

两例高难度肩关节镜微创手术成功开展



近日,我院骨一科团队先后为两名肩关节外伤患者成功实施“肩关节镜下肩袖修复术”、“肩关节镜下肩胛盂骨折(骨性Bankart损伤)复位内固定术”。

2台高难度的肩关节镜微创手术的成功开展,标志着我院肩关节镜微创手术技术迈上了一个新台阶。

病例一

患者伍先生,60岁,因外伤致左肩关节疼痛,肩关节活动障碍6小时入院。经检查诊断为左肩袖损伤(肩胛下肌撕裂)。

经过详细术前评估和准备,手术团队在全麻下为伍先生行肩关节镜检查及肩胛下肌修复术。手术顺利。术后恢复理想,患者目前已康复出院。

病例二

患者唐女士,40岁,因外伤导致右肩关节疼痛伴活动障碍4小时入院。经检查诊断为“右肩胛盂骨折(骨性Bankart损伤)”。骨一科团队经过会诊讨论后,在全麻下行“肩关节镜下肩胛盂骨折闭合复位内固定术”。术后一周患者右肩关节疼痛明显缓解,肩关节功能活动明显改善,现在进一步康复治疗。

骨一科关节与运动医学专业组组长贺用礼副主任医师介绍,因肩关节解剖结构复杂,传统开放手术不仅创伤大、显露困难,而且并发症高。而肩关节镜手术是一项非常实用的微创技术,具有创伤小、出血少、感染率低、恢复快、美观等优点,一般只需要在肩关节周围打3-4个长约5mm的小孔,就可以解决肩关节内绝大多数的疾患。目前它广泛应用于肩袖损伤、肩胛盂骨折、盂唇撕裂、肩峰下撞击综合征、习惯性肩关节脱位、肩关节游离体等疾病的诊断和治疗。

泌尿外科为260斤患者完成微创手术

身高1米75,重260斤!最近,我院泌尿外科收治了一名特殊的患者,当测量量身高体重时,大家都被这名胖哥的身体吓了一跳。

胖哥姓程,今年35岁。在广东工作时突发腰痛,经当地医院检查为肾结石。程先生和家人商量后,决定回老家石门手术治疗。

进一步完善检查后结果显示:右肾多发肾结石,左侧输尿管上段结石。且多为鹿角形结石。

对于有丰富经验的泌尿外科团队来说,处理程先生的结石并不难,只需进行经皮肾手术即可解除患者痛苦。

但是摆在医生面前最大的难题是程先生的肥胖以及一系列基础疾病。原来,经过检查,发现程先生不仅肝功能轻度损害,肾功能轻度损害,尿酸升高。且血糖高,血脂高,术前基础疾病非常多,相应的手术风险就增高。

而据泌尿外科诊疗指南,肥胖患者为经皮肾手术的相对禁忌症,因为肥胖患者建立经皮肾通道难度大,经皮肾通道长约15cm,而术前CT提示皮肤距后背肾盂结石位置14cm,故有可能患者手术无法建立有效通道,无法取到结石。

泌尿外科主任杨军带领团队拟定了详细的围手术期治疗方案,术前进行积极降糖、护肾、控制尿酸等处理后,对患者进行右侧经皮肾碎石取石术(患者不同意同期软镜手术治疗左输尿管结石及左肾结石),术中采取负压吸引仪器,顺利将患者肾盂及下盏继发结石清洗干净。

术后患者无出血并发症,恢复良好,因患者合并糖尿病等多发感染因素,术后出现导管相关性感染,予以抗感染治疗后顺利出院。

复查提示肾区结石完全清除,程

夏季谨防食物中毒

夏季谨防食物中毒

夏季谨防食物中毒

抗英雄雄谱: 吉星文

吉星文(1908—1958),字绍武,河南省扶沟县人,15岁时,家贫辍学,正逢在西北军任职的堂叔吉鸿昌回乡省亲,受其影响,吉星文弃学投军,从此走上行伍生涯。在战争中,他冲锋陷阵,身先士卒,屡展得到推升,几年间,升任为营长,驻防华北。

1933年日本侵略者进犯长城要塞。3月11日,吉星文所在冯治安部驰援喜峰口,双方激战,战事十分惨烈。面对强敌装备精良,二九军以己之长击敌之短,实施近战夜战,出奇制胜,挥舞大刀,歼顽敌,威名远扬。在随后的战斗中,吉星文作战骁勇,多次与敌展开肉搏,击退敌人进攻,因功受到嘉奖,升任二一九团团长。二九军长城抗日,声名大振,狠狠打击了日军不可战胜的嚣张气焰,作曲家麦新为此专门谱写了二九军大刀队的战歌《大刀进行曲》,唱响了长城内外。

卢沟桥事变爆发后,吉星文奉命奋起抵抗,揭开了中国全面抗战的序幕。7月8日夜晚,吉星文前往第三营营部,亲自挑选青年战士组成突击队,绝地梯出宛平城,出敌不意,冲入日军阵地,如风卷残云,杀得敌人仓皇逃窜。战斗中,吉星文头部被炸伤,他全然不顾,略作包扎,仍指挥战斗。吉星文屹立桥头督战,将桥头与附近阵地的日军几乎消灭殆尽,对于这场恶战,京津各大报纸均以特大号标题或号外加以报道,极大地鼓舞了全国人民抗日的斗志。吉星文团在卢沟桥坚持抗战23个昼夜,与顽敌殊死鏖战,始终未让日军占领卢沟桥与宛平城。直至7月30日,奉命撤离防地。23天中,吉星文以一团之力,歼敌3000余人,对日军、武器多有斩获。9月,吉星文荣任三七七师少将旅长,率部开赴津浦线,开始了新的战斗。

这5类常见食物长时间放置有哪些危害?

汤 很多人都爱喝汤,尤其是到了夏天,不管是从养生的角度,还是为了补水,大家都会经常炖上一锅。同样建议大家喝多少炖多少。剩下来的汤难免会造成营养流失,并且如果剩下的汤长时间保存在金属锅内,还有可能会析出对人体有害的物质。

鱼类、海鲜 经过烹饪过的鱼类、海鲜类食物,长时间放置后也要产生蛋白质降解物,食用会有损伤肝、肾功能的风险。

散装卤味 散装卤味是要当天吃完。从食品安全角度讲,这不是卫生的即使放在冰箱里的食物,也并非绝对“保险”。冰箱里易滋生霉菌,还有嗜冷菌等。

茶 茶因时间过久,维生素大多已丧失,且茶汤中的蛋白质、糖类等会成为细菌、霉菌繁殖的养料。

绿叶类蔬菜 由于部分绿叶类蔬菜中含有较多的硝酸盐类,比如菠菜、油菜、芥蓝等,虽然长时间放置的蔬菜中亚硝酸盐的含量没有达到致病量,但是煮熟后如果放置的时间过久,在细菌的分解作用下,硝酸盐便会还原成亚硝酸盐,有致癌作用,加热也不能去除。

肉类加热 如果肉块比较大,一定要煮、蒸时间长一些,或者把肉块切碎,再重新加热。

用微波炉加热剩食物是个不错的方法,它可以令食物内部得到充分加热。但家庭中,往往控制不好微波加热的时间,还容易发生食物飞溅到微波炉内部的麻烦。可以考虑先用微波炉加热一两分钟,令食物内部温度上升,然后再用锅加热,或者再放蒸锅里蒸,就比较容易熟透。对于不希望有太多汤水的剩菜,可以用蒸或水煎的方法来加热。

豆制品加热 相比于肉类来说,豆制品更容易腐败,因此加热时要更加注意。多煮几分钟并不用可惜,因为豆腐中的维生素含量甚低,而它所富含的蛋白质和钙、镁等是不怕热的,加热也不会明显降低营养价值。

蔬菜加热 蔬菜不适合长时间的加热,可以考虑用蒸锅来蒸,传热效果比用锅直接加热更好,且营养损失较少。(于正午)

市护理质量控制中心主任、常德市第一人民医院质量管理部主任雷光锋对各位专家不辞辛苦在石门县开展此次调研活动表示衷心感谢,希望各级医院以此活动为契机,认真听取专家授课及指导意见,积极整改,不断提升各医院质量水平。

李云香主任对各位专家的到来表示欢迎和感谢,希望大家秉承“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的高尚职业精神,做好此次交流学习,将护理人的责任担当体现到我院静脉输液治疗质量中去。

我院纪委书记卓金华书记希望通过此次活动加强兄弟医院之间的交流和学习,向先进护理院感办李云香主任、为实现常德市静脉输液治疗规范化、标准化、同质化,推动全市静脉治疗与静疗安全再上新台阶。(于正午 杨萍)

常德市静脉输液治疗提升走基层首站在我院举行

为贯彻落实国家医疗质量安全改进目标一“降低血管内导管相关血流感染发生率”,促进我市静脉输液治疗质量的持续提升,推动基层医院专科护理的协同发展,由常德市护理质量控制中心、常德市护理学会静脉输液治疗专业委员会主办,石门县人民医院协办的“常德市静脉输液治疗质量提升走基层活动”一石门站成功举办。

本次活动的专家团队由常德市护理质量控制中心主任 常德市第一人民医院护理部主任雷光锋、常德市护理质量控制中心委员常德市第一人民医院护理部副主任董丽、常德市护理质量控制中心委员兼秘书常德市第一人民医院护理部副主任陈湘、常德市护理质量控制中心委员静脉输液治疗专业主任委员常德市第一人民医院预住院日间手术中心护士长伍红翠以及常德

市静脉输液治疗专业委员会成员组成,活动采取现场调研、理论授课、查房分析相结合的形式开展。

7月14日下午,常德市护理学会静脉输液治疗专业委员会第二届第一次会议在石门县人民医院北区教学楼二楼会议室举行。7月15日上午,常德市静脉输液治疗专业委员会专家刘丽君、李霞芳、刘文霞、文莹分为四组,分别深入我院、石门县中医院、石门县妇幼保健院、石门县红十字会医院进行现场调研。

当天下午,理论授课和查房简析在我院北区教学楼一楼会议室举行。石门县卫生健康局护理院感办李云香主任、我院纪委书记卓金华书记出席活动并致辞,培训由石门县卫生健康局护理院感办李云香主任及石门县人民医院护理部主任盛黎明先后主持。

内导管血流感染过程质控工具包》进行解读,丰富的经验、风趣的语言,为大家呈现了一场知识的饕餮盛宴。

随后,专家们对本次现场调研情况进行了反馈,她们对四家医院在护理工作中取得的成绩给予了充分的肯定,同时也指出在护理质量管理及血管内导管相关血流感染的整改建议。

此次“常德市静脉输液治疗质量提升走基层”活动,为加强我县各级医疗机构提升静脉输液治疗专业护理质量,保障输液安全起到了关键的指导作用,为实现常德市静脉输液治疗规范化、标准化、同质化,推动全市静脉治疗与静疗安全再上新台阶。(于正午 杨萍)

市第一人民医院伍红翠对《预防血管

石门县人民医院 十五病区 耳鼻喉科	石门县人民医院 十五病区 痔瘘专科	石门县人民医院 十六病区 老年病内外科	石门县人民医院 十七病区 耳鼻咽喉科	石门县人民医院 十八病区 心血管内科(一)	石门县人民医院 十九病区 心血管内科(二)	石门县人民医院 二十病区 骨科(一)	石门县人民医院 二十一病区 妇产科VIP区	石门县人民医院 二十二病区 妇科(二)	石门县人民医院 二十三病区 眼科(一)	石门县人民医院 二十四病区 眼科(二)	石门县人民医院 二十五病区 眼科(三)	石门县人民医院 二十六病区 眼科(四)	石门县人民医院 二十七病区 眼科(五)
名医恭候:蓝文君 熊寿臣 咨询电话:5323125	名医恭候:黄登元 熊寿臣 咨询电话:5324300	名医恭候:李剑 向泽林 咨询电话:5324600	名医恭候:卞新浩 胡耀军 咨询电话:5322010	名医恭候:刘伟 谭传福 谢彬 咨询电话:5323033	名医恭候:梁传亮 孙海瑞 咨询电话:5336450	名医恭候:王文昭 毛咏余 丁勇 胡志玉 咨询电话:5324071	名医恭候:李赛娟 刘洁 咨询电话:5336480	名医恭候:周美洁 李慧 咨询电话:5339289	名医恭候:龙朝晖 顾强健 郑耀斌 咨询电话:5323030	名医恭候:朱超群 金震 咨询电话:5330139	名医恭候:胡建国 谭敬 咨询电话:5335200		

常喝酸奶身体会收获什么?



酸奶是很受欢迎的乳制品之一,平时大家通常会把它当做早餐或者零食来吃。大家也知道酸奶非常有营养,富含蛋白质、钙质等。经常喝酸奶有利于身体健康。

酸奶的主要原料是牛奶,在制作过程中会将牛奶进行杀菌处理,然后冷却后加入乳酸菌进行发酵。经过发酵的酸奶不仅保留了牛奶原本含有的优质蛋白和钙,而且也变得更易被人体吸收了,还能促进胃肠消化,帮助改善消化不良等。除此之外,喝酸奶还有以下这些好处:

减轻乳糖不耐症

牛奶的主要糖分是乳糖,而有乳糖不耐症的人由于体内没有足够的乳糖酶来分解乳糖,所以他们在喝牛奶后就会出现恶心、嗝气、腹胀、腹痛或腹泻等不适症状。

而酸奶的乳糖含量比牛奶少很多,因为大部分的乳糖会被酸奶中的乳酸菌分解掉。所以,有乳糖不耐症的人可以试试喝酸奶。

补充多种维生素

由牛奶发酵而成的酸奶不仅保留了牛奶本身的

食用油怎么选?

食用油属于脂类,能调整食物的口感,增加食用者的食欲和饱腹感,为食用者提供脂溶性维生素,常用的食用油有植物油、动物油和调和油。各种食用油都有它独特的营养价值,并不存在哪种油绝对健康,要根据自身具体情况,选择合适的食用油,并且适量食用才是健康的。

1、植物油:橄榄油中含有大量的不饱和脂肪酸和多种生物活性物质,是一种较优质的食用油;花生油属于均衡型植物油,各种脂肪的比例较平衡,油酸含量高,适用于炒菜,不过要避免油温过高;菜籽油中维生素E含量较多,胆固醇含量较少,脂肪酸构成不平衡,缺少人体必需的脂肪

酸,营养价值较低;大豆油中含有维生素E、维生素D和卵磷脂,存在心血管疾病,血清胆固醇较高的人群可以尝试食用;玉米油中富含不饱和脂肪酸和维生素E,脂肪酸主要以亚油酸为主,对于存在动脉硬化风险的人群可以选用;

茶油中不饱和脂肪酸的含量较高,心血管疾病患者食用此种油有一定益处;

2、动物油:可供食用的动物油主要来自猪、牛、鱼等,动物油的营养成分较植物油更丰富,尤其是维生素,并且具有肉类的香味,能增加食欲,促进人体对食材摄入,食欲不佳的人可以适当食用

架上,只要保持体内钾元素含量充足,就可以置换出体内多余的钠元素,让高血压患者的血压可得到控制。

3、长时间呕吐或腹泻的人

呕吐、腹泻均会让人体流失大量的水分,很容易处于脱水状态,这样一来身体会处于电解质紊乱的状态下,容易引起钾元素大量流失。

钾元素对于我们的健康而言非常重要,日常一定要多关注自己的身体情况,发现异常后及时就医检查。同时日常可以适当多吃一些含钾的食物,避免让身体缺钾。值得提醒的是,肾脏疾病患者,不要过多食用含钾食物,肾脏排钾能力下降,钾摄入量过多可能出现高钾血症。

提醒你该补钾了

身体出现5个表现

当体内缺钾时,我们的身体会出现一系列的异常表现,这五个症状十分多见,跟随小妙一起来看。

抽筋:钾元素可维持肌肉和神经之间的正常活动,帮助肌肉进行收缩,缺钾的人群日常容易出现抽筋、肌肉痉挛等异常表现。

烦躁:缺钾会影响到

营养成分,而且经过发酵后的酸奶还产生了多种维持人体健康必需的维生素,像是维生素A、B族维生素和维生素C等。

提高钙和磷的吸收

酸奶中含有丰富的钙和磷,每天喝一杯酸奶即可满足每天所需49%的钙和28%的磷。另外,经过发酵的酸奶还能使人体对钙和磷的吸收利用率提高很多倍。

所以,像是孕妇、儿童等需要补钙、补磷的人群就很适合喝酸奶。不过需要注意的是,酸奶并非人人都能喝。

像是患有胃炎、胃溃疡等胃部疾病人群,或者刚做完胃肠道手术不久的人就不要喝酸奶了,因为酸性度较高的酸奶可能会加重他们原有的胃肠不适。另外,体弱虚寒的人群以及1岁以内的婴幼儿也不适合喝酸奶。

中耳炎有哪些症状?

中耳炎可分为分泌性中耳炎、化脓性中耳炎(急性化脓性中耳炎和慢性化脓性中耳炎)两大类。

急性化脓性中耳炎:以耳痛、听力下降为主要表现,或伴有低热、发烧等全身症状,严重可出现耳流脓。

慢性化脓性中耳炎:以慢性炎症为主,表现为耳内间断或持续性流脓,鼓膜穿孔,听力下降等。

夏天游泳会导致中耳炎吗?

中耳炎发病原因有以下三种:

1. 细菌、病菌通过呼吸道及咽鼓管感染中耳
 2. 外伤引起鼓膜穿孔,感染诱发中耳炎
 3. 血液循环,临床比较少见
- 针对以上发病原因,采取相应措施,减少感染途径,同时增强身体抵抗力,避免不当挖耳采耳,可有效预防中耳炎的发生。
- 游泳时水分会进入耳朵内部,对于鼓膜完整的人群,其屏障作用可有效阻挡脏水进入中耳,一般不会导致中耳炎,一旦出现外伤或不恰当挖耳导致鼓膜损伤,感染风险则增加。一旦发现自己耳朵有异样或不舒服,应该立即到医院进行诊治,切忌拖延病情,导致加重。



冬季游水分会进入耳朵内部,对于鼓膜完整的人群,其屏障作用可有效阻挡脏水进入中耳,一般不会导致中耳炎,一旦出现外伤或不恰当挖耳导致鼓膜损伤,感染风险则增加。一旦发现自己耳朵有异样或不舒服,应该立即到医院进行诊治,切忌拖延病情,导致加重。

直接引起的疾病

高温直接引起的疾病包括中暑和精神性神经障碍。

中暑是高温环境下,体内热量不能维持热平衡时出现的体温调节功能障碍。特别是高温高湿的“桑拿天”,较大的湿度会阻碍排汗,散热困难,从而导致体内热量积蓄,自身无法调节,从而发生中暑。容易中暑的人群,包括户外工作者、婴幼儿、老年人、甲亢患者、孕妇等。

精神性神经障碍也叫热疲劳,是高温天气对情绪、工作能力、技术效能等产生不良影响,造成的情绪“中暑”。

高温诱发的疾病

高温会造成人体新陈代谢加快,皮下血管扩张,血液循环加快,心血管系统处于高负荷运行状况,容易诱发心脏疾病,出现高血压、冠心病等。同时,大量出汗会使血液粘稠度增加,可引起血栓,从而增加脑卒中等疾病的患病风险。

高温高湿的天气会促进细菌的繁殖和生长,食物容易腐烂,如果饮食不注意,就容易引发腹泻等。

研究表明:高温、热浪、闷热天气都可导致心脑血管疾病死亡风险的增加,相对于正常天气,增加的风险分别为8.6%、25.2%、10.0%。

高温天气防御指南

- 1、及时关注气象部门发布的天气预报和高温预警信号,提前做好防御准备。高温橙色预警信号:是指24小时内最高气温将升至37℃以上。高温红色预警信号:是指24小时内最高气温将升至40℃以上。
- 2、遇有高温天气,请注意以下事项:
 - ① 避免过度劳累,保证充足的休息和睡眠。
 - ② 避免阳光暴晒,白天出门可以打伞或戴帽子。
 - ③ 多喝水含钾食物,如豆制品、土豆、西瓜、香蕉等。
 - ④ 多喝白开水,或适当喝些淡盐水,补充体内盐分。
 - ⑤ 中午前后尽量减少户外活动,必须外出时,可随身携带藿香正气水、滴露水、清凉油等。

高温来袭 做好健康防护



高温来袭 做好健康防护

高温来袭 做好健康防护

高温来袭 做好健康防护

石门县人民医院 二十九病区 三十病区 神经内科	石门县人民医院 三十一病区 神经内科(一)	石门县人民医院 三十二病区 神经内科(二)	石门县人民医院 三十三病区 呼吸内科(一)	石门县人民医院 三十五病区 感染科	石门县人民医院 三十七病区 急诊科	石门县人民医院 四十、四十一病区 中医 康复医学科	石门县人民医院 四十三、四十四、四十六病区 心理卫生科	石门县人民医院 口腔科	石门县人民医院 医疗美容科	石门县人民医院 皮肤科 医疗美容科
名医恭候:黄涛 王浩 刘培华 唐似柳 张子松 咨询电话:5333003	名医恭候:李锋 皮庆军 万军 咨询电话:5334649	名医恭候:朱超群 周勇 咨询电话:5339019	名医恭候:熊纯金 周周周 咨询电话:5335200	名医恭候:文海云 周周周 咨询电话:5338521	名医恭候:陈四清 胡耀军 田泽飞 咨询电话:5324730	名医恭候:尹波 杜建兵 熊耀平 李彭华 李念文 咨询电话:5323011	名医恭候:覃事斌 张玉玉 叶国红 咨询电话:5323003	名医恭候:王伟 魏玉玉 叶国红 咨询电话:5325945	名医恭候:何琪 咨询电话:5330098	名医恭候:朱珊珊 咨询电话:15973693358