



# 中西医结合报

主办: 十堰市中西医结合医院 健康服务热线: 0719-8615000 网址: www.syzxy.org.cn 内部刊物 免费取阅

## 我院2018年党员春季轮训圆满完成



为深入学习贯彻党的十九大和十九届二中、三中全会及习近平总书记系列重要讲话精神, 切实加强基层党组织和党员队伍建设, 切实提高医院全体党员的理论素质, 我院自3月5日起对全体党员开展集中培训学习。

本次春季轮训时间为2018年3月5日至3月20日。以“集中学习”和“党员自学”相结合的方式, 采取集中授课、专题讨论等形式, 组织党员认真学习党的十九大精神、十九届二中、三中全会精神、《党章》、《中国共产党廉洁自律准则》、《中国共产党纪律处分条例》和《中国共产党党和国家机关基层组织工作条例》《全面贯彻落实党的十九大精神以永远在路上的执着把从严治党引向深入》、第四次职代会精神等内容, 通过轮训提升了全体党员将理论学习与解决医院、科室或岗位实际问题相结合能力, 进一步增强全体党员政治意识、大局意识、核心意识、看齐意识, 坚持以病人为中心, 立足岗位, 乐于奉献, 为全面完成2018年医院各项目标而努力。

### 医德高尚技术精 真情护理暖人心

家住郧县茶店镇的朱女士患有严重的失眠、头痛症状, 就诊多家医院医治无效。仅2017年10月份在各医院检查费就花去几千元仍未找到病因, 在亲友介绍下来到我院失眠科。在全科医护人员的精心治疗和护理下, 患者病情一天天好转, 半月后痊愈出院。出院前患者将一面“医德高尚技术精, 真情护理暖人心”锦旗送至医护人员手中。“一面锦旗也表达不了对医护人员的感激之心”, 这是朱女士对医护人员常说的一句话, 犹如寒冬里的一股暖流温暖了失眠科每一个医护人员的心。



# 厚德

# 博爱

# 严勤

# 和行

## 中医辨证 西医诊断 中西医结合诊治疑难杂症

### ——访十堰市十大名医李国臣

近日, 从市卫计委获悉, 我院名医李国臣被评为十堰市“十大名中医”, 这是继他获得“湖北省知名中医”后的又一殊荣。

李国臣, 湖北省知名中医, 主任医师, 从事中医内科工作25年, 积累了丰富的临床经验, 擅长中医辨证治疗脑血管病、糖尿病、冠心病等各种疑难杂症。从事高血压及相关疾病(糖尿病、冠心病、脑中风)的诊治研究, 撰写论文80余篇, 参加《中华高血压》杂志学术争鸣和病例讨论50余次。现任市我院名医堂主任中医师。



李国臣是名副其实的“老中医”, 行医25年来他临床经验极其丰富, 学术成就也颇有建树, 不管是在老家河南, 还是在第二家乡十堰, 说起名中医, 很多人都会提起他的大名。一场与中医的偶然邂逅, 成了他半生为之奋斗的奇缘。攻克诸多疑难杂症, 打造知名中医科室, 推行疑难杂症全院会诊模式, 不断提出新的学术课题, 52岁的他还在继续为中医发展发光发热。

### 父亲生病使他走上中医之路

“李医生, 你的办公室好讲究, 布置的这么雅致。”很多病人来找李国臣看病, 第一眼总会被他办公室的陈设所吸引。这间位于二楼的办公室不大, 一进门就能看到一堵花架, 整体中式风格, 上置精致摆件。李国臣就在花架一侧, 精神饱满, 面带微笑, 对病人客客气气。

李国臣高中毕业选志愿时, 恰巧父亲患偏瘫, 于是果断报考医学, 并被河南一所中医学院录取, 这便与中医结缘了, 走上了中医临床之路, 尽管生于医圣张仲景的故乡南阳。但之前仅仅认识十来种中草药, 那还是因为生于伏牛山山区的原因, 上大学前李国臣对中医的印象还是一片空白。

中医学院毕业后, 大学时的同学从事临床后基本被“西化”, “综合医院的纯中医没有生存的土壤, 要么中医中药不治病重调养, 要么中医不‘科学’, 要么就是起效慢。”庆幸的是, 李国臣没有放弃中医, 有时尽管病人不开中药, 他也模拟开中药处方, 以免忘记中药、方剂和证型。他还积极补充自己的短板, 即内科学的诊断和急救抢救技术。

同时, 他也学习心内科的急救内容, 在其中发现高血压病涉及到心脑血管眼全身, 与中医的整体观念有共同点, 这让他开始重点关注高血压方面的中西医结合

### 中西医结合治疗疑难杂症

近几年来, 李国臣遇到了不少疑难杂症, 在临床诊疗中他逐渐发现, 中医辨证西医诊断相结合, 才能更好的治疗疑难杂症。

今年前, 一个平时身体很好的90多岁的老爷子, 被家人带到我院, 说他发烧不止, 已经打过针吃过药就是不见效。“恐怕不仅仅是发烧这么简单, 你们还是赶紧去做个全面检查, 不能就当感冒随便打针吃药。”在给这位老人诊脉后李国臣说。

果不其然, 系列检查后发现, 这位老人有低蛋白血症, 而且胆道结石, 还伴有肝腹水, 多种疾病缠在一起, 让这位老人食无味寝不安, 通过西医诊治给老人输了不少白蛋白后, 李国臣意识到, 治疗这个老人的病不能急火猛攻, 需要逐步调节, 让他的身体机能一步一步恢

复, 最后正气固元。

李国臣先给他开了几副中药调脾胃, 让他的饮食恢复正常, 同时西医给他退烧, 然后让他服用鸡内金, 化解胆结石, 再逐步治疗肝腹水。在医院住了个把月, 服用了二三十副中药后, 这个老人身体逐渐健旺起来。“我当时进医院的愿望就是能把我的能走路就行了, 没想到李医生把我一身的毛病都治得差不多了。”出院时这位老人激动地拉着李国臣的手不愿放开。

还有一位病人长期头晕, 检查出是脑供血不足。“很多中医诊断的话, 会按照痰湿型头晕来开方子, 用健脾利湿的方法治疗, 这种方法短期效果好, 长期效果就差了一些。”李国臣结合病史对病人进行了检查, 在开中医方时在祛湿的基础上, 又加入活血的药物, 吃了十多副中药后, 这位病人的头晕症状得到了极大缓解。

对李国臣来说, 从医几十年来, 他接触了不计其数的疑难杂症, 每治疗一个他都有新的收获和感悟。学医之路道阻且长, 中医文化博大精深, 必须时刻保持谦逊的姿态, 才能活到老学到老, 把不同的医学领域治疗经验融会贯通, 更好的解除每一位病患的病痛。

### 完善疑难杂症全院会诊模式

李国臣认识到, 神经免疫内分泌网为中医临床研究打开了一扇窗, 生理-心理-社会医学三合一的模式为中医理念铺就了一条道路。他把中医前行方向深入到心理精神疾病层面, “这也是脑科学的奥秘, 身心合一才是中医的根基, 从而走向更深、更高的三合一(生理层面的气血和、心理层面的形神和、命理层面的天和人)境界”。

李国臣说, 疾病预防和治疗始终把握两点, 一是紧跟医学前沿, 二是走中西医结合之路。预防和治疗一起抓, 无论是门诊和病房, 健康教育从不放松, 急性期和恢复期治疗同等对待, 个体化与系统化治疗贯穿始终, 经济条件差异选择对应优化方案。中西医结合治疗, 急性期, 以西药为主辅以中医辨证, 中医中药尽早介入; 恢复期, 以药物为主辅以康复理疗, 康复理念贯穿始终。

“辨病和辨证相结合, 这样治疗效果更持久, 针对性更强, 症状改善更快, 对病人的身体负担和医疗费用负担也减少。”李国臣介绍, 在院领导带领下, 名医堂将全力配合医院各医疗中心, 做好疑难杂症全院会诊模式, 提高疑难杂症的中西医结合诊断水平。

## 我院召开迎接国家卫生城市复审动员大会

3月23日, 我院召开迎接全国卫生城市复审动员大会。院领导、各科室负责人参加了会议。

会上, 院长朱少铭强调了要充分认识到国家卫生城市复审的紧迫性和重要性, 切实增强责任感和使命感。要求全院干部职工统一思想, 提高认识, 积极投身到迎审工作中来。要树立起卫生城市人人有责任, 人人有义务的意识。号召全院干部职工迅速行动起来, 积极做好迎接检查的各项准备, 在做好日常工作的基础上, 把迎接国家级卫生城复审当前的一项重要工作, 放在心上, 率先垂范, 创优争先, 确保顺利通过复审。

会议还传达了卫生城市复审对医院工作的具体要求, 下发了《市中西医结合医院2018年迎接国家卫生城市复审工作方案》, 对医院为迎接国家卫生城市复审在环境卫生、健康教育、传染病防治等方面的工作进行了部署。



## 来我院指导消防工作 十堰市张湾区消防大队

3月23日上午, 张湾分局消防大队大队长裴刚一行四人对我院消防安全工作进行了检查和指导, 院长朱少铭、副院长丁爱萍、后勤服务中心主任谭伦及相关部门负责人陪同。

会上, 院长朱少铭就我院发展历史、近期开展工作等方面进行了汇报, 并表达了我院消防安全工作的重视, 坚决贯彻落实各级安全工作会议精神, 一如既往地做好医院消防安全工作, 确保不发生重特大事故。

消防大队一行人在实地查看了门诊楼等公共场所的消防系统后, 就应对突发事件与我院工作人员进行了深入的询问和交流, 并就今后如何改进我院消防安全工作进行了相关指导。



扫一扫

## 市纪委监委驻市卫计委纪检组一行来院指导工作

3月21日, 市纪委监委驻市卫计委纪检组一行在组长郑化海书记带领下来院指导工作。院领导及相关科室负责人陪同。

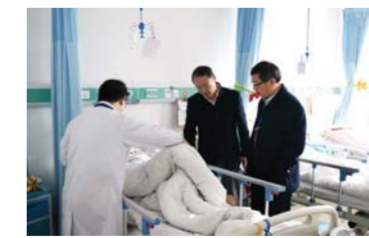
会上, 院长朱少铭分别从医院近期工作开展情况和党建工作及党风廉政建设等方面做了详细汇报。在听取了朱院长的汇报后, 郑化海表示, 我院发展速度与成绩值得肯定, 这与医

院的党建工作有章法密不可分。当谈到当前形势时, 郑化海要求, 我院领导干部深入学习十九大精神, 树立医院发展的信心, 积极响应习总书记号召, 强化四个意识(政治意识、大局意识、核心意识、看齐意识), 发挥新时代担当精神, 建立完善制度建设, 谋划医院更好更快的发展。

随后, 郑书记一行来到卒中中心、中医经典病区等实地查看了我院六大中心建设情况, 对我院的中医治疗心衰、呼吸衰、中西医结合静脉溶栓等进行了深入了解, 并指导我院在推广《中医药法》、落实健康中国战略工作中, 按照习近平总书记“中西医并重”战略找准自身定位, 推进医院工作更上一层楼。



## 市委组织部副部长、市人社局局长芦汉国来院调研指导六大中心建设



3月17日, 市委组织部副部长、市人社局局长、党组书记芦汉国等领导一行来院调研。院长朱少铭、党总支书记吴云毅等陪同。

在实地调研中医经典病房、卒中中心病区, 并了解了我院六大中心建设情况后, 芦局长充分肯定了我院应用中西医结合办法在急危重症疾病方面

进行了卓有成效的探索, 并表示一定大力支持医院的学科建设、人才建设, 希望医院在建设健康中国战略中做出更多更大的贡献。

# 我院开展“凝心聚力相聚药园 庆三八登山比赛”活动



为营造健康向上的医院文化,增强医院职工的凝聚力,丰富职工的业余文体生活,提高身体素质。3月11日,由医院工会、妇委会、团总支牵头在四方山举行了“凝心聚力相聚药园庆三八”职工登山比赛”活动,共200余职工参加了比赛,来自各科室的摄影协会的爱好者们全程参与了活动。

上午9时许,四方山脚下聚集了来自医院各部门科室富有朝气的选手们,他们个个热情高涨,兴致勃勃,带着昂扬的斗志整装待发,在青山绿水的映衬下,成为一道亮丽的风景。比赛从四方山北广场出发,终点为我院的药园,比赛中,大家奋勇



# 我院表彰三八红旗手及三八红旗集体

3月8日,在三八国际妇女节到来之际,我院召开“三八红旗集体、三八红旗手”表彰大会。会上,院领导宣读了表彰决定,对在各科室、中帼不让须眉,吃苦耐劳、勇于创新,在各自岗位上作出了不同的贡献。她们展现了当代优秀女性自尊、自信、自立、自强的中帼风貌和中西医结合事业成就。



# 绿地志愿服务队三月活动纪实



初春的三月,春风送暖,百花争艳,在“3.3 全国爱耳日”、“3.5 雷锋日”、“3.8 妇女节”、“国际睡眠日”等主题活动日之际,我院绿地志愿服务队相继在汉江街办夏家店社区、马家沟村、西沟乡卫生院、红卫街办石桥村等地开展了一系列义诊活动,为当地居民提供了妇科体检、内耳检查、心电图检测、血糖血压监测、针灸治疗等健康咨询服务。



在活动现场,前来咨询和问诊的居民络绎不绝,参与义诊活动的内科、外科、妇科、针灸科、五官科、精神科、药剂科医务人员耐心地为群众答疑解惑,对一些病情相对严重的嘱咐其尽快来医院详细检查就诊。尤其是广大



妇女,听说专科三甲医院的妇科体检来到了家门口,纷纷相约着来做检查,筛查病情。在红卫街办石桥村,针灸科陈燕主任为几位颈肩疼痛的妇女现场扎上了针灸,不到半个小时,疼痛得到了极大的缓解,神奇的针灸手法得到了现场群众的纷纷称赞。在西沟乡卫生院,妇科主任曾娟对卫生



院的医护人员和当地妇女群众开展了专科健康讲堂,并对在院的妇科病患进行了教学查房。绿地志愿服务队的系列活动为广大基层群众提供了更加方便的诊疗服务,充分落实了深入基层、普惠群众的医改思想,普及了医疗保健知识,加强了全民保健意识。



Table with 2 columns: Department Name and Staff Name. Includes departments like 名医堂, 急诊科, 内I科, etc.

# 腰酸背痛别再怪老腰不给力了,你的肚子才是罪魁祸首 ——针灸科腹针来解救!



小时候我们就经常被训诫“老弯腰会驼背”,到后面读书上学毕业工作,我们则亲身体会到了伏案日久带来的腰酸背痛,对于这种“小毛病,小问题”,很少有人深究,觉得只是腰背肌肉用多了的疲劳表现,捶捶腿,伸伸腰,该怎么还是怎么样。临床工作对于这种说不上病的亚健康状态也很少做深入的解读。



如若能理解《解剖列车》(AnatomyTrain)的观点,从一个整体的视角来审视这一问题,不把视线局限在腰背的疼痛,就会恍然大悟:原来轻微驼背、腰背疼痛这些不适的真正根源很可能在前不在后,在腹不在背,在于身体前侧的肌肉如腹肌等的过度收缩强化紧张,而不在于腰背肌肉的主动劳累过度。



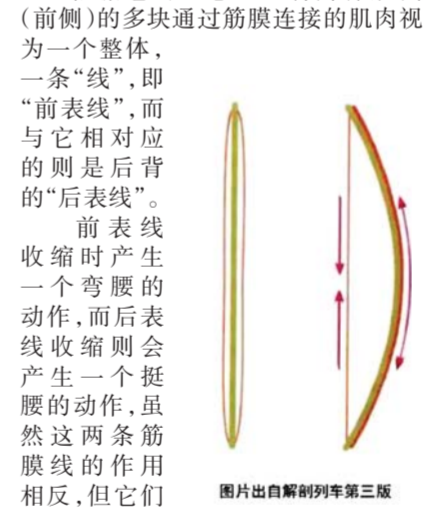
许多人长期伏案后,感到腰酸背痛,便会下意识地觉得是这一部分肌肉使用过度,但若深入思考,便可发觉这一认识存在谬误。肌肉是通过收缩来拉动骨骼运动的,当肌肉主动发

力时,会缩短其连接两端的距离,举哑铃的时候我们都可以感觉到自己肱二头肌的主动收缩。而弯腰时脊背被拉长,真正发力缩短的是与腰背相对的腹侧(前侧)肌肉,这是仰卧起坐可以锻炼腹肌的原因,也是确认腰背不是引发弯腰动作肌肉的理由。

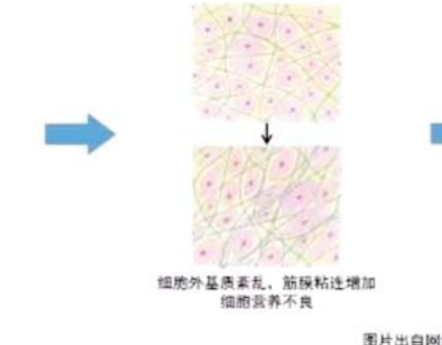


## 二、腰背肌没发力却会痛?

腰背肌虽然没有主动发力收缩,但却并非与弯腰动作毫无关系,解剖列车中前表线(superficial front line)与后表线(superficial back line)的关系准确的阐述了它在弯腰动作中受到的被动牵拉作用。



前表线收缩时产生一个弯腰的动作,而后表线收缩则会产生一个挺腰的动作,虽然这两条筋膜线的作用相反,但它们



的两端连接部位相近。两线的上端以不同的纤维走行方向汇入头皮筋膜,下端则分别附在足背(前表线)和足底(后表线),如果把身体躯干想象成一根木棍的话,它们两者就是连在木棍两端的两根橡皮筋,其中一根缩短,另一根就会被动的被拉长。

保持弯腰的动作时,前表线上的肌肉筋膜主动缩短,后表线上的肌肉筋膜则被牵拉变长。持续牵拉会刺激后表线筋膜中的成纤维细胞合成各类纤维分子,新合成的纤维使得原本排列有序的细胞外基质结构趋于紊乱,这不仅增加了运动时筋膜间的粘连,妨碍了不同层次间筋膜的相互滑动,产生出额外的摩擦损伤,而且影响了原本高效的有序的血管分布路线,部分细胞因此不能得到充分的营养供应。

额外的损伤与营养的不足都能刺激细胞分泌炎症因子,进而引发局部的炎症反应,造成腰背部的疼痛。

如果常年累月的维持不良体位,前表线上的肌肉会因为长期主动收缩而得到强化,后表线的肌肉筋膜则因为被动牵拉而衰弱延长,即使在平时静息状态也会因为前后力量的不平衡而出现弯腰驼背。

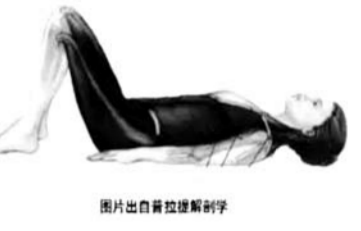
## 三、腰痛要拉伸腹肌!

生活中,当我们被腰背疼痛困扰时,常常只关注了疼痛的腰背,却未能发觉前侧肌肉的紧张,但要知道,受害者会发声,而加害者却不会。

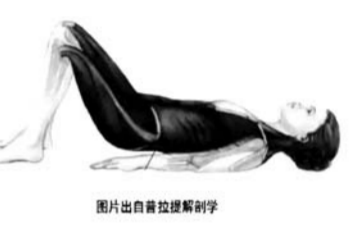
腰痛、弯腰驼背的根源除了后侧疼痛肌肉的牵拉损伤外,更有身体前侧肌肉的过度强化缩短。如果不能正确的处理前侧肌肉的紧张问题,仅仅捶捶腰,按摩背也许能短暂地缓解疼痛,但稍一弯腰工作又会很快复发。

所以想要有效而长期地缓解疼痛、改善站姿,就需要采用与伏案弯腰相反的动作来主动收缩后表线,被动牵拉前表线。这也是我们弯腰工作久了,一站起来就总会本能地伸伸懒腰的原因。如果腰背肌肉因为长期的不良姿势而比较羸弱,那么对它的锻炼就可以尝试先从比较轻柔缓和的脊柱挺起开始:

分开同髋宽。手臂置于地板上位于身体两侧。



(二)利用腹肌下部,从脊柱底部开始慢慢抬起身体。使脊柱的每一节段按顺序运动并离开地面。



(三)将身体抬高至一个利用肩胛骨能保持平衡的位置。保持此姿势,然后进行反向运动以返回至起始位置。



动作中感受腰背的主动发力和前面腹部的拉伸,动作幅度从小到大,动作不要太快,每分钟10-15次即可,运动量以不引起腰背劳累站立不稳为宜。



腹针疗法是通过针刺腹部特定穴位治疗全身疾病的一种针刺方法。该疗法根据以神阙穴为中心的腹部先天经络系统理论,寻找与全身部位相关的反应点,并对其进行相应的轻微刺激,从而达到治疗疾病的目的。临床主要适用于运动系统和神经系统疾病。主治:落枕、肋间神经痛、肩部扭伤、急性腰扭伤、坐骨神经痛、面瘫、脑梗塞等病症。用腹针疗法。分别取相对应的颈部、胸部、肩部、腰部、下肢部穴。也可配合体针疗法。十堰市中西医结合医院(红十字会医院)针灸科全体医护人员利用过硬的技术,始终坚持以病人为中心,做到一切为了病人,一切方便病人,一切服务病人,让病人方便在门诊,温馨在病房,放心在医院。

就诊地址:门诊楼三楼针灸科住院部 咨询电话:0719-8615627(针灸科) 预约联系人:陈燕:13451241078