

不能拿笔写字,连吃饭都困难

中医妙招解除老人腱鞘炎困扰



医生正细心地为丁老(化姓)做治疗。

■文、图/记者 周仑 通讯员 方金柱

本报讯“感谢马主任,我又可以写字了!”6月30日上午,太和医院西苑院区21门诊部(张湾区红卫街办袁家沟社区卫生服务站)内,康复后的书法爱好者丁老(化姓)将亲手书写的字画“胜在为民除恙疾,利怀兴国有医方”送到康复科主任马胜利手中,并连声致谢。

今年5月,85岁的丁老出现了手指红肿疼痛,开始没有在意,后来越来越严重,不能拿笔写字,连吃饭都有些困难,严重影响了生活。经人介绍,丁老找到太和医院西苑院区21门诊部的医生马胜利。“通过检查,排除了痛风和类风湿性关节炎,结合老人爱好书法,手指关节活动多,诊断为腱鞘炎。”马胜利说。腱鞘炎会导致双手手指红肿疼痛,屈伸困难,严重时会影响生活。

在了解情况后,马胜利决定运用传统中医的中药贴敷消肿止痛,和中医推拿手法复位等康复治疗。一周后,症状逐渐减轻,两个疗程后,丁老的手指已基本恢复正常。老人非常高兴,拿起毛笔挥毫泼墨,写下了藏头诗对马胜利表示感谢。

什么是腱鞘炎?马胜利介绍,人体的肌腱外包

裹有双层套管样密闭的滑膜管,也就是腱鞘,腱鞘的外层为纤维组织,起到固定及保护肌腱的作用;内层为滑膜,可滋养肌腱,并分泌滑液有利于肌腱的滑动。频繁地活动手指使肌腱长期过度摩擦,会导致肌腱和腱鞘的损伤,肌腱就会慢慢退行性变形,滑膜鞘分泌功能逐渐减退,腱鞘就慢慢形成炎症甚至肿胀,而出现疼痛和运动障碍,导致腱鞘炎。腱鞘炎多出现在手指和手腕部,又称“弹响指”或“扳机指”,起病初期在手指屈伸时产生弹响、疼痛,严重时关节不能屈曲或伸直,就像被突然“卡”住一样。经常做手工活、练习乐器、爱玩游戏的人,以及做家务活较多的中老年女性易患腱鞘炎。

那么,市民应该如何预防腱鞘炎呢?马胜利指出,要注意保护手部,手指、手腕不要过度频繁屈伸,提拿物品不要过重;避免经常受凉水的刺激,连续工作结束后,用热水泡泡手,改善局部血液循环;劳动后,手腕和手指各关节适当做些屈伸旋转活动,缓解手部的酸痛;对于长期伏案办公人员来说,应采用正确的工作姿势,尽量让双手平衡,手腕能触及实物,不要悬空;改掉不良用手习惯,如捻响手指、拇指长时间反复滑动手机等。

富康社区医院 为近千名 糖尿病患者健康护航

糖尿病不可怕,但血糖管理不好却会带来诸如失明、截肢、尿毒症等严重并发症。面对社区糖尿病防治工作的“空白地带”,十堰市人民医院富康社区医院(以下简称“富康社区医院”)在2017年成立了糖尿病专科,为辖区内近1000名糖尿病患者管理血糖。

经过5年的努力,富康社区医院为社区居民糖尿病规范管理率为80.61%,血糖控制率达54.28%,远超全省“323”攻坚行动的目标值,居民的健康管理意识显著提高。

■见习记者 张雯靓

精心治疗 悉心呵护

“真想不到家门口社区医院,能有人医专家过来坐诊治疗,检查设备也能这么全。”家住三堰的杜先生说。

37岁的杜先生患糖尿病已有5年,降糖药已经加至三种。进入夏季后,他的血糖又开始波动。前不久,他来到富康社区医院糖尿病专科门诊,当时测空腹血糖13mmol/L,糖化血红蛋白11%,提示他的近3个月血糖控制欠佳,且行相关并发症检查后诊断为“糖尿病肾病”,需要注射胰岛素来控制血糖。

富康社区医院糖尿病专科团队对杜先生病情做了全面评估,并制订了个性化的治疗方案,改用新型的降糖药GLP-1周制剂,并多次行健康宣教,让杜先生了解糖尿病饮食干预的重要性。一周过去,杜先生的血糖基本能够达标。在最近一次复诊时,杜先生空腹、餐后血糖都控制正常。

“这类严重的糖尿病患者要是在以前只能转到上级医院专科门诊或住院进行处理,而现在,我们不仅能帮他控制血糖,而且还能给予后续连续性的综合管理,大大省去了患者往返大医院跑的麻烦。”富康社区医院糖尿病专科主治医师廖春分说。

专科赋能 高效转诊

为提供高质量的诊疗服务,科室先后引进眼底扫描系统、免散瞳眼底彩色数字化照相机、周围神经病变检测系统、心电图机、人体成分分析仪、血气分析仪、床旁肌钙蛋白、ACR仪等先进设备,常规开展糖耐量试验、胰岛素释放及C肽激发试验、糖化血红蛋白、糖尿病相关并发症筛查,与十堰市人民医院实行同质化管理。

“做慢病管理,不仅仅要有全面的设备、将居民管理起来,遇见突发状况,还要在第一时间将患者转诊到上级医院进行救治。”富康社区医院糖尿病专科主任刘宗明说。

今年4月,富康社区医院接诊了一位糖尿病患者,患者李大爷今年62岁,入院时他的血糖为17mmol/L,右足肿胀、溃烂,初步诊断为“糖尿病性足坏疽”。

刘宗明对其进行了清创及相关治疗后,立即将他转诊到十堰市人民医院内分泌科为其控制血糖,继续抗感染、清创等治疗。李大爷告诉记者,因为转诊及时,他的病情很快控制住了,现定期来富康社区医院测血糖及换药,目前血糖稳定在了正常范围内。

精湛的医疗技术、和蔼的服务态度,使得富康社区医院糖尿病专科赢得较好的口碑,在患者中享有较高的威望和知名度,成为了社区医院的专科样板。“我们希望糖尿病患者能通过我们努力,相互配合,把血糖控制在安全范围,从而减少并发症的发生,提高生活质量,健康快乐地生活。”刘宗明说。

GE 新款极速超导磁共振亮相市妇幼保健院



新机器的投入使用,大大提高医生诊断准确率,为患者提供更好的服务。

■文、图/记者 王琪 实习生 陈奕霖

本报讯“工欲善其事,必先利其器!”为适应医院业务发展,不断提高诊疗水平,满足广大人民群众不断增长的医疗保健需求,十堰市妇幼保健院引进磁共振设备,经过安装调试、培训、试运行后,于6月30日举行了启用仪式,正式开机接诊服务广大患者。

6月30日上午8时,启用仪式正式开始,仪式由十堰市妇幼保健院党委委员、副院长曾传军主持,市妇幼保健院党委书记孙泽群讲话。医院领导班子成员、放射影像中心及行政后勤中层干部参加了仪式。

近年来,十堰市妇幼保健院放射影像中心积极推进科室内涵建设,不断提高医疗诊断技术,形成

了一支结构合理、素质过硬的医务队伍,为磁共振(MRI)室的运行打下了良好的基础。

核磁共振检查具有安全、无辐射、软组织分辨率高等优点,在神经系统、腹部、乳腺、全身各关节等方面都能提供较高分辨率的解剖以及各种功能成像,能从解剖到功能多维度分析患者病情,大大提高医生诊断准确率,为患者提供更好的服务。

据了解,新引进的磁共振设备是美国进口品牌GE最新型的SIGNA3551.5T超导磁共振。该设备在磁共振成像过程中充分结合AI人工智能技术,大大提高扫描检查和图像后处理的速度,平均几分钟就能完成一个常规部位的检查;该设备具备以下几个特色检查功能:静音、自由呼吸功能助力儿童成像;乳腺压缩感知动态增强专用序列,助力术前分级评估与精准定位;兼顾妇科两癌、胎盘状态精准评估;儿童胎儿心脏快速成像;儿童胎儿5min脑室扩张评估;无创定量扫描。

十堰市妇幼保健院党委书记孙泽群在仪式上说道:“磁共振设备的引进标志着妇幼保健院学科建设的进一步加强,使十堰市妇幼保健院的服务功能进一步提升,为十堰市妇幼保健院未来的发展奠定坚实的基础。希望在我们全体干部员工共同努力下,用更高的水平,更优的环境和设备,服务好社会上的每一位患者。”

市妇幼保健院放射影像中心主任熊妍希表示,在核磁共振常规检查基础上,将以新设备启用为契机,充分发挥核磁共振的功能,结合孕产期保健、儿童保健、中医/康复、老年等专科特点,为学科发展、医教研协提供更多、更强大的支持。