

周德成:手法复位解眩晕 统筹调理治共病



身边好医生

单位和职务:南安市医院 质控科副科长/中西医结合科·老年病科副主任医师

专业:中西医结合内科

特长:从事内科常见病、多发病的中西医结合诊治工作,擅长头晕或眩晕、头痛、失眠等疾病的诊治和老年共病管理,熟练开展耳石症的手法复位治疗,及头晕或眩晕疾病的前庭康复训练。福建省首批基层老中医药专家师承带徒工作继承人。现任福建省中西医结合学会老年医学分会委员、泉州市医学会老年医学分会委员、泉州市中西医结合学会理事。发表学术论文数篇,参编《南安市民保健指南》。

■本报记者 黄伟勋

清晨7点半,南安市医院中西医结合科的医生办公室已亮起灯光。副主任医师周德成像往常一样提前



周德成为患者治疗。

到岗,仔细翻阅患者的病历,为一天的工作做准备。诊室墙上挂着一面锦旗,上书“圣手仁心,医德高尚”,这是一位被耳石症折磨多年的患者黄阿姨送来的。

3年前的冬天,67岁的黄阿姨因反复头晕、常有天旋地转的感觉,辗转多家医院治疗未果,最终找到周德成。经细致问诊和变位试验,周德成确诊她患上耳石症合并焦虑状态。随后,周德成立即为患者实施了手法复位治疗,短短10分钟,随着他娴熟的操作手法,黄阿姨的眩晕症状当场缓解。此

后,他又为黄阿姨制定了个性化的前庭康复训练方案、认知行为治疗及中药调理,并每周随访指导。一个月后,黄阿姨终于摆脱了困扰多年的“眩晕噩梦”。“周医生不仅技术好,还总把病人当亲人!”黄阿姨连连夸赞。

这样的案例在周德成的职业生涯中不胜枚举。作为福建省首批基层老中医药专家师承带徒工作继承人,他深谙“中西医结合”的精髓:既精通现代医学的精准诊疗,又善用中医整体调理。面对头晕或眩晕、头痛、失眠等疾病,他遵循“辨病一辨证一辨体质”

三位一体诊疗模式,取得较好临床疗效。尤其在头晕及眩晕领域,他熟练运用耳石复位手法与前庭康复训练结合中药调理,惠及数千名患者。

周德成的另一项专长是老年人共病管理。他曾接诊过一位88岁的刘大爷,患者同时患有高血压、糖尿病、冠心病、慢性阻塞性肺病及焦虑失眠,辗转求医却疗效不佳。周德成打破“头痛医头”的局限,通过中西医结合方案,优化多重用药,在控制基础病的同时,配合安神中药改善睡眠,辅以心理疏导。3个月后,刘大爷的指标趋稳,精神状态焕然一新。“周医生就像家里的‘健康管家’,什么问题都能统筹解决!”家属感激地说。

作为医院质控科副科长,周德成始终以“精益求精”为准则,协助开展医疗质量管控工作,确保医疗服务安全规范。在科室建设中,他参与制定中西医结合诊疗规范,定期组织业务培训,毫无保留地传授耳石复位技术。在基层帮扶中,他投身门诊、查房、病历书写规范培训,指导基层医生优化诊疗方案,强化技术能力。一位基层医生感慨道:“周主任不仅手把手教我们技术,还留下联系方式随时指导。以前总怕处理不好复杂病情,现在有了专家后盾,服务群众时更有底气。”



健康资讯

知名老中医杨叔禹到南安中医院“传经送宝”

本报讯(记者 黄伟勋)近日,国务院政府特殊津贴专家杨叔禹教授到访南安市中医院,在内分泌科开展每月一次的教学查房、学术讲学与专家坐诊活动。

查房环节中,杨叔禹重点诊察了一位62岁的男性糖尿病患者。该患者患病20余年,合并糖尿病肾病与周围神经病变,此次因血糖控制不佳伴腹痛入院调治。经前期系统治疗,患者血糖已趋于平稳,糖尿病典型症状显著改善,并发症也得到缓解。其核心难点在于患者上腹部闷痛、食欲欠佳,经多次治疗仍无改善。

针对在场医师对于患者肝郁气滞、脾虚湿阻的不同见解及对应治法,杨叔禹不拘常法,于繁杂症象中厘清病机,指出本病属虚实夹杂、寒热交错。他据此拟方,以达滋养肝阴、疏肝理气之效。此番辨证让在场医师豁然开朗。

杨叔禹还定期组织年轻医师开展学术研讨,学员们围绕《伤寒论·类方》中的三个泻心汤分享学习体会,并就“升降散”的临床应用展开热烈讨论。

随后,杨叔禹在名医工作室开展专家坐诊,为慕名而来的患者提供优质中医服务。诊疗过程中,杨叔禹对每位患者都详细问诊、察舌脉,根据病情量身定制最优方案,涵盖中药汤剂、代茶饮、心身结合等多种中医诊疗方式。同时,他耐心解答随诊医师提出的疑问,毫无保留地分享临床经验与辨证思路。专业细致的诊疗服务与倾囊相授的教学态度,让每一位就诊患者都收获满满,也为年轻医师搭建了宝贵的学习平台。

南安市中医院将持续深化与名老中医的学术交流合作,一方面不断完善“临床带教+经典研讨+病例复盘”的培养模式,加速青年医师成长,筑牢中医人才梯队;另一方面将所学所悟转化为服务能力,聚焦内分泌、慢性病等重点领域,探索更具针对性的中医诊疗方案,让优质中医服务惠及更多群众。

南安市医院举办提升班 提升医院人文素养和护理质量

本报讯(记者 黄伟勋)为全面提升南安市护理人员综合素养,近日,南安市护理学会联合南安市医院举办了基层医院人文素养和护理质量管理提升班。

当天,提升班邀请了泉州医学高等专科学校护理学院院长李辉、泉州市妇幼保健院护理部副主任柯丽清、厦门大学附属中山医院杜玉虹分别授课。李辉以《如何提高护士职业素养》为题,从职业形象、仪容仪表、言行举止等方面,系统阐述了护理礼仪的核心要义。杜玉虹带来的《叙事护理在临床中的运用和推广》,引领学员们走进了一个全新的护理视角,她从叙事护理的理论基础到实践应用,通过真实感人的临床案例,展示了如何通过倾听患者故事、理解患者经历,为患者提供更具个性化的护理服务。柯丽清聚焦于“学术型PPT的设计与制作”,从逻辑结构、视觉设计、表达技巧等多个维度,系统讲解了如何制作专业、精美的学术汇报PPT。这门课程极大地提升了护理人员学术交流、成果展示方面的专业表达能力。

赞!省新卫生院连获两面锦旗

本报讯(记者 黄伟勋)近日,来自南安市金淘镇的叶女士和泉州的林先生将绣有“医术精湛、医德高尚”“妙手扶桑梓、仁心济苍生”的两面锦旗,送到省新卫生院碎石中心主任黄燕红及团队医护人员手中,以表达对他们治疗技术的肯定和贴心服务的诚挚谢意。

林先生患有输尿管结石,此前曾辗转多家医院,尝试过药物排石等多种治疗方式,但效果均不理想,结石还引发持续的腰腹部疼痛和肾积水。经朋友推荐,林先生得知省新卫生院碎石中心在泌尿系结石治疗方面经验丰富后,抱着希望前来就诊。黄燕红团队接诊后,迅速为他完善了相关检查,结合影像学结果和患者身体状况,成功地为他进行了体外冲击波碎石。术后当天,林先生便不再疼痛,结石也顺利排出。

为了感谢黄燕红娴熟精湛的技术和医护团队的整体高效配合,他定制了锦旗,表达内心的感激之情。

无独有偶,叶女士也受结石困扰已久。她入院时排尿困难加重,下腹部憋胀疼痛难忍。碎石团队接诊后,详细询问病情,进行细致的结石病相关检查,快速准确地判断病情,初步诊断结石的直径为2.3cm。经过一段时间的治疗及调理,叶女士看着引流袋由淡红色变为淡黄色,紧绷的眉头渐渐舒展了。在碎石团队和护理团队的共同努力下,叶女士的病情明显好转,最终康复出院。

“整个手术十分顺利,让我们真切地感受到了医护们的专业。”叶女士在送上锦旗的同时,不忘为该团队点赞。

“糖人”如何正确饮食 听听专家怎么说



■本报记者 黄伟勋
通讯员 黄秀美

每年的11月14日是“世界糖尿病日”,今年的主题是“糖尿病与幸福感”,旨在普及糖尿病的认识、预防等知识,提高大家对糖尿病的重视。俗话说“民以食为天”,对糖尿病患者而言,如何正确地吃饭是治疗糖尿病的关键环节,饮食控制得好坏直接影响病情发展。

“大多数人认为吃主食容易升高血糖,所以选择少吃或不吃主食。其实对于糖尿病患者来说,主食也是一个‘好帮手’。”南安市疾控中心的专家介绍,只有把主食吃对吃好,血糖才能控制住。首先,主食是复杂的碳水化合物,食用后血糖不会迅速上升。其次,主食可以提供人体活动的能量,也是最经济的营养来源,少吃或不吃,可能导致脂肪和蛋白质超标,而摄入总能量不够,从而使体内脂肪、蛋白质过量分解导致身体消瘦、营养不良,甚至产生饥饿性酮症,对身体也是有危害的。

糖尿病患者应遵守饮食规律、定时定量原则。定时定量进餐,既能保证营养充足,又可减轻胰腺负担,有利于控制好血糖。为预防低血糖发生,注射胰岛素的患者以规律进食三餐为宜。定时定量进餐,与药物作用、运动时间保持一致,使血糖不会波动太大。但对于一些特殊情况,比如孕妇、儿童,进餐次数可适当调整。

专家建议糖尿病患者尽量吃“干”的,如馒头、米饭、饼等,不要吃面糊糊、粥或泡饭、面片汤、面条等。因为越稀的饮食,经过烹饪的时间越长,食物越软烂,意味着越好消化吸收,则升糖越快。糖尿病患者应吃“绿”不吃“红”,一般绿色的蔬菜,多是含有叶绿素的植物,如白菜、油菜。红色的蔬菜含糖相对较高,应尽量减少食用。比如吃同样重量的黄瓜和西红柿,西红柿可以明显升糖。所以,在不能确定的情况下,绿色的一般比较保险。

日常生活中,糖尿病患者适合吃五谷杂粮,如荞麦面、燕麦片、玉米面、紫山药等富含维生素B、多种微量元素及膳食纤维,以低糖、低淀粉的食物或者粗粮以及蔬菜等做主食;适合豆类及豆制品富含蛋白质、无机盐和维生

素,且豆油含饱和脂肪酸,能降低血清胆固醇及甘油三酯;也适合苦瓜、洋葱、香菇等,升糖指数较低,对血糖影响小,是糖尿病人的理想食物,在相同情况下,作为首选食用,或搭配升糖指数偏高的食物,也是理想选择。

需要注意的是,糖尿病患者不宜吃各种糖、蜜饯、水果罐头、汽水、果汁、果酱、冰激凌、甜饼干、甜面包及糖制糕点,还有无糖饼干、无糖食物之类的,以上食品基本含大量淀粉,因为这些食品含糖很高,食用后易出现高血糖。糖尿病患者不宜吃含高胆固醇的食物及动物脂肪,如动物的脑、肝、心、肺、腰以及蛋黄、肥肉、黄油、猪牛羊油等,这些食物易使血脂升高,易发生动脉粥样硬化。要少吃烟熏、烘烤、腌制等加工肉类产品,此类食物含钠较高,可能使血压升高。糖尿病患者不宜饮酒,酒精能使血糖发生波动,空腹大量饮酒时,可发生严重的低血糖,而且醉酒往往能掩盖低血糖的表现,不易发现,非常危险。

总而言之,糖尿病患者,饮食基本原则是三餐定量,根据自身热量需求,在医生帮助下,制定每餐需要进食量,避免大幅度波动和暴饮暴食,从而配合口服药物或胰岛素,更好地控制血糖。

产后肚子松、腰背痛? 医生:腹直肌分离要抓住修复黄金期

■本报记者 黄伟勋 文/图

近日,32岁的李女士在南安市妇幼保健院成功完成了产后腹直肌分离修复,重拾对身材的信心,笑容再次变得灿烂而明亮。

李女士二胎产后一年多了,她最大的烦恼就是产后腹部松弛无力,常常感到腰背酸痛不说,剧烈运动时能感觉到腹部有明显的沟壑状凹陷,体态的变化让她陷入了焦虑。8月初,李女士来到南安市妇幼保健院中医科,康复治疗师黄紫妍通过专业触诊,诊断李女士存在腹直肌分离3.5cm的问题,并迅速为其量身定制了综合康复方案。

“很多人误以为产后肚子松垮是脂肪问题,常常盲目节食或做卷腹运动,殊不知这可能是腹直肌分离的信号。”黄紫妍说,妊娠期腹部过度拉伸会导致腹白线变宽,腹直肌向两侧分离,若不进行针对性修复,不仅影响美观,更可能导致腰背痛、内脏移位等健康问题。



治疗师进行精准的手法复位。

什么是腹直肌分离?据介绍,腹直肌分离主要是指腹部正中腹白线被拉伸变薄,导致左右两侧腹直肌间距过大。这常见于孕期和产后的女性,因为增大的子宫会使腹壁承受巨大压

力。肥胖、腹部手术等因素也可能导致腹直肌分离。正常情况下产后腹白线会自然回缩,腹直肌逐渐靠拢。分离超过2cm,则被认为需要干预。腹直肌分离的危害不容小觑,它

可能会导致腹部松弛,影响美观;肌肉劳损,腰背疼痛;骨盆前倾,腰椎前凸;内脏下垂,盆底松弛等。

针对李女士产后一年已久的情况,治疗团队采用了“电刺激+专业手法+中医外治”的综合疗法。通过仿生电刺激深层唤醒休眠的腹横肌、腹斜肌,增强核心肌群的力量与紧致度;再由治疗师进行精准的手法复位,引导肌肉向中间靠拢;同时配合中医任脉灸,温通经络,促进气血循环,改善代谢。

经过不到一个月的系统治疗,李女士的复诊结果令人欣喜:腹直肌分离距离从3.5cm成功恢复到1.8cm,腰围更是减少了6cm。

尽管仿生电刺激、腹部筋膜收手法、核心肌群训练动作可以有效修复腹直肌分离,但医生仍提醒,腹直肌修复的最佳时间在产后6周到6个月之间。产后进行腹直肌修复有利于产妇形体恢复,促进肠蠕动,减轻或预防盆腔脏器的下垂与移位。因此,产后女性应重视腹直肌修复,抓住黄金修复期,积极进行相关康复训练与治疗。