

备孕——你不可不知的影响生育力的几个因素



正在备孕的你，是不是特别想了解一下有哪些因素会影响怀孕呢？也就是我们所说的生育力，是指女性能够产生卵母细胞及卵母细胞受精并孕育胎儿的能力，简言之，就是女性可以正常生育并成为母亲的潜力。

根据世界卫生组织(WHO)相关数据的预测，不孕症将成为继肿瘤及心脑血管疾病之后危害人类健康的第三大疾病。在发达国家有5%~8%的夫妇受到不孕症的影响，甚至在一些地区，不孕症发病率已经高达30%。全世界不孕症人数达到了5000万~8000万，而且每年以200万的数量在增长。大部分不孕症与生育力下降有关。那么女性生育力与哪些因素有关呢？

女性生育力的影响因素

影响女性生育力的因素有很多，但大致可以归纳为以下七点：

1. 年龄因素女性的卵子属于“不可再生资源”——从胎儿期开始，女性卵泡即开始不断退化闭锁，至出生时约剩余200万个，儿童期的卵泡继续

不断退化，至青春期约剩30万个卵泡。进入青春期后，每个月经周期都会有一批卵泡(3~11个)经过募集选择，其中一个成为优势卵泡最终发育成熟并成功排卵。其余卵泡则发育至一定阶段后通过细胞凋亡机制自行退化。

对于有限的卵泡，就好比“银行中的存款”会越变越少，到绝经后“存款”数量接近于零。有人会说：“每个周期减少10多个卵泡，而我有10万个卵泡，对我来说‘存款’足够用了”，事实并不是这样。女性一生中最多可排出400多个成熟卵子，女性卵巢的储备功能处于不断减退的状态，而35岁以后的女性，其储备功能将出现直线下降的趋势。所以，年龄相关的生育力下降是无法避免的，时间是生育的“生命线”。

2. 不良的生活习惯吸烟、酗酒、吸毒；长期熬夜或睡眠不足；情绪波动，如精神受到打击、过度忧虑等，这些都会影响卵巢功能并且导致生殖内分泌的紊乱，造成生育力下降及不孕症的发生。

3. 疾病因素生殖器官相关的占位性病变，如卵巢肿瘤、子宫肌瘤等，经手术切除病变的过程中可能造成相应生殖器官的创伤和组织破坏。另外，在一些疾病治疗过程中可能使用某些药物或射线造成卵巢储备功能的损害，如化疗药物、放疗的射线、免疫抑制剂等。

4. 感染尤其是性传播疾病，感染的破坏可以波及生殖道、性腺，如不洁的性生活、人工流产引起子宫内感染、输卵管炎造成输卵管粘连、子宫内感染、输卵管阻塞等；盆腔炎也可造成卵巢储备功能的下降。

5. 职业及环境因素长时间接触化学试剂，如塑料、油漆、化工原料的生产和销售环境暴露；不良环境暴露，如电离辐射、高压区域、变电站、放射设备；高温环境，如厨房、锅炉房等；久坐，如职业司机、工厂从业者；长时间接触噪声，如机床、船舶等行业从业人员。

6. 遗传性因素先天性性腺发育不良、卵巢早衰、生殖道畸形等。

7. 营养过剩及营养不良因素 如维生素D缺乏、叶酸缺乏、碘缺乏、过度肥胖及体重过低也会影响生育功能。女性过度肥胖可能出现排卵障碍，对促排卵药物反应不良，影响卵子质量及子宫内膜的功能。

了解这些影响女性生育力的因素后，建议在平时的生活中及工作中注意避免导致生育力下降的因素，如改善生活习惯，避免熬夜、吸烟等，避免接触化工原料、辐射等，注意合理膳食，均衡营养。

（李付凤）

8. 疾病因素生殖器官相关的占位性病变，如卵巢肿瘤、子宫肌瘤等，经手术切除病变的过程中可能造成相应生殖器官的创伤和组织破坏。另外，在一些疾病治疗过程中可能使用某些药物或射线造成卵巢储备功能的损害，如化疗药物、放疗的射线、免疫抑制剂等。

9. 感染尤其是性传播疾病，感染的破坏可以波及生殖道、性腺，如不洁的性生活、人工流产引起子宫内感染、输卵管炎造成输卵管粘连、子宫内感染、输卵管阻塞等；盆腔炎也可造成卵巢储备功能的下降。

10. 职业及环境因素长时间接触化学试剂，如塑料、油漆、化工原料的生产和销售环境暴露；不良环境暴露，如电离辐射、高压区域、变电站、放射设备；高温环境，如厨房、锅炉房等；久坐，如职业司机、工厂从业者；长时间接触噪声，如机床、船舶等行业从业人员。

11. 遗传性因素先天性性腺发育不良、卵巢早衰、生殖道畸形等。

12. 营养过剩及营养不良因素 如维生素D缺乏、叶酸缺乏、碘缺乏、过度肥胖及体重过低也会影响生育功能。女性过度肥胖可能出现排卵障碍，对促排卵药物反应不良，影响卵子质量及子宫内膜的功能。

了解这些影响女性生育力的因素后，建议在平时的生活中及工作中注意避免导致生育力下降的因素，如改善生活习惯，避免熬夜、吸烟等，避免接触化工原料、辐射等，注意合理膳食，均衡营养。

（李付凤）

新生儿低血糖，你重视了吗？

出生后不久的宝宝长时间嗜睡、不喝奶、多汗，是因为宝宝累了？还是因为包得太舒服了？也许是发生新生儿低血糖了！大多数新生儿低血糖无典型的临床症状，常常会被忽视，最终会引发脑损伤等严重后果。今天跟着沐医君一起来学习新生儿低血糖的相关知识及如何预防吧！

什么是新生儿低血糖？

新生儿低血糖是新生儿的血糖水平低于所需要的血糖浓度。我国新生儿低血糖的诊断标准为不论新生儿胎龄、日龄或出生体重多少，血糖值 < 2.2mmol/L 即可诊断为新生儿低血糖，但是在临床上血糖值 < 2.6mmol/L 就

糖主要表现为：精神反应不好，嗜睡、不易被唤醒，四肢松软、苍白或紫绀、哭声微弱或尖叫、惊厥、呼吸暂停、不吃、多汗等。

新生儿低血糖有哪些危害？

持续且严重的低血糖可对大脑的神经细胞造成不可逆的损害，可发生神经系统后遗症，如智力低下或反复惊厥发作。所以如果新生儿出现上述任何一项症状，都应及时就诊，积极治疗。

如何预防新生儿低血糖？

- 1. 尽早喂养：出生后能进食者尽早开始，一般在出生后0.5~1小时内开始哺乳，保证能量的供给。
- 2. 注意保暖：观察宝宝的体温情况，寒冷或低体温状态下可能加重低血糖。
- 3. 做好日常观察与护理：根据新生儿的精神状态、面色、哭声、呼吸、喂养以及大小便情况来早期识别是否出现新生儿低血糖。
- 4. 对易发生低血糖的新生儿出生后应监测血糖，尽早发现低血糖。

适当的应激反应有利于提高机体的适应能力，而过度或持久的应激反应可造成内环境紊乱，进一步加重机体的损害。所以沐医君提醒家长朋友们，宝宝发生低血糖切不可大意，应尽早就医。（乔玲）

新生儿低血糖有哪些常见表现？

新生儿低血糖多出现在生后数小时至一周内，容易被其他疾病所掩盖。新生儿低血

水化合物，致使血糖浓度升高，体内胰岛素浓度升高，导致人体储存更多的脂肪。

减肥初期，难以入眠，睡前要避免剧烈运动，避免饱腹入睡，睡前一小时不饮水。可以设定闹钟夜里10点准时关灯入睡，对自己要有心里暗示，听一些舒缓的音乐放松心情，喝一杯热牛奶有助睡眠。

适量运动

减肥要迈动腿。这里强调一个频次和运动量间的题。第一个是频次，每周要运动5次。第二个是运动量，每次30~45分钟中强度有氧运动。中强度有氧运动的心率=最大心率×60%~70%，最大心率一般用“220-年龄”这一公式来推算。

我们日常可以佩戴一款心率监测手环，用于运动时全程监测心率，结合手环统计的运动后相关参数及运动后恢复状态，便于我们在以后的运动中不断调整运动内容和运动时间，进而做到适量运动。（徐玲）

睡眠不足会导致身体新陈代谢紊乱，阻碍人体代谢碳

沭阳县人民医院 专家门诊时间

Table listing medical specialties and expert names: 神经内科 (Neurology), 心内科 (Internal Medicine), 肿瘤科 (Oncology), 血液病科 (Hematology), 消化内科 (Gastroenterology), 呼吸与危重症医学科 (Respiratory and Critical Care), 感染病科 (Infectious Disease), 儿科 (Pediatrics), 骨科 (Orthopedics), 普外科 (General Surgery), 肾内科 (Nephrology), 眼科 (Ophthalmology), 皮肤科 (Dermatology), 肿瘤介入科 (Tumor Intervention), 疼痛科 (Pain Management), 麻醉科 (Anesthesiology), 生殖医学科 (Reproductive Medicine), 内分泌科 (Endocrinology).

百年沐医

BAI NIAN SHU YI



2021年9月第9期 总第214期 (内部资料 免费赠阅)

省疫情防控督察组 莅临我院督导疫情防控工作



左起：市卫健委副主任、市疾控中心主任倪川，连云港市政府秘书长马东，沭阳县人民医院院长、党委书记周业庭，副县长范以环。

9月28日，由连云港市政府副秘书长马东带队的江苏省新冠肺炎疫情防控督察组一行六人，在副县长范以环、县卫健局局长袁委委员、疾控中心主任王兆成的陪同下，莅临我院督查疫情防控措施落实情况。院长、党委书记周业庭、副院长王光胜等陪同检查。

督察组一行深入医院入口、预检分诊处、住院部、发热门诊等环节详细检查了我院疫情防控工作的开展情况。周业庭院长汇报了院疫情防控的系列举措和取得的成效。

我院感染楼独立设置、远离常规诊疗区域，发热门诊布局符合最新国家规范要求，也是全市唯一一家江苏省首批“示范发热门诊”，能够做到“预检、诊疗、检测检验、取药、CT检查、留观”闭环管理。医院严

县人大代表视察我院发热门诊规范化建设工作



9月8日，县人大常委会副主任朱少健一行莅临我院，视察发热门诊规范化建设及加强基层医疗服务能力建设。我院党委书记、院长周业庭等领导陪同检查。朱少健一行来到感染科发热门诊，详

细了解了医务人员防护和核酸检测工作开展情况。周业庭汇报了院在疫情防控中一系列重要举措。

感染科主任陈民向调研组人员详细汇报了感染科发热门诊标准规范化的设置。目前，发热门诊及留观区都有完善的工作制度、防护指引、就诊流程，严格遵守操作规程及消毒隔离制度，有专职感控督导员和全诊区视频监控。

朱少健一行对我院奋战在一线的广大医务人员表示感谢与慰问。朱少健表示，在抗击新冠肺炎疫情的大战中考中，全县广大医务人员工作者为最美的逆行者，为全县乃至全市筑实筑牢疫情防控“铜墙铁壁”作出了重要贡献。（文/徐婷婷）

我院正式启动附属医院复评工作

8月25日下午，我院召开徐州医科大学附属医院复评工作领导小组(扩大)会议，正式启动附属医院复评工作。会议由领导小组办公室主任孙业春主持，复评工作领导小组全体成员参加了此次会议。

复评工作领导小组副组长、副院长长乙军对参会人员进行了复评工作辅导及部署工作分工。最后，周业庭院长表示，全院职工思想统一、目标明确、坚定信心、扎实苦干、敢于创新、附属医院复评工作一定能取得优异成绩，创建三甲医院的目标就一定能实现！（文/朱婷婷 图/徐婷婷）



我院与塘沟镇谢河村举行 组织互联共建结对仪式暨“我为群众办实事”义诊活动



为庆祝中国共产党成立100周年，充分发挥“两优一先”示范引领作用，持续推进基层党建质量提升，以实际行动践行“我为群众办实事”。9月18日上午，沭阳县人民医院在塘沟镇谢河村开展组织互联共建结对仪式暨“我为群众办实事”义诊活动。

塘沟镇党委书记孙浩首先对周业庭书记一行的到来表示热烈欢迎，并介绍了谢河村的基

本情况，孙浩说：“谢河村共有585户、2340人，其中建档立卡低收入户167户、583户(一般贫困户111户、449人，低保户54户、132人，五保户3户)，目前有重度残疾人25人。同时拥有6个党小组、92名党员的谢河村也是一个有活力、有潜力的村居，班子有号召力、凝聚力和战斗力，百姓也都全力支持、配合工作，通过举行组织互联共建结对仪式，传递党的温暖和关怀，希

望村干部能提高站位，携手县人民医院，持续大力推进“学党史、我为群众办实事”守护健康、脱贫攻坚小康”活动的开展，办好民生实事，践行健康中国战略，防范特殊群体因病返贫。

我院党委现有党员316名，下设8个党支部、20个党小组。近年来，医院始终坚持“围绕发展抓党建、抓好党建促发展”的工作思路，将党建工作与院情、科情相结合，医院党委不断选优配强支部领导班子，鼓励优秀职工积极向党组织靠拢。医院党委不断选优配强，坚持把技术骨干培养成党员，把党员培养成技术骨干，把党员、技术骨干培养成专家型管理者。各支部负责人既是党务工作骨干又是科室管理和业务工作能手，在支部任职的党员干部，参与科室的管理工作，促进党建与业务工作深度融合。

近3年共发展正式党员23名，预备党员44名，培养入党积极分子45名。医院先后获得江苏省抗击新冠肺炎疫情先进集体、市先进基层党组织、省、市文明单位、党建工作示范单位等荣誉称号。

周业庭和孙浩共同为“组织互联共建单位”揭牌，院党委副书记朱宝林向谢河村支部党员活动室捐赠党史学习书籍200册和支部建设专项资金5万元。孙浩代表镇党委为周业庭颁发“党建工作指导员”聘书，院党委与谢河村党支部正式确立共建关系。随后，周业庭以《党的历史是丰富生动的教科书》为题，从为什么要学习党的历史、从党的历史中学习什么和学习党的历史达到什么目的三个方面，为全体党员讲授了一堂生动的党史学习教育专题党课。

医院正式启动“守护健康、脱贫攻坚小康”暖心行动，为具有塘沟镇谢河村户口的建国前老党员、重度残疾人、建档立卡特困人员设立为期三年(2021年9月20日-2024年9月19日)的专项“健康救助基金”50万元(救助基金来源于党员干部和职工捐款、医院集体捐赠和爱心企业捐款)，为在我院接受治疗且符合条件的患者实施健康扶贫，在医保报销和民政救助后个人负担部分基金再救助80%，每人每年最高补助5万元。同时医院还为建档立卡低收入家庭劳动力提供就业机会，并依托名医工作室和合作医院优质医疗服务，提供便捷、优质、安全的“绿色通道”服务。周业庭一行专家还为近200名村民举行义诊活动，以实际行动让人民群众感受到来自党的深切关怀和问候，真正做到为群众办实事。（文/邱添 图/张强）



沭阳县人民医院 沭阳县人民医院 微信服务号 微信订阅号

本版编辑：张强

莫让“秋膘”贴上身



改善饮食

1. 关于碳水的摄入

要管住嘴，做到低热量饮食。我们可以把一顿饭大致的分为三个部分，包括碳水、蛋白质、蔬菜。减脂期间，要力争做到三部分的比例为1:1:1。举个例子：100g体重的人，一顿可以吃100g的馒头，100g的鸡胸肉，100g的蔬菜。当然在高脂膳食纤维的蔬菜，即有饱腹感又有营养，非常NICE。

2. 关于油脂的摄入

中国居民膳食指南(2016)中提到，建议成人每天烹调油25—30克。对于减肥的人来说，可以食用橄榄油来烹饪或者两餐之间加餐的时候食用坚果来补充每日必须的优质油脂。

3. 关于蛋白质的摄入

做到高蛋白饮食。蛋白质对于减肥的重要性不言而喻，它有缓解水肿，增加饱腹感，帮助脂肪燃烧，促进肌肉生长等功能。高蛋白饮食是指日常饮食中，摄入的食品中含蛋白质较多。在日常的膳食中，还是以碳水化合物为主要能源，

患者至上 我院举行 PCCM 咳喘药学服务能力提升项目线上认证会



2021年9月1日,我院药学部参加由中国药学会、中国医师协会呼吸医师分会和中华医学会呼吸病学分会组织的 PCCM 咳喘药学服务门诊项目线上评审认证会。根据《关于加强药事管理转变药学服务模式的通知》、《咳喘药学服务评估专家指导意见》文

件要求,推进药学服务转型,重点加强药学专业技术服务,以咳喘药学服务门诊建设为依托,加大培训宣传,规范吸入治疗,保障患者的用药安全。副院长王光胜从医院概况、药学部简介、呼吸与危重症医学科等方面做致辞,随后评审专家

志愿服务,沐医在行动!



为推进党史学习教育走深、走实,扎实开展好“我为群众办实事”实践活动,沐阳县人民医院团委积极开展“新时代文明实践”青年志愿服务,来自全院五个团支部的阳光青年队、梦之队、金蚂蚁队、先锋队、春暖队共计 50 多位志愿者参与服务之中。

主题的急救课,志愿者副主任护士李丽现场演示和指导了烫伤、跌倒、气管异物、鼻出血等幼儿突发症状的急救处理方法,结合临床案例生动形象地进行相关知识讲解。过程中,老师和家长们积极参与,实践操作有模有样,气氛十分活跃。通过此次急救知识培训活动,进一步提升了幼儿教师和家长们处理幼儿突发症状的救护能力。

旧貌换新颜 超声医学科设备服务再升级

为进一步提升改善就诊环境,优化就诊流程,提升患者满意度,经过升级改造的沭阳县人民医院超声医学科正式投入使用。院政办、财务处、总务处、信息科、手术室等科室为升级改造的超声医学科送去了充满寓意的鲜花绿植。



常规开展特色检查项目有:新生儿颅脑超声检查、早孕胎儿 NT 检查和孕中期胎儿系统筛查、超声造影检查、四肢关节及神经超声检查、经食道超声心动图检查、幼儿腕关节发育不良超声检查、肺部超声、经腹部对胃肠疾病地进行科学合理的规划,共改造 19 间检查室,同时设备的升级和更新,使得超声医学科在同城领域无出其右。开放的服务台、宽敞的检查室,诊室内的每一处细节,都充分体现了医



中秋快乐 一轮明月千里共 一声祝福遥相送 心系老干部 节前关怀暖人心 沐医之家 为爱护航 最佳穿着——“秋冻” 最佳放松——按摩

中秋快乐 一轮明月千里共 一声祝福遥相送



又到了一年一度的中秋佳节,医院为每位患者和值班人员都送上一份月饼和中秋佳节的祝福。亲切的问候、真

诚的祝愿、人文的关怀让大家深深感受到了沐医大家庭的关爱和温暖。中秋节,是与家人团聚、共享天伦之乐的日子,但沐医大家庭的医护人员们选择了坚守岗位,这种坚守也是一种责任,只因这一份责任,他们把更多的时间给了病人、给了医院。

心,不断提高技术及服务的同时,更加注重“沐医家文化”的建设工作,从细节上体贴患者,从微小处关心职工,更好的为职工排忧解难。为广大患者的身体健康保驾护航。(文/邱添 宁紫巍 图/徐婷婷)

“一场秋雨一场寒”,秋高气爽,天干物燥。此时,养生应顺应“秋冬养阴”。符合节气特点,才能保证旺盛的精力与活力。精神养生。秋季精神养生应“使志安宁,以缓秋刑,收敛神气,使秋气平,无外其志,使肺气清”。即以一颗平常心看待自然的变化。

起居养生。秋季应早睡早起。早睡以顺应阴精之收藏,早起以顺应阳气的舒展。秋季,最好晚上 9 点入睡,早上五六点起床,以顺应“收养”之道。

运动养生。金秋时分,自然环境处于“收”的阶段,阴精阳气需要收敛内养,是运动养生的好时节。想有良好的锻炼效果,必须注意“形劳而不倦”,循序渐进,量力而行,运动量应以微汗为宜。

饮食养生。秋季饮食宜多吃些滋阴润燥的食物,如银耳、甘蔗、梨、藕、菠菜、乌骨鸡、豆浆、鸭蛋、蜂蜜等。

最佳蔬菜——莲藕。“荷莲一身宝,秋藕最补人”。秋令之时,正是鲜藕上市的季节。吃莲藕时,搭配白木耳可以滋补肺阴,搭配黑木耳滋补肾阴。

最佳水果——梨。秋季空气干燥,水分较少。而秋梨鲜嫩多汁,含有 85% 的水分,酸甜适口,含有丰富的维生素和钙、磷、铁、碘等微量元素等,被称为“天然矿泉水”,自古尊为“百果之宗”。

最佳肉类——鸭肉。秋季是鸭子最肥壮的季节,更重要的是,鸭子是凉性食品,具有滋阴养胃、利水消肿的功效,可防秋燥。

最佳饮品——茶。萝卜养生茶。此茶能清肺化痰止咳,还可加少许食盐调味,起到清肺消炎的作用。

最佳药物——“滋润”。秋季养补的基本原则以滋润为主,辅以补养气血。常用药物有西洋参、冬虫夏草、山药、芡实、麦冬、百合等。

最佳穿着——“秋冻”。“白露身不露,寒露脚不露”,即随着天冷逐渐增添衣物,但添衣勿太多太快。“秋冻”,意思是秋天穿厚衣服要晚些,多经受寒冷的刺激,从而增强机体抵抗力。

最佳放松——按摩。适量按摩可以放松躯体,促进血液循环,增强免疫力。

多中心线上讨论 合力解决助孕难题



近日,我院生殖医学中心联合江苏省人民医院生殖医学中心、南京医科大学第二附属医院生殖医学中心及苏州大学第一附属医院生殖医学中心开展了线上病例讨论会,整个讨论会持续了三个小时,主要是针对辅助助孕过程中遇到的疑点、难点进行了详细讨论。

开展病例讨论前,江苏省人民医院生殖医学中心孟艳主任首先对体外受精-胚胎移植(即“试管婴儿”技术)的促排排卵方案进行经验分享。

会上,各位专家针对上述问题进行了热烈讨论——这些棘手的问题并不是个别现象,而是所有生殖医学中心在助孕过程中都遇到过的难题。通过本次的线上讨论、宝贵经验的分享,彼此拓宽

了这些助孕过程的疑点和难点的处理思路,在助孕成功率等方面也更有信心,相信在今后的助孕过程中会更加顺利,继续为周边地区人民群众提供生殖健康保障。

我院生殖医学中心第一例“试管婴儿”——一对可爱的男宝已于 7 月 31 日出生。据统计,我院生殖医学中心已对近百对夫妇实施了体外受精-胚胎移植技术助孕,新鲜胚胎移植成功率近 60%,冷冻胚胎移植成功率近 50%。生殖医学中心全体医务人员以不断进取、精益求精的工作态度和扎实过硬的助孕技术全心全意为人民服务,为沐阳及周边地区广大群众的“天伦之乐”保驾护航!(文/李付凤 图/徐婷婷)



超声引导 精准治疗 七旬老人下肢过电样火辣疼痛,寢食难安是何原因?



家住沐城街道某小区的 72 岁的庄奶奶,一个月前得了带状疱疹,虽然在治疗后疱疹消失,却也留下了后遗症神经痛。被这病折磨得寢食难安一月余,四处求医,未见好转。

庄奶奶就近入住城区某医院,诊断为腰椎间盘突出进行治疗,疼痛没有丝毫缓解。家人听闻邻居诉说过类似病症,曾就诊于沭阳县人民医院疼痛科,得到了很好的疗效,庄奶奶慕名来到我院疼痛科就诊。

疼痛科石教授副主任接诊了庄奶奶,听完病情介绍,凭借多年的疼痛治疗经验,石主任当即诊断为带状疱疹

治疗后患者疼痛逐渐好转。经过精准神经阻滞联合皮下三氧注射治疗三次后,庄奶奶左下肢过电样火辣疼痛基本消失,饮食、睡眠完全恢复正常。

在医护人员的精心治疗下,庄奶奶已康复出院。出院时,老人及其家属特意将一面写有“华佗再世,妙手回春”的锦旗送到疼痛科科主任手中,感激地说:“谢谢石主任!没有你们,我将一直会被疼痛折磨,丧失生活的勇气。”

石主任说:“随着年龄的增加,老年人身体往往缺乏锻炼,机体免疫功能也会逐渐减弱,带状疱疹病毒会乘机而入,老年人带状疱疹的特点为:皮肤损害严重,疼痛剧烈,病程长,后遗症神经者多见。一旦侵犯神经造成病理性神经损伤,疼痛感会让人寢食难安,痛不欲生。老年患者如果出现病理性神经痛,一定要尽早就诊及术前前往疼痛科治疗。(石教授)

29 年前的一个电话号码 重燃我独立行走的希望

“太有缘了啊!看到谭院长,让我对自己的病情重新燃起了希望”来自山东淄博的李女士激动的说着。据了解,李女士的腰椎从今年 4 月份开始,没有明显诱因的出现腰背部疼痛,下肢活动受限、麻木;5 个多月以来,李女士辗转多家医院治疗,疼痛均没有得到缓解。

就在她迷茫无助时,偶然的一次机会,李女士的爱人王先生在抖音上刷到了沭阳县人民医院副院长兼介入科主任谭建平;王先生依稀记得,20 多年前,他的母亲也是谭建平治好的,当时,谭建平还在山东某医院上班。一张泛黄的通讯录、一个储存 20 年的号码,让他们重新看到了希望!

他们起了个大早,早上 6 点钟就出发来到沭阳。接诊的谭建平对患者李女士的身体状况进行了详细、全面的检查;李女士胸 11/12 腰 1/2 椎体感觉到剧烈的背痛,无法直立。入院后 MRI 检查提示:T12、L1 椎体呈压缩性骨折,腰背部大面积肌膜炎;入院时,李女士活动一下,就会浑身抽筋,肌肉痉挛,疼痛难忍,已

无法正常行走。通过制定了详尽的治疗方案后,决定采用:胸 12、腰 1 压缩性骨折成形术治疗椎体骨折,腰背部多点多次注射三氧治疗肌膜炎。椎体成形术又称经皮穿刺椎体成形术,属于微创手术,是通过向病变椎体内注入骨水泥或人工骨达到强化椎体的技术。能够立竿见影地缓解疼痛,改善患者的活动能力,也能够减少各

科内科并发症的出现。经过 4 天治疗李女士就

能够独立下床行走,15 天后,患者痊愈出院,精神状态很好,目前正处于康复阶段。

李女士高兴的告诉笔者,“来了也就几天,病症就好了很多,之前一直就查治不好,到了这里,就给查的清清楚楚的,谭建平院长是采用病灶处直接给药,效果特别好!”

谭建平说:“20 多年来,我一直没有换过号码,24 小时为患者开机,即使很多电话运营商给我推荐新的号码,但是,我从未不接,希望当患者哪一天需要我时,时刻都能联系到我!”(文/图 孙沛达 徐婷婷)

时间就是生命 彰显沐医速度 多学科会诊成功救治一例胸腹部闭合伤合并出血性休克患者

近日,沭阳县人民医院急诊科与普外科、胸外科通力协作,与时间赛跑,成功抢救一名胸腹部闭合伤合并出血性休克患者。目前,患者已经能下床活动,正在康复中。

8 月 27 日 8 点 50 分,伴随着一阵急促的 120 救护车的声音,王某因被叉车撞伤半小时后被送入至我院抢救室,急诊外科值班医师桑昕接诊病人,患者表现有胸腹部剧烈疼痛,大量出汗,面色苍白,左侧胸腹部压痛,桑医生立即予以快速静脉补液。

09:04 分,紧急查胸腹部 CT 示:脾破裂,多发肋骨骨折,复测患者血压为 70/41mmHg,急诊科王司伟主任及陆慧护士立即组织抢救,给患者予以大量补液,同步进行备血、输血抗休克治疗,并紧急组织了多学科会诊,由王司伟主任主持,普外科徐本文主任及胸外科汤井双主任共同讨论,由于患者目前脾脏破裂,腹腔大量出血,出血性休克,在短时间内必须立即止血,否则病情会急剧加重,甚至死亡,

转危为安,术后生命体征平稳,安全返回病房,现在患者已经能够下床活动,正在康复中。

患者从入院开始检查抢救、会诊,进入手术室仅耗时 40 分钟,为挽救病人生命赢得了宝贵的时间,充分体现了沭阳县人民医院急救团队在抢救危重患者时的快速、有序、合作、高效的救治水平,确保患者得到了最优质的医疗保障,充分体现了时间就是生命,彰显沐医速度。(桑昕)

