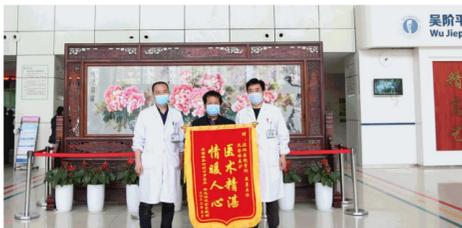


# 96岁老兵：“谢谢你们，让我重新站起来！”



日前,我院关节外科成功为一位96岁的解放战争老兵实施了人工股骨头置换手术,术后老人恢复良好,不需要太多帮助就能在助行器辅助下自如活动。

## 96岁老兵不慎摔倒 致股骨颈骨折

“爷爷真棒!”近日,我院关节外科病房里传来阵阵掌声,一位老爷爷在家人的搀扶下站了起来。躺在病床上休息时,老人感慨地说:“还以为再也下不了地,没想到术后第三天就可以下地行走了!”

徐爷爷是一位老兵,曾为新中国的解放立下汗马功劳,解放后兢兢业业在公安系统奉献了几十年。前些日子,老人不慎在家中摔倒后右侧大腿疼痛难忍,活动受限,慕名来到我院关节外科就诊。经检查被诊断为:股骨颈骨折。

据介绍,对于股骨颈骨折现代

医学一般采用手术治疗,从而降低患者疼痛,减少并发症,降低患者致残率和死亡率,这是解决痛苦、保障安全的最佳办法。

“老人家年事已高,身体储备力低,康复能力弱,心肺功能差,还存在创伤性精神障碍,难以配合进行常规操作,手术难度和风险都很大!”关节外科主任、副主任医师吴勇介绍。

经过充分沟通,患者及家属最终选择了手术治疗。在了解到术后第三天就能在助行器辅助下自如活动。目前已康复出院。

“医护拥军爱民,大医造福一方。”近日,老人家属送来四面锦旗表达他们对医护人员的感激之情。

“感谢沐阳医院的医护人员,没想到我父亲年龄这么大,还能重新站起来!”

定了详细的诊疗计划和手术方案。接到手术申请后,手术室立即安排拥有丰富骨科手术经验的专科护士精心准备,反复演示术中场景,术前仔细核查,提前准备各种手术物品,为在短时间内顺利完成手术赢得了宝贵时间。

为确保术中万无一失,麻醉科执行主任、主任医师汪涛亲自主导麻醉,术中全程密切观察患者血压、心率、脉氧、呼吸等,不放过任何蛛丝马迹。

面对这样的高风险手术,吴勇带领关节外科团队,严谨细致地实施着手术的每个操作。凭着娴熟的手法、精湛的技术和团队间的紧密协作,仅用了40分钟,便顺利完成了手术。

术后,关节外科医护人员精心照料,还耐心细致地鼓励和指导徐爷爷开展快速康复,进行下肢功能锻炼……在大家的共同努力下,徐爷爷的病情一天天好转,术后第三天就能在助行器辅助下自如活动。目前已康复出院。

“感谢沐阳医院的医护人员,没想到我父亲年龄这么大,还能重新站起来!”

(文/庄怀伟 图/徐婷婷)



近日,在第111个国际护士节来临之际,院党委副书记、常务副院长朱宝林,副院长王光胜一行到集中隔离医学观察点和隔离病房护理人员送去鲜花和牛奶等慰问品。

## 图片 NEWS

### 我们的节日

——“5.12”国际护士节活动掠影

白衣素雅,行无所息, 坚守一线,披星戴月, 勇敢逆行,风雨无阻, 科普公益,踊跃创新。

感谢你们, 用生命守护生命! 国际护士节 致敬,每一位护理工作者的!



# 医保卡就诊,门(急)诊医保范围内药品、检查、治疗和诊察费可现场报销。凭

总编 周业庭  
责编 汪思艳  
张强  
徐婷婷  
版式 孙亚东

# 百年沐医

BAI NIAN SHU YI



2022年5月 第5期 总第222期 (内部资料 免费赠阅)

## 感恩有你 护佑健康 我院举行庆祝“5.12”国际护士节暨表彰大会



为纪念第111个“5.12国际护士节”,弘扬南丁格尔无私奉献、救死扶伤的人道主义精神,不断增强职业荣誉感和神圣使命感。5月12日下午,我院

举行庆祝“5.12”国际护士节暨表彰大会,隆重表彰在护理岗位上作出突出贡献的先进集体和个人。会议在诗朗诵、手指舞等文艺节目中拉开序幕。诗朗诵《疫去春来,感恩有你》再现了广大护理工作者的白衣执甲、逆行出征,在抗疫一线冲锋陷阵的场景,引得与会人员感动落泪;实际护士带来的手指舞《和你一样》,充分展现了我院带教老师在教学实践中以身作则、言传身教的工作作风。铿锵有力的朗诵、整齐划一的动作,诠释的是护佑人民生命健康的真心。

会上,党委书记、院长周业庭代表院党政领导班子,向全院近600名护理工作同仁致以节日的问候和美好的祝福。“三分治疗,七分护理”,优质的护理服务是医务工作的优质保障。他高度肯定了护理职业的崇高性和重要性,尤其是在这

## 白衣执甲“疫”往无前 致敬投身抗疫一线的护理白衣天使



2022年5月12日是第111个国际护士节,今年我国护士节的主题是“关爱护士队伍,护佑人民健康”。

新冠肺炎疫情发生以来,作为沐阳县疫情防控的主力军,我院的白衣天使挺身而出,无论是驰援南京、扬州、宿迁,还是深入社区采集核酸样本,抑或是留守在院内的预检分诊、发热门诊、隔离病房……哪里需要去哪里,护理人员忙碌的身影穿梭在疫情防控的每一个岗位、每一个环节。在这场没有硝烟的“战”疫中,她们用行

刻,每个人都在以自己的方式,为打赢这场战役无私奉献着。据介绍,我院共有护理人员539人,仅今年以来,共抽调883人次参加全县全员核酸检测工作,抽调75人次支援宿迁洋河新区、湖滨新区,抽调26人前往隔离点、市传染病医院工作,完成核酸采样近80万人次。截至目前,累计调配护理人员20余批次,共计1000余人次。

“在抗疫过程中,最令我难忘的是我们护理队伍中的00后,不惧风雨、勇挑重担,主动报名出征,在炎热的季节里,在艰苦环境中进行核酸采样工作,每一滴汗水,都凝聚着他们的努力。”护理部主任胡小艳表示,这些年轻的护士在工作中不忘初心,满怀热情;在平凡护理工作中精益求精,从严要求自己,低调做人,高调做事,用螺丝钉的工匠精神激励自己,做好每一项护理工作。

没有人生来就是英雄,总有人用平凡成就伟大。感谢白衣天使们,在烈日下奋战“疫”线的坚守,在病房里无怨无悔地付出,对每一个生命全力以赴的守护。(文/司艳 韩敏 图/徐婷婷)

目,邀请6位省级护理专家担任评委。参赛选手需对设定的临床案例进行分析,并在规定时间内完成各项护理操作,由评委按照操作质量标准及评分细则进行打分。经过7个小时激烈的技能比拼,最终祁玉莲、冯路均荣获三等奖。本次比赛,不仅展示了我院护理人员的娴熟技能、应变能力及良好的心理素质,更展现了她们积极进取的精神风貌。我院将以此次获奖为契机,将荣誉化为工作的动力,不断提升护理人员老年患者上的专业性护理技能,为推动全市老年医学、老年护理学的蓬勃发展贡献力量。(陈伟)



(文/陈伟 图/张强)



# 拿什么拯救你? 我的腰椎间盘突出!



为了更精准有效地为全县人民提供专业、科学的健康指导服务,沐阳医院和沐阳融媒体中心在调频 98.5《开心有方向》开设全民健康养生类专题节目“健康指南”。本期邀请到沐阳医院骨科主任医师张成亮,和大家聊一聊腰椎间盘突出等相关知识。

腰椎间盘突出症是临床上的常见病和多发病,是腰腿痛最常见的原因之一,发病率每年为1-2%,自然人群一生中60-80%有过腰痛。

据统计,腰痛在轻体力劳动者中发生率为53%,重体力劳动者为64%,大多数患者发病2-3周内疼痛减轻或消失,患有腰痛的患者大约35%将会发展为椎间盘突出。椎间盘突出症多发于青壮年,发病后患者非常痛苦,严重者可出现下肢瘫痪,对患者的生活、工作和劳动造成很大影响。

**一、什么是腰椎间盘突出?**  
椎间盘突出位于两块椎骨之间,就像一块圆圆的软垫,厚约9mm,这个垫子可以避免两块椎骨直接碰撞和摩擦,起到连接、稳定、增加活动及缓冲震荡

3. 腹压增加:如剧烈的咳嗽、便秘时用力排便等。
4. 腰部外伤:可能使已退变的椎间盘突出。
5. 职业因素:如汽车驾驶员长期处于坐位和颠簸状态;长时间站立,如教师。
6. 过度肥胖:使腰椎长期处于高负荷状态。
7. 环境因素:腰部受寒冷刺激,腰部肌肉痉挛,小血管收缩,影响局部血液供应,使椎间盘营养障碍,加重椎间盘的负担,而致髓核突出。

**四、腰椎间盘突出发病年龄限制吗?**  
腰椎间盘突出症常见的症状多种多样,每个人的临床表现都不同。腰痛是大多数患者最初出现的症状,发生率约91%,多数人先有腰痛后有腿痛。常见的有腰痛和/或一侧下肢放射痛(坐骨神经痛);有的行走后下肢疼痛、麻木,休息后疼痛缓解或消失(间歇性跛行);也有的人出现下肢麻木、发凉、无力……

**二、椎间盘突出是从什么时候开始的?**  
随着年龄的增长,一般认为在20岁以后,椎间盘就开始发生退变,含水量随之减少,椎间盘变薄,其弹性和张力都会减退,抗负荷的能力降低。日常生活中椎间盘反复承受挤压、屈曲和扭转等负荷,容易在椎间盘突出应力作用最大的地方发生突出。

**三、腰椎间盘突出的发病诱因有哪些?**  
1. 长期姿势不当:比如说错误的坐姿,经常驼背坐桌、半躺半坐。  
2. 过度负重:长期从事重体力活动,如举重运动员。

**五、腰椎间盘突出的发病诱因有哪些?**  
1. 长期姿势不当:比如说错误的坐姿,经常驼背坐桌、半躺半坐。  
2. 过度负重:长期从事重体力活动,如举重运动员。

## 健康中国 营养先行 我院开展全民营养周暨学生营养日系列活动



**“全民营养周”活动走进社区**  
5月17日,我院临床营养科联合相关科室先后走进社区、学校,开展2022年全民营养周暨“5·20”中国学生营养日主题宣传活动。本次活动以《中国居民膳

食指南(2022)》《预包装食品营养标签通则》《餐饮服务食品安全操作规范》等为核心载体,用听得到、听得懂、听得进的方式,重点宣传合理膳食对于增强免疫力和预防疾病的重要意义,培育健康烹饪意识和习惯,树立健康饮食新风。

本次活动受益人数达300余人,累计发放健康宣传资料200余份,充分调动了居民参与活动的积极性,在普及健康与营养常识的同时,进一步推动居民营养健康、身心健康水平均衡发展。

**营养知识讲座走进学校**  
为广泛、深入宣传学生时

期注重营养的重要性,大力普及营养知识,5月18日下午,我院临床营养科走进外国语小学,开展“知食就是力量”主题食育教育普及活动。临床营养科副主任乙飞船围绕“知营养 会运动 防肥胖 促健康”的宣传主题与同学们进行互动,引导他们从现在开始,从我做起,增强健康意识,树立健康的生活饮食方式,同时现场回答了同学们关于营养健康的问题。

活动现场反应热烈,同学们积极参与,踊跃发言,踊跃参加,整个活动在愉快、活跃的氛围中圆满结束。



## 科学减肥 拒绝负“重”前行

2020年,我国居民营养与慢性病状况报告,18岁以上成人超重率和肥胖率分别为34.3%、16.4%,换句话说每两个成年人里面就有一个体重是超标的。医学界已把肥胖与高血压、高血脂、糖尿病、冠心病、脑卒中并称为死亡五重奏。世界卫生组织(WHO)宣布,肥胖将是全球首要的健康问题。

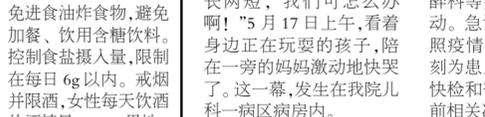
**1、如何判断体重是否超标?**  
简单方法: 一算体重指数(BMI); BMI = 体重(kg)/身高(m)<sup>2</sup>。 BMI 在 18.5~23.9kg/m<sup>2</sup>,表示体重正常; BMI 在 24~27.9kg/m<sup>2</sup>,表示超重; BMI ≥ 28kg/m<sup>2</sup>,表示肥胖。

**二、如何预防及自我保健?**  
1. 腰椎间突出症的预防措施: 腰椎间盘突出症的预防工作应从学校、工作和家庭开始,使每一个人了解正常的脊柱生理,正确的劳动姿势,注意劳动保护,避免加速腰椎间盘退变的损伤。

**2. 如何减重?**  
限制热量的摄入及增加热量的消耗,是预防及治疗超重/肥胖的首选方法。  
(1)合理的减重膳食:应在膳食营养素平衡的基础上减少每日摄入的总热量;肥胖男性能量摄入量建议为500~1800kcal/d;肥胖女性建议为1200~1500kcal/d,或在目前能量摄入水平基础上减少500~700kcal/d,避免进食油炸食物,避免加餐、饮用含糖饮料,控制食盐摄入量,限制在每日6g以内。戒烟并限酒,女性每天饮酒的酒精量<15g,男性<25g,每周不超过2次。15g酒精相当于350ml啤酒,150ml葡萄酒或45ml蒸馏酒。  
(2)运动锻炼:建议中等强度的运动(50%~70%最大心率,运动时有点用力,心跳和呼吸加快但不急促),每周运动150分钟以上,每周运动3-5天。  
(3)药物治疗:遵医嘱服药,建议药物治疗几个月后对疗效进行评价。如果体重下降在非糖尿病患者>5%,在糖尿病患者>3%,可被视为有效,继续药物治疗。而无效患者则停药,并对整体治疗方案重新评估。(宁紫巍)



**张成亮**  
主任医师、院长助理  
大外科主任、骨科主任  
江苏省“333高层次人才培养工程”第三层次培养对象、宿迁市“千名拔尖人才培养工程”第二层次培养对象、宿迁市“十三五”医学重点人才。



**张成亮**  
主任医师、院长助理  
大外科主任、骨科主任  
江苏省“333高层次人才培养工程”第三层次培养对象、宿迁市“千名拔尖人才培养工程”第二层次培养对象、宿迁市“十三五”医学重点人才。

# 一场扣人心弦的“子宫保卫战”

近日,随着我院手术室里传来一阵清脆嘹亮的哭声,一个小生命经历重重波折,终于平安诞生。孩子母亲宋女士孕期先后遭遇宫颈机能不全、凶险性前置胎盘植入,在产科、介入科、新生儿科、麻醉科等科室联合救治下,闯过重重难关,完成了一场扣人心弦的“子宫保卫战”。

出院前,宋女士的丈夫特地将一面锦旗送到产科主任、副主任医师季印华手中,感激之情溢于言表,一个劲地表示道谢:“谢谢季主任!谢谢所有的医护人员!”

**宫颈机能不全 前置胎盘伴植入 生产时随时会大出血**  
2020年,宋女士怀第一胎时遭遇宫颈机能不全,有随时流产的风险。季印华为其行紧急宫颈环扎术,保障母婴安全,后经剖宫产诞下一个女宝宝。

## 又见笑容 1岁幼儿食管异物命悬一线 多学科通力协作化险为夷



“谢谢你们救了我孩子的命,要是他有什么三长两短,我们怎么办啊!”5月17日上午,看着身边正在玩耍的孩子,陪在一旁的妈妈激动地快哭了。这一幕,发生在我院儿科一病区病房内。

据介绍,患儿18个月大,家住沐城街道,5月16日傍晚在进食苹果后出现频繁干呕,时不时有点咳嗽,不停地哭闹,不易安抚。家长担心是不是有苹果肉呛到了气管里,便赶紧将其送至我院急诊科就诊。

急诊值班医生询问病史后,安排急查胸部CT,检查结果提示:食管内异物可能。患儿食管入口见异物团块,长时间压迫食管会引起食管黏膜充血水肿甚至穿孔风险,压迫气管可引起呼吸困难、发绀、呼气困难等症状,必须尽快取出!病情就是命令,医院

2021年12月,怀二胎15周的宋女士再次找到季印华,要求行宫颈环扎术。手术很成功,宋女士顺利出院。接近孕晚期时,宋女士反复出现阴道出血,B超检查提示:前置胎盘伴前置血管,随时都有可能引发大出血,严重时还会危及母婴生命。考虑到宋女士的情况特殊,医生建议其住院保胎治疗。经过住院调理近一个月后,宋女士情况明显好转,出院回家待产。

**多学科通力合作多学科救治 母婴平安产妇产宫保住**  
4月底,宋女士因阴道出血多,再次被紧急送至我院就诊。为保障母婴安全,医院立即启动了危重症孕产妇救治绿色通道,产科安全管理办公室(产安办)迅速组织产科主任季印华、介入科主任谭建平、新生儿病区副主任蔡金娥、麻醉科执行主任汪涛等多学科专家进行联合会诊。专家们一致认为宋女士情况十分危急,不宜转诊,立刻上报县产安办。同时,针对术中大出血风险高,子宫切除风险高等情况,多学科

团队进行了详细评估,并制定了严密的诊疗方案。近日,各学科专家团队在手术室里严阵以待,一切按着既定方案有条不紊地进行着。首先由介入团队为宋女士行右侧髂内动脉内预置球囊术,紧接着,季印华团队进行剖宫产术……经过一个多小时惊心动魄的手术,宋女士顺利分娩,保住子宫,母婴平安。当听到宝宝洪亮的啼哭声时,历经几个月的卧床保胎、孕早期先后3次手术的宋女士流下了激动的眼泪。

## 73岁老人颈椎管内长出“鸽子蛋” 沐医多学科合作成功“拆弹”

近日,我院以神经外科为主的多学科团队成功为一名七旬老人切除颈椎管内脊膜瘤,帮助老人解除疾病痛苦。

**上肢麻木、疼痛难忍 竟是脊膜瘤在作怪**  
今年73岁的李奶奶(化名)家住沐城街道,3个月前突然出现双上肢乏力,伴右上肢疼痛。李奶奶一直以为只是普通的颈椎病引起的疼痛,也就未引起重视。然而,随着时间的推移,症状逐渐加重,疼痛难忍。

李奶奶及家人非常着急,赶紧来我院就诊。检查结果令人震惊,核磁共振结果显示:李奶奶第3-4颈椎管内竟然长了一个鸽子蛋大小的肿瘤,几乎充斥着整个椎管,初步诊断为脊膜瘤。

“颈部虽细,但上连颅脑,下接躯干四肢,位置十分重要,此处发生肿瘤影响非常大。检查显示,李奶奶椎管内的肿瘤压迫脊髓神经十分严重,如果不及手术,很可能会瘫痪。”我院神经外科副主任、主任医师翟晓雷说。

**多学科通力合作 妙手除瘤化险为夷**  
椎管内肿瘤摘除手术难度大、风险高。肿瘤长在脊髓旁边,有时候就会有粘连不清的情况,稍有差错就会对患者造成巨大的伤害。因此,此项手术对于术者来说,挑战性极大,要求也极高。同时,李奶奶年事已高,长期肺功能差,血气分析提示I型呼吸衰竭,这都增加了手术难度。

翟晓雷结合李奶奶的影像资料,病情、病史,邀请呼吸与危重症医学科、麻醉科等多学科专家进行了会诊讨论,制定了详细的手术治疗方案。在征得患者家属同意,并完善相关术前准备后,近日,在上海德济医院神经外科专家王杰主任的指导下,我院神经外科团队为李奶奶实

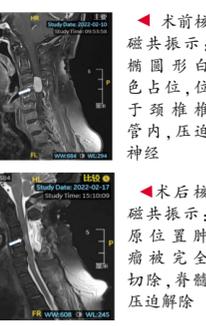


我院产科团队将继续秉承“德术双馨,公益为民”的院训,充分发挥多学科救治的团队力量,为更多的孕产妇保驾护航。(史爱红)

施颈椎管内脊膜瘤切除术。手术在显微镜下精细操作,仔细剥离、分离,彻底切除颈椎管内肿瘤,对周围神经和组织损伤轻微。

术后,经过神经外科医护团队的精心治疗和护理,李奶奶右上肢疼痛明显缓解,上肢肌力逐渐恢复,未出现肺部并发症。出院时,李奶奶紧紧握住翟晓雷的手,连声道谢:“专家好,团队好,沐阳医院真是了不得!”该手术的顺利开展,标志着我院神经外科在复杂疾病的治疗领域迈上了新的台阶,同时也彰显了我院多学科团队的强大实力,在保障医疗安全的前提下,有能力攻克高难度、高风险、高龄患者的病痛。类似情况的患者无需去一线城市就诊,在家门口就能“看上病、看好病”,极大提高了患者的就诊方便度及满意度。

翟晓雷提醒大家,椎管内肿瘤患者的临床表现和常见的颈椎病、椎间盘突出有很多相似的地方。颈椎管内肿瘤和颈椎病都会表现出颈椎痛症状或类似颈椎病症状,多数患者难以自我鉴别,所以如果感觉迟钝、麻木、肢体无力、行走不稳等症状,需要考虑椎管内肿瘤可能,应及时到正规医院就诊查明原因,对症治疗,以免延误病情。(徐婷婷)



术前核磁共振提示:椭圆形白色占位,位于颈椎管内,压迫神经  
术后核磁共振提示:原位置肿瘤被完全切除,脊髓压迫解除