

中国胸壁外科联盟焦作地区联盟第二次大会暨焦作市全胸腔镜记忆合金肋骨固定研讨会召开

本报讯(记者朱传胜)为推动焦作地区胸壁外科的发展和科技进步,8月6日,由焦煤中央医院主办的中国胸壁外科联盟焦作地区联盟第二次大会暨焦作市全胸腔镜记忆合金肋骨固定研讨会成功召开。焦煤中央医院董事长、院长薛喜庆出席会议并致辞,河南大学第一附属医院院长、中国胸壁外科联盟河南联盟主席张双林到会祝贺并讲话。

胸壁疾病发病率高,但以往胸外科工作的重点集中于胸腔内脏器疾病的治疗,胸壁疾病被严重忽视。胸壁外科可以看作是胸外科的一个亚专业,主要以胸部外伤、胸部畸形、胸壁肿瘤、胸壁感染、胸壁缺损为主要诊疗内容,随着大众群体对身心健康和生活质量的不断追求以及中国胸壁外科联盟的成立且持续推动,胸壁外科的相关手术近年来得到了极大发展。

2018年9月,焦煤中央医院在河南省率先召开以胸壁外科为内容的研讨会;2020年12月,该院在河南成立第一家受中国胸壁外科联盟直接领导的焦作地区胸壁外科联盟,该院心胸外科主任周海波当选联盟主席。2021年10月,在中国胸壁外科联盟河南联盟成立大会上,周海波当选河南联盟副主席。目前,焦煤中央医院心胸外科瞄准胸壁外科发展,利用医院创伤治疗优势,开展胸壁创伤多根多段肋骨骨折、特殊类型肋骨骨折、胸骨骨折的重建及胸腔镜辅助下肋骨记忆合金环抱固定、康复防残;利用超微创技术开展以鸡胸、漏斗胸为重点的胸廓畸形治疗,改变常规使用的Nuss钢板手术治疗方法,消除了钢板在胸内需要翻转、固定不牢靠、容易移位导致复发等缺点,获得被治愈患者的一致好评,也弥补了一些患者以前治疗



会议现场。本报记者朱传胜摄

后复发的缺憾。

本次大会召开,势必推动全市胸部外伤及肋骨重建技术的普及。会上,还举行了焦作地区胸壁外科联盟牌匾颁发仪式,周海波先后向博爱县人民医院、沁阳市人民医院、温县人民医院、修武县人民医院、武陟县人民医院、孟州市复兴医院、孟州市中医院、焦作市第六人民医院、焦作市第五人民医院、焦作市第四人民医院、焦作市第三人民医院

颁发了牌匾。

河北医科大学第三医院胸外科主任、中国胸壁外科联盟副主席、京津冀联盟主席杨金良,河南大学第一附属医院张双林团队核心成员、博士杨忠信,胸腔镜肋骨骨折内固定全国培训基地首席专家、全腔镜肋骨骨折内固定术式发明人张继军分别结合胸壁外科相关主题进行了学术分享,现场学术氛围激烈,参会代表纷纷表示受益匪浅。

立秋之后说说“燥”

本报记者 孙阁河

立秋之后,许多人开始关注秋季养生。昨日,结合秋季养生不能回避的秋燥问题,记者采访了市中医院急诊科主任张军锋。他解释,从中医上来说,燥为“风、寒、暑、湿、燥、火”六气之一,具有干燥、收敛、清肃的特性。另外,燥易伤津,人体一旦耗伤津液,就会出现皮肤干涩皲裂、鼻干咽燥、口唇干裂、毛发干枯不荣、小便短少、大便干结等各种干涩征象;燥易伤肺,肺居于脏腑最上,称为“娇脏”,性喜清肃润,且外合皮毛,开窍于鼻,与天气相通,一旦伤损,就会出现干咳少痰、痰黏难咯以及痰中带血、喘息胸痛等症状。

具体说到燥的分类,张军锋进一步解释,燥有外、内之

分。外燥与季节、气候相关,又有温、凉之别。简单来说,初秋有夏日之余热,燥与热合谓之温燥;深秋有近冬之寒气,燥与寒合谓之凉燥。清代《通俗伤寒论》中指出:“秋深初凉,西风肃杀,感之者多病风燥,此属燥凉,较严冬风寒为轻;若久晴无雨,秋阳以曝,感之者多病温燥,此属燥热,较暮春风温为重。”《通俗伤寒论》中还说:“秋燥一证,先伤肺津,次伤胃液,终伤肝血肾阴。”内燥则是人体病变过程中阴液亏损形成的一种类似燥的状态,多为肌肉消瘦、五心烦热、骨蒸潮热、盗汗等特有征象。人们常说的秋燥多指外燥。外燥病多涉及感冒、咳嗽等病症,多数情况下会先伤及肺津。像温燥感冒者可

见发热头痛、微恶风寒、干咳少痰色黄、心烦口渴、唇口干燥、鼻腔咽喉干燥灼热、小便短黄,舌苔薄黄、脉浮数等;凉燥感冒者可见恶寒发热,头痛无汗,口、鼻、咽干燥,咳嗽痰少色白,舌苔薄白,脉浮紧等;肺燥咳嗽者主要表现为反复咳嗽,咳黄痰或白痰,并伴有口干、咽痛、便秘、尿赤、身热等。

张军锋强调,说到燥,就必须说说津液。津和液属于两个概念,是人体一切水液的总称,都来源于水谷精微。近代医家周学海在其《读医随笔》中说:“津亦水谷所化,其浊者为血,清者为津,以润脏腑、肌肉、脉络,使气血得以周行通利而不滞者此也。凡气血中不可无此,无此则槁涩不行矣……

液者,淖而极厚,不与气同奔逸者也,亦水谷所化,藏于骨节筋会之间,以利屈伸者。其外出孔窍,曰涕、曰涎,皆其类也。”所以,中医认为,津伤与液耗虽同属阴虚,但病变侧重点还是有明显差异的。

最后提到秋燥的治疗和预防,张军锋指出,古人早在《黄帝内经·素问·至真要大论》中就提出“燥者濡之”。清代《本草新编》则列举了各类燥病的具体治疗方法:“气燥,辛以湿之;血燥,甘以湿之;脏燥,咸以湿之;腑燥,凉以湿之。内燥,寒以湿之;外燥,苦以湿之;久燥,温以湿之;近燥,酸以湿之。燥不同,审虚实而湿之,则无不宣也。”



服务百姓
关爱健康



扫二维码
关注“焦作健康”

每周一出版

主编:金珊珊

执行:周丽娟

记者:朱传胜

新闻热线:13333916333

服务热线:15565602387

13598538802

天气炎热 营养师推荐几种蔬果

本报记者 孙阁河

日前,记者在市人民医院采访,偶遇该院营养师许天辰,问及“天这么热,吃点啥好”,许天辰推荐了几种适合当下吃的蔬菜瓜果,并表示,天气炎热,人们身体容易感到疲乏困顿,且影响食欲。此时,应季时蔬则是大自然对人们的恩赐。

许天辰介绍,黄瓜是当前人们日常生活中最常见的蔬菜之一,可以提高细胞免疫力、生津止渴、降低体温、促进新陈代谢。如果黄瓜与海带、墨鱼、章鱼等一同进食,有稳定血压的效果;与生菜、莲藕一同食用,

则可以抗炎、降温;与西瓜、辣椒、绿茶等同食,则有利尿、预防肾病的功效。如果女士有减脂需求时,黄瓜色拉金枪鱼、凉拌黄瓜、黄瓜鸡蛋饼,都是不错的减脂佳品。

番茄的营养功效可以抑制脂肪的堆积、降低中性脂肪、预防老年斑和雀斑的形成。番茄与卷心菜、青菜同食,可以促进血液循环;与大豆、西兰花、土豆、芝麻同食,可以抗衰老;与鸡蛋、苹果、橘子同食,具有缓解疲劳和护肤的功效。此外,番茄可以炒鸡蛋,可以烹制番茄土

豆肥牛汤,可以做番茄面等。糖拌番茄是很多人的最爱,如果番茄切开后洒上适量盐静置一会再拌糖,会增加香气和甜度,更好吃。

南瓜富含膳食纤维以及多种营养素,食用可以改善新陈代谢、促进血管疏通、增强毛细血管弹性。南瓜可以制作南瓜饼、浓香的南瓜汤和烤南瓜,与大蒜、茄子、菠菜同食,可以提高免疫力;与芦笋、海带、红豆同食,可以缓解肾病引发的水肿;与香菇、鸡肉、牛肉同食,可以调节肠胃功能。

青椒可加速新陈代谢、降低胆固醇和血脂,同时还有美容养颜的作用。青椒搭配鸡蛋、韭菜、菠菜,有助于防癌、抗衰;搭配牡蛎、墨鱼、玉米、糙米,有益于滋养强壮、防止糖尿病;搭配豆芽、猪肉、牛肉,有助于缓解空调病。

说到水果,许天辰介绍,像紫葡萄,可制作成茉莉葡萄茶饮、葡萄酸奶、葡萄养乐多等多种饮品。紫葡萄也可搭配菠萝、猕猴桃制作酸奶水果捞,有助于缓解疲劳;搭配芦笋、南瓜、萝卜,可预防高血压;与芹菜、黄瓜

配上咖喱饭,有助于改善肾功能。而应季水果桃子也是佳选。食用桃子可补充能量、消除水肿。桃子搭配坚果和酸奶,可以改善便秘;搭配红茶、葡萄柚、酸奶,有助于减重;搭配柠檬、牛油果、草莓,有抗衰的作用。

许天辰提醒,高温天气,人们往往食欲不佳,在平衡膳食的前提下,选择增加食欲的食物可以补充营养不足,但在食用方法上,并不建议选择冰凉、冷冻食物,因为冰凉食物容易削弱胃肠功能,导致机体免疫力下降。