌症后行关节镜手术治疗,术中仅用3个长度不到1cm的小切口便顺利完成了手术,肩锁关节脱位得到复位和牢固固定,术后患者肩关节疼痛明显减轻。

温馨提示:

- 1.受伤后一定要第一时间到医院明确病情,以便于及早发现病情,以免延误最佳治疗时机。
- 2.传统的肩锁关节脱位切开复位内固定术切口长、手术创伤大,术后恢复周期长,肩关节镜治疗肩锁关节脱位采取微创方法,切口小、创伤小,固定效果满意,术后恢复快。(西工院区骨科二病区)

静脉曲张怎么治疗



静脉曲张是指发生在小腿下部的慢性溃疡;又称老烂腿、裙边疮。相当于西医的小腿慢性溃疡。本病多继发于静脉曲张(下肢静脉曲张)。其临床特点是多发于小腿中下1/3交界处前内外侧,溃疡发生前患部长期皮肤瘙痒,粗糙,溃烂后疮口经久不愈或虽已经收口,但易因局部损伤而复发。发作时先痒后红肿,热痛,继而破溃形成创面;少数多年不愈的溃疡,创口呈菜花状时,多为癌变征象。

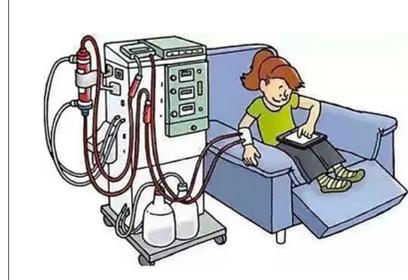
本病多因久立或负重运行,过度劳累,耗伤气血,中气下陷,以致下肢气血运行不畅,或形成恶脉气血瘀滞于肌肤,肌肤失养,复因损伤(蚊虫叮咬、湿疮、碰伤等),湿热之邪乘虚而入,发为疮疡,肌肤溃烂,经久不愈。

一、中医外治

初期:局部红肿,溃破渗液较多者,宜用洗药。可用马齿苋60g,黄柏20g,大青叶30g,煎水湿敷,日3~4次。局部红肿,渗液量少者,宜用金黄膏薄敷,日1次。亦可加少量九一丹撒布于疮面上,再盖金黄膏。

后期:久不收口,皮肤乌黑,疮口凹陷,疮面

血透病人日常生活注意事项



加重病情;三、劳逸结合,保证适度的活动以及充分的休息;四、根据医生制定的治疗方案,按时透析,按时服药,不能擅自更改透析时间和减少透析次数;五、长期血管内瘘的护理包括,内瘘侧肢体禁止测血压及静脉穿刺;禁止穿紧身裤的上衣,禁止持重物;经常检查内瘘是否通畅,如果感觉不到血管震颤或听不到血管杂音应该立即通知主管医生。内瘘开始使用时,要保持内瘘侧手臂的皮肤清洁。首次穿刺后护士会帮助透析患者压迫止血,止血带压迫10~15分钟后才可松开,观察五分钟确定无出血后方可离开。透析结束当日,穿刺部位避免接触到水。如果透析穿刺处发生血肿,可压迫止血并用冰袋冷敷,24小时后可热敷并涂喜辽妥消肿。内瘘侧肢体注意保暖,注意维持足够的血容量,在脱水量大、腹泻、低血压、高热时注意内瘘是否通畅。(西工院区肾病科)

一、避免过度劳累和精神紧张,保证充足的睡眠;冬天避免寒冷刺激,避免去人多的地方,防止感染;

二、控制高血压、高血脂、糖尿病、贫血等,以