



精湛技术除病痛 守护生命显真情

——大同守佳消化病医院成功实施肝部分切除术挽救患者生命

本报记者 杜一博 通讯员 郭承宗

在医疗技术不断进步的今天,复杂肝胆外科手术的成功开展,不仅是医院综合实力的体现,更是对生命的敬畏与守护。近日,大同守佳消化病医院肝胆外科团队成功为一名60多岁男性患者实施肝部分切除术,凭借精湛的手术和周密的术后护理,帮助患者顺利度过手术关、康复关,目前患者已脱离危险,进入平稳康复阶段。这一手术的圆满完成,再次彰显该院在消化系统外科领域的专业水准。

花甲之年突遇肝疾 辗转求医盼新生

今年60多岁的患者王先生平日身体硬朗,未曾想一场突如其来的病痛打破了平静的生活。前段时间,王先生反复出现右上腹隐痛、乏力、食欲减退等症状,起初以为是普通肠胃不适,并未在意。但随着症状逐渐加重,甚至出现轻微黄疸,家人急忙带他前往多家医院检查,最终确诊为肝脏占位性病变,需尽快实施手术切除病灶。

得知需要做肝脏手术,王先生和家人陷入了焦虑。年过六十的身体,机能有所下降,肝脏手术难度大、风险大,术后恢复更是一道难关。辗转多家医院咨询后,听闻大同守佳消化病医院肝胆外科微创诊疗方面经验丰富,成功救治过众多复杂病例,一家人抱着希望来到该院东庄主院区就诊。

接诊后,医院迅速启动多学科会诊

(MDT)机制,肝胆外科、消化内科、影像科、麻醉科、检验科等专家联合对王先生进行全面评估。详细询问病史、完善腹部增强CT、肝功能、凝血功能等检查后,外科团队明确病灶位置、大小及与周边血管、胆管的关系,精准评估手术风险。考虑到患者年龄偏大,合并基础代谢问题,传统开腹手术创伤大、恢复慢,团队最终制定个性化肝部分切除方案,在彻底切除病灶的同时,最大限度保留健康肝组织,降低手术创伤,为术后快速康复奠定基础。

多学科协同攻坚 精细手术化险为夷

肝脏是人体“代谢中枢”,血管丰富、结构复杂,肝部分切除术被视为肝胆外科的高难度手术,对医生的解剖功底、操作精度和应急处置能力要求极高。术前,医院组织专题讨论会,反复推演手术流程,针对术中可能出现的出血、胆漏、肝功能衰竭等风险,制定详尽的应急预案,同时优化麻醉方案,确保患者术中生命体征平稳。

手术当天,院长团队沉着应战。手术视野中,病灶与肝内血管、胆管紧密相连,稍有不慎便可能引发大出血或胆管损伤。专家团队凭借多年临床经验,精准分离组织、细致结扎血管,严格遵循“精准切除、微创操作、保护功能”的原则,有条不紊地实施病灶切

除、创面止血、胆管修复等操作。整个过程节奏紧凑、操作精准,原本预计的高风险环节均顺利化解,手术历时数小时圆满完成,病灶被完整切除,健康肝组织得到有效保留,术中出血量少,未出现任何并发症。

“三分治疗,七分护理”,对于肝部分切除术后老年患者而言,科学、细致的护理是康复的关键。术后,医护团队24小时值守,实时监测生命体征、肝功能指标、引流液情况,严格落实抗感染、保肝、营养支持、镇痛等治疗措施。凭借专业的重症管理能力,患者术后生命体征迅速稳定,顺利转回普通病房,医院护理团队为王先生制定个性化快速康复护理方案,用专业与温情守护患者康复之路。

以周密护安康 以温情暖人心

术后早期,护理人员严格落实体位管理、引流管护理、伤口护理等核心措施,定时协助患者翻身、进行踝泵运动,预防深静脉血栓、肺部感染等并发症;密切观察伤口有无渗血、红肿,及时更换敷料,确保伤口清洁愈合。在饮食护理上,遵循“循序渐进、低脂高蛋白、少量多餐”的原则,从流质饮食逐步过渡到半流质、普通饮食,搭配营养师定制的膳食方案,助力肝脏功能修复。

考虑到患者术后易产生焦虑、担忧情绪,医护人员主动与患者及家属沟

通,耐心讲解术后康复知识、注意事项,安抚情绪、缓解心理压力。从日常喂饭、擦身,到指导康复锻炼,每一个细节都尽显贴心。在医护人员的精心照料下,王先生术后恢复速度远超预期,很快便能下床活动,食欲、体力逐步恢复,肝功能指标持续改善,脸上重新露出了笑容。

“从入院到手术,再到术后护理,守佳消化病医院的医生护士都特别负责,技术好、态度好。”王先生的家属激动地说道。简单的话语,道出了患者及家属对医院医疗服务的由衷认可。

精研专科技术 守护民生健康

大同守佳消化病医院是晋北地区集医疗、预防、教研、健康管理、康复于一体的消化病专科医院,拥有腹腔镜、高清内镜系统、全自动检验流水线等先进设备,构建起消化内科、外科、微创外科、重症医学科等重点专科体系。

多年来,医院坚守“守安创优、守正创新、守信创优”的理念,深耕消化病诊疗领域,不断攻克技术难题,常规开展内镜下微创诊疗等高难度手术,形成“精准诊疗、微创优先、快速康复、全程管理”的特色诊疗模式。同时,医院持续优化服务流程,强化人文关怀,用精湛的技术、优质的服务、温馨的环境,为广大患者提供全方位、全周期的健康保障,赢得了社会各界的广泛赞誉。

便秘别硬扛 这样做更舒服

便秘是生活中常见的肠道问题,长期排便困难、粪便干结、排便次数减少,不仅带来身体不适,还会影响生活质量。市五医院消化内科主任医师周未讲,临床上,便秘主要分为器质性便秘和功能性便秘,找准原因,科学调理,才能有效摆脱困扰。

器质性便秘由身体疾病引发,如肠道息肉、肠梗阻、痔疮、甲状腺功能减退、糖尿病等,这类便秘是疾病的“信号”,无法通过日常调理根治,必须及时就医治疗原发病。而我们日常生活遇到的大多是功能性便秘,它与生活习

惯、饮食、情绪密切相关,也是长期便秘人群的主要类型。

造成功能性便秘的核心原因,多是不良生活方式所致。饮食上,长期吃精米白面、油炸食品,膳食纤维摄入量不足,加上饮水过少,肠道缺乏水分和动力,粪便易干结变硬;久坐不动、缺乏运动,会直接减慢肠道蠕动速度;长期憋便、排便时玩手机,会打乱正常排便反射,久而久之形成习惯性便秘;此外,精神焦虑、压力过大,会通过神经调节抑制肠道蠕动,加重便秘症状。

对于长期受功能性便秘困扰的人

群,周未表示,做好日常调理,能有效缓解痛苦,恢复正常排便。首先要调整饮食结构,每天保证25~30克膳食纤维摄入量,多吃芹菜、菠菜、西兰花、苹果、火龙果、西梅、燕麦、玉米等蔬果粗粮。可以晨起空腹喝一杯温水,全天饮水量不低于1500毫升。

其次,要养成规律排便习惯,每天固定时间(如晨起或餐后)蹲厕所5~10分钟,即使无便意也要坚持,建立肠道排便反射,排便时远离手机,集中注意力。同时坚持适度运动,每天散步、慢跑、瑜伽,或顺时针按摩腹部10分钟,刺

激肠道蠕动。

保持心情放松,避免长期焦虑紧张,让肠道神经功能恢复稳定,也能有助缓解便秘。需注意,切勿长期依赖泻药,这类药物会损伤肠道黏膜,加重便秘,形成药物依赖。

周未特别提醒,若便秘伴随便血、腹痛、体重骤降、排便习惯突然改变,或调理1~2周无改善,务必及时就医,排除器质性病变。便秘不是小毛病,科学分辨原因,兼顾日常调理与及时就医,才能真正守护肠道健康,告别排便痛苦。(孙晓娟)

心梗早期预警信号要重视

心梗即心肌梗死,是一种常见且严重的心血管疾病。它通常是由于冠状动脉阻塞导致心肌供血不足,最终造成心肌细胞死亡。由于心梗发作的突然性和潜在的致命性,及早识别和就医对于挽救生命至关重要。为此,大同五洲心血管病医院张民成医生为市民介绍了心梗的早期预警信号。

胸痛 通常表现为压榨性、紧缩性或窒息性疼痛。患者会感到有重物压在胸口,或是心脏被紧紧束缚。与普通的胸痛不同,心梗造成的胸痛通常不会因改变体位或深呼吸而缓解。胸痛主要位于胸骨后或胸前区,也就是胸部的中央或稍偏左的位置。这种疼痛可能

会向左肩、左臂、下颌、颈部或背部放射。如果上述部位感到疼痛,特别是伴随其他心梗症状时,应高度警惕。

呼吸困难 心梗发作时,心肌供血不足会导致心功能下降,从而引起呼吸困难。患者可能感到呼吸急促、气喘或无法深呼吸。这种症状在休息或活动时都可能出现,且随着病情恶化加重。

乏力与疲劳 在发病前或发病初期,患者可能会感到异常乏力和疲劳。这是因为心肌供血不足导致心脏无法有效泵血,全身各器官得不到足够的氧气和营养。这种乏力感可能持续存在,即使休息也无法缓解。

恶心与呕吐 在发病前或发病初

期,部分患者会出现恶心和呕吐的症状。这可能是由于心肌缺血引起的胃肠道反应。如果这些症状伴随胸痛、呼吸困难等其他心梗症状,应立即就医。

出冷汗 心梗发作时,由于交感神经兴奋导致血管收缩,皮肤血流量减少,患者可能突然出现大量冷汗,尤其是在胸痛或其他不适症状加重时。

其他症状 除了以上几个常见的早期预警信号外,心梗还可能引起其他症状,如焦虑、失眠、头晕等。这些症状可能因人而异,因此当出现类似症状时,建议及早就医。

需要注意的是,心梗的早期预警信号并非一定会出现,且症状的严重程

度和持续时间也可能因人而异。对于有心血管疾病家族史、高血压、高血脂、糖尿病等高危因素的人群,应定期进行体检,及时发现并控制潜在风险。

保持良好的生活习惯也是预防心梗的重要措施,包括戒烟限酒、合理饮食、适量运动、保持心理平衡等。这些措施有助于降低患心血管疾病的风险,保护心脏健康。

总之,识别心梗的早期预警信号对于及早发现并采取相应治疗措施具有重要意义。当出现胸痛、呼吸困难、乏力、恶心、呕吐、出冷汗等症状时,应高度警惕,及时就医。(武珍珍)

“速效救心丸”熬夜吃一粒、胸闷吃一粒,日常吃辅酶Q10、鱼油套餐防猝死”,近日,电商平台数据显示,速效救心丸等心脏用药品类相关搜索词暴涨,不少人将速效救心丸、辅酶Q10、鱼油等当作护心“神药”常备,甚至将其搭配成“防猝死套餐”随身携带。这些东西真的那么神吗?听听医生怎么说。

一直以来,葫芦形瓶装的速效救心丸被看作是老年人常备药品,如今却成为年轻人的“心头好”。近日,某买药平台数据显示,硝酸甘油相关药品成交额同比增长近9倍,速效救心丸成交额同比增长超过10倍。

速效救心丸等药物对心源性猝死是否真的有效?大同新建康医院心内



科副主任医师张麟表示,硝酸甘油、速效救心丸并非能防猝死的“万能药”,二者有着严格的适用范围,仅能用于特定心脏问题的急救,对已发生心脏骤停的猝死患者并无挽救作用。

张麟介绍,猝死的发生原因复杂,核心诱因主要为两类,一是血管严重狭窄引发的心肌梗死,二是突发的心律失常。而速效救心丸并非非心源性急症的标准治疗用药,既无法疏通堵塞的血管,也不能纠正心律失常,更不能预防猝死。若为恶性心律失常发作,服用后不仅无效反而有害,硝酸甘油这类药物使用不当会很快降低血压,甚至造成休克,带来更大的危险。

对于“速效救心丸熬夜吃一粒、胸闷吃一粒”的说法,张麟解释,速效救心丸并不是能缓解所有身体不适的“神药”。年轻人常见的胸闷、心悸、心肌炎或暴发性心肌炎等,服用速效救心丸均

无效果,还可能暂时压制不适感,掩盖真实病情,延误最佳诊疗时机,这类药物必须在医生指导下使用。

除了急救药,辅酶Q10、鱼油、叶黄素等搭配而成的“防猝死套餐”也在社交平台走红,不少网友表示“每天坚持吃,加班熬夜也不怕怕心脏”。但专家表示,保健品绝不能替代药物,更无法依靠其预防猝死。

张麟介绍,辅酶Q10、鱼油的作用仅为辅助养护、营养心肌、调节血脂,并无实际治疗效用;而叶黄素的主要功能是保护视力,与心脏猝死毫无关联。多数人盲目服用这些产品,不仅达不到护心效果,还可能因长期服用增加身体负担。如果本身患有心脏疾病,首要做法是前往医院明确诊断,遵医嘱服用药物,而非寄希望于各类保健品的,单纯靠吃保健品无法达到预防猝死的目的。(王瑞芳)

孩子有散光需要配眼镜吗?

“医生,学校给孩子视力检查时说孩子有散光。什么是散光呀?现在孩子看东西没有散光,天上很小的飞机都能看到,怎么就说我家孩子的视力不好呢?”“我孩子的视力需要配眼镜吗?”

说到孩子的视力问题,很多家长首先想到的往往是近视。可有些孩子存在的视力问题并不是近视,而是像前面这位家长所说的散光。那么,散光是怎么回事呢?

大同爱尔眼科医院视光科主任亢艳明表示,通俗地讲,散光是因为眼睛光学系统不够“完美”。“完美”的眼睛光学系统应该呈极致规整的“圆球状”,这样才能保证各个方向的光折射一致,让聚焦到视网膜上的光线形成非常清晰的物像。

但是,多数人的眼睛多少会有一些瑕疵,比如,黑眼珠没有那么圆,或晶状体没有那么浑圆均匀。这都可能会让经过角膜、晶状体的光线,无法全部汇集在视网膜上,也就无法形成清晰的物像,我们把这种屈光不正称之为散光。不是所有的散光都需要矫正。通常,我们可以把眼前表面角膜弧度分为垂直和水平两个方向来看,如果垂直方向弯曲度大于水平方向,称为顺

规散光,相当于一个横着放的橄榄球;如果水平方向弯曲度大于垂直方向,称为逆规散光,相当于一个竖着放的橄榄球;如果散光的方向是斜向的,称为斜轴散光,则相当于一个斜着放的橄榄球。

亢艳明主任说,通常情况下,由于眼睑闭合的压力,大部分人都有50~75度的散光。顺规散光50~75度属于生理性散光,并不影响视力,不需要特别矫正。但如果出现逆规散光和斜轴散光,那么其对视觉的干扰相对来说还是比较大的,一般建议足矫,也就是说,在遵循医学验光配镜的原则上,将逆规散光、斜轴散光进行完全矫正。

那么,什么情况下散光需要配眼镜呢?

亢艳明主任表示,散光需不需要配眼镜,要看散光度数是不够的。对于婴幼儿来说,需要根据年龄、散光度数、双眼差异以及孩子的配合程度来综合判断是否需要戴镜。对于3岁以内的孩子,有200度或以上的散光,建议到专业的眼科医院进行评估,确定随访干预方案;如果是200度以下的散光,并且孩子没有视物不清等异常表现时,可以定期复查,观察散光度数有无增长。(王瑞芳)

春季情绪调节三步走

“最近总莫名烦躁,晚上辗转难眠,白天没精神!”“明明万物复苏,却总觉得情绪沉甸甸。”——如果你也有这些感受,或许正被“情绪流感”悄悄困扰。今天我们就来聊聊:为什么春天会成为情绪的“流感期”?如何科学对抗春季心理波动?

春天为何易引发“情绪流感”?

生物节律的“错乱震荡”:春季日照时间延长,光照强度增强,人体褪黑素(调节睡眠)分泌减少,而血清素(调节情绪)系统需要2~4周才能适应这一变化。这种“青黄不接”的状态会导致人情绪调节失衡,表现为易怒、抑郁或亢奋。

气候与环境的“叠加效应”:春季气压波动频繁,可能引发血氧浓度下降,导致疲劳;春季湿度上升则加重自主神经紊乱,出现心悸、失眠等躯体症状。此外,花粉过敏引起的炎症反应也可能干扰多巴胺分泌,加剧情绪波动。

社会比较的“心理暗流”:社交媒体上铺天盖地的“春日美好图景”与现实生活的忙碌、压力形成落差,易引发焦虑和挫败感。例如,当看到他人出游打卡时,自己却因工作或家庭琐事感到疲惫,这种“对比伤人”会放大负面情绪。

识别“情绪流感”的信号

“情绪流感”并非抑郁症,但若以下症状持续两周以上且影响生活,则需警惕。

情绪波动,易怒、沮丧、莫名

精神心理 卫生知识宣传

第一步:拥抱自然,调节生物钟

早晨阳光中的蓝光能有效刺激血清素分泌,这种神经递质的提升能显著改善情绪状态,让人全天保持活力。与此同时,规律的作息时间也至关重要,能帮助身体逐步适应春季昼夜节律的变化,缓解因生物钟紊乱引发的疲劳和情绪波动。

第二步:运动与社交,释放压力

每周3~5次有氧运动(如慢跑、骑行)或舒缓的瑜伽、太极,不仅能促进内啡肽分泌,快速缓解焦虑,还能通过自然环境的沉浸式体验转移注意力。此外,增加与亲友面对面的交流或是多参与兴趣爱好,能有效增强社会归属感,打破孤独感带来的负面情绪循环。

第三步:必要时,寻求科学治疗

若自我调节效果有限,可在专科医生指导下结合药物进行治疗,切勿讳疾忌医,延误治疗时机。(瑞芳)