

别把打鼾当“睡得香” 小心睡眠呼吸暂停找上门

本报讯(记者 黄伟勋)不少人认为打鼾是“睡得香”的表现,却不知这可能是健康发出的预警信号。日前,市民梁先生就在南安市医院接受治疗,解决了多年的打鼾难题。

梁先生深受打鼾困扰多年,由于夜间频繁被憋醒,导致他白天精神萎靡、昏昏沉沉,仿佛彻夜未眠,工作效率大打折扣。为此,他前往南安市医院耳鼻喉科就诊。经纤维喉镜检查及睡眠呼吸检测,梁先生被确诊为阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征,而其气道阻塞来源为咽平面狭窄和舌体肥厚伴舌根后坠。

针对这一病情,该院耳鼻喉科团队为其制定个性化手术方案:在全身麻醉下,实施改良腭咽成形术以及舌体部分切除术。手术通过扩大上呼吸道空间,减少睡眠时因软腭和舌根后坠造成的堵塞。术后梁先生恢复顺利,夜间打鼾和呼吸暂停现象基本消失,白天精神焕然一新,生活质量显著提升。

医生介绍,人睡后,患者咽部肌肉松弛导致气道变窄,呼吸时气流通过这个狭窄通道,振动周围软组织,就产生了鼾声。当气道狭窄到一定程度时,会引发呼吸暂停,进而发展



为阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征,长期忽视会严重损害身体健康。睡眠中的反复呼吸暂停,会导致身体间歇性缺氧,破坏睡眠结构。长此以往,后果远比想象中严重:患者白天状态差,晨起头痛、口干,白天难以抑制的困倦、疲劳,注意力不集中,记忆力下降,影响工作和学习效率,甚至成为交通事故的导火索;患者会出现情绪与精神困扰,易怒、焦虑、抑郁等

情绪问题可能与之相关;该病还是诱发和加重高血压、冠心病、心律失常、脑卒中等心脑血管疾病的独立危险因素,与2型糖尿病、代谢综合征也关系密切。此外,阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征还可能导致夜尿增多、性功能障碍,儿童还可能出现发育迟缓、注意力缺陷等问题。

市民或家人一旦发现鼾声不规则、时有中断,或伴有白天疲乏、晨起

头痛等症状,应及时到耳鼻喉科或睡眠门诊就诊。多导睡眠监测是诊断睡眠呼吸暂停的“金标准”,可以整夜记录脑电、呼吸、血氧等数据,精准评估病情严重程度。此外,医生也可通过电子鼻咽镜或睡眠内窥镜检查,直观明确上气道狭窄的具体部位。

需要注意的是,手术并非适用于所有患者,主要针对中重度阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征患者,且解剖结构存在明确阻塞点(如扁桃体肥大、软腭过长、舌根肥厚等)的患者。手术方案需严格评估后个体化制定,核心遵循“微创”“精准”原则,以最小的创伤获得最大的气道通畅,如腭咽成形术系列、舌相关手术、鼻腔手术等。

无创呼吸机是多数中重度患者的首选,睡眠时佩戴如同给气道撑起“空气支架”,持续保持气道通畅。口腔矫治器则适用于轻度患者或下颌后缩患者,像牙套一样前拉下颌,扩大咽腔空间。

医生表示,生活方式干预对预防该病至关重要。肥胖是鼾症最重要的风险因素,减轻体重能显著改善甚至消除症状;市民还应调整睡姿,尽量采取侧卧位睡眠。

筑牢精准康复防线 南安市中医院康复设备升级了

本报讯(记者 黄伟勋)为积极推进泉州中医临床重点专科建设及县级中医医院“两专科一中心”创建工作,日前,南安市中医院康复科立足学科发展需求,聚焦临床诊疗痛点与康复服务短板,引进肌骨超声仪、冲击波治疗仪、经颅磁刺激仪等一批先进诊疗设备,构建起“精准诊断+靶向治疗+高效康复”的现代化诊疗体系,为专科建设注入强劲动力,为区域群众带来更优质的康复医疗服务。

肌骨超声仪是现代化精准诊疗辅助设备,借助高、低频声波实现肌肉、肌腱、韧带、神经等组织的实时动态成像。诊断上,可清晰呈现软组织损伤、关节病变、神经卡压等病症的病变部位与程度,如定位足底筋膜炎症范围、明确腕管综合征神经受压情况,为临床诊断提供客观依据;治疗中,能实时引导针灸、针刀等中医特色操作,如同为医师配备“GPS导航”,保障针具精准抵达病灶、避开血管神经,大幅提升治疗安全性与有效性,实现中医传统技术与现代科技的深度融合。

冲击波治疗仪作为疼痛康复领域的核心设备,通过介质高速振动压缩后的突然释放,产生高能震波作用于人体组织,形成多重生物学效应。临床中,它可有效松解组织粘连、改善局部血液循环,发挥显著镇痛及神经末梢封闭作用,对网球肘、肩周炎、足底筋膜炎、跟腱炎等慢性软组织疼痛疗效确切,还能促进炎症消退及新骨细胞形成,辅助治疗骨折延迟愈合、肌腱钙化等病症,显著提升科室慢性疼痛疾病诊疗能力。

经颅重复磁刺激仪为无创诊疗设备,通过特制线圈产生快速变化的磁场,在大脑皮层形成感应电流,精准调控神经元活动。该设备为神经康复领域带来突破性进展,尤其适用于卒中后肢体运动障碍、认知功能障碍患者,可靶向刺激受损脑区,促进神经通路重建,改善运动与认知功能;对失眠、抑郁、焦虑等精神心理疾病及偏头痛、慢性神经痛等也有显著缓解效果。其具备无痛、安全、随治随走的优势,与传统针灸、康复训练互补,大幅提升神经康复临床疗效。

近年来,南安市中医院不断引进先进设备,推进专科内涵建设。该院相关负责人表示,将以设备应用为契机,进一步深化中西医结合诊疗模式,加强设备操作与临床诊疗的融合创新,在提升专科核心竞争力的同时,持续为区域群众提供更优质、高效的针灸康复医疗服务,助推泉州中医临床重点专科及“两专科一中心”建设目标圆满达成。

冬春起病迅猛 提防流脑“偷袭”



■本报记者 黄伟勋
通讯员 黄秀美

天气转冷,有一种传染病,可能就潜伏在冬春季的日常之中。天气寒冷、门窗紧闭、人员聚集,都为它的传播创造了条件,那就是流行性脑脊髓膜炎(简称“流脑”)。近年来,我国约70%的流脑病例发生在18岁以下人群,其中6个月至2岁的婴幼儿风险最高,学校等集体场所也时有发生。

“流脑最令人担忧之处在于,它的早期表现与普通感冒极为相似:发热、头痛、乏力、咽痛……正因如此,许多家长容易掉以轻心,延误了宝贵的治疗时机。”南安市疾控中心的专家介绍,若病情继续发展,可能出现剧烈头痛、频繁呕吐,像喷射一样;皮肤出现针尖大小、压之不褪色的出血点或瘀斑,并可能迅速扩大;颈部僵硬、精神

萎靡、嗜睡甚至抽搐、昏迷。这是一种起病急、进展快、后果严重的传染病,病死率可超10%,即便治愈,也有约20%的幸存者可能留下听力下降、智力障碍、肢体瘫痪等永久性后遗症。

除了婴幼儿和青少年,免疫力低下者、居住场所拥挤人群、学校师生等都是需要重点防护的对象。流脑主要通过呼吸道飞沫和密切接触传播,咳嗽、打喷嚏能使病菌随飞沫进入其他人呼吸道而感染。密切接触如同睡、怀抱、喂奶、亲吻等对2岁以下婴幼儿来说都是重要的传播方式。

专家表示,面对流脑,恐慌无用,科学预防才是关键。第一道防线就是及时接种疫苗。预防流脑,这是最有效的手段。我国免疫规划为适龄儿童免费提供A群、A+C群流脑多糖疫苗。同时,还有A+C群流脑结合疫苗、ACYW135多糖流脑疫苗、ACYW135流脑结合疫苗等可供自费自愿选择接种,家长们请在接种门诊医生的指导下按免疫程序及时完成接种,为孩子们提供健康保护。第二道防线是切

断传播,家庭学校共同行动。应勤通风,每天至少开窗通风2—3次,每次不少于30分钟。要教育孩子勤洗手,咳嗽、打喷嚏时用纸巾或肘部掩住口鼻。在流脑高发季,尽量减少前往空气不流通、人员密集的公共场所,必要时规范佩戴口罩。学校和托幼机构要严格落实健康监测,提高防病意识,发现疑似症状及时报告、隔离就医。第三道防线则是增强自身免疫力。市民应保持均衡饮食、充足睡眠、适度锻炼,让孩子拥有良好的免疫力,是抵御疾病的基础。

一旦孩子出现突发高热、剧烈呕吐、精神萎靡或皮肤瘀点等症状,市民切勿犹豫,要第一时间带孩子前往正规医院就诊,告知医生流行病学史。患者应配合隔离治疗,密切接触者应配合医学观察。市民还应详细记录发热、呕吐等症变化,供医生参考。患者切勿随意使用退烧药,以免掩盖病情,延误诊断。抽搐时不要强行按压肢体,保持侧卧,防止窒息。不要隐瞒接触史,应如实告知医生孩子近期的活动轨迹和接触人员。

腹腔镜切除畸形肾

南安市医院这台手术填补技术空白



医护人员开展手术。

本报讯(记者 黄伟勋)近日,南安市医院泌尿外科团队成功为患者郭女士实施腹腔镜下重复肾切除术。此次手术的顺利完成,不仅填补了医院在该领域的技术空白,更标志着该院腹腔镜微创技术再上新台阶,为区域内先天性泌尿系统畸形患者带来了更优质的诊疗选择。

2年前,郭女士在体检时发现自己左肾输尿管重复、畸形。日前,她因腰部酸痛到南安市医院泌尿外科就诊。医生通过增强CT,发现郭女士左侧可见双肾盂、双输尿管。郭女士的情况特殊,上肾及输尿管严重积水并挤压周

围正常组织,平素反复有腰部酸痛的情况,经该院泌尿外科团队讨论后,决定为患者开展腹腔镜下重复肾切除术。

手术由福建医科大学附属协和医院专家江玮全程指导,南安市医院泌尿外科团队精准操作。术中,医生清晰探查至患者左侧上肾扩张积水明显,肾实质变薄。医生先以血管夹精准夹闭上肾支配血管,确认下肾(正常肾脏)血流无异样后,顺利离断上肾血管,再夹闭畸形输尿管远端,完整切除病变的重复肾及输尿管。整场手术历时1个多小时,手术过程中出血量少、切口小。患者术后疼痛轻微,腰部

酸痛症状消失,顺利康复出院。

记者了解到,重复肾是一种常见的先天性泌尿系统畸形,发病率约为0.7%—4%,核心特征是一侧肾脏分为上下两个独立部分,每部分都配备完整的肾盂和输尿管。其中,上半肾的输尿管常存在开口异常,可能开口于膀胱颈、尿道、外阴前庭等部位,进而引发一系列问题。临床数据显示,40%—80%的重复肾患者会伴随上半肾积水、输尿管囊肿、输尿管狭窄等并发症,长期发展可能损伤肾脏功能。随着超声、CT、静脉肾盂造影等影像学技术的精准化发展,重复肾的诊断准确率大幅提升,为手术方案的制定提供了精确的解剖依据。

从治疗技术演进来看,重复肾手术已从传统开放手术逐步升级为腹腔镜、机器人辅助腹腔镜等微创方式,具有创伤小、安全性高、术后恢复快等显著优势。当重复肾出现反复尿路感染、严重肾积水、难以控制的尿失禁等并发症,且保守治疗无效时,切除病变的重复肾及输尿管成为缓解症状、保护残余肾功能的有效手段。

目前,南安市医院泌尿外科开展腹腔镜手术已相当成熟,可熟练运用该技术开展各类泌尿系统疾病诊疗,逐步将其纳入科室常规手术范畴,持续为患者提供精准、微创、高效的医疗服务。



聚力慢阻肺早诊早治 南安市召开项目推进培训会

本报讯(记者 黄伟勋)为扎实推进南安市慢性呼吸系统疾病防治工作,提升慢阻肺早诊早治率及基层医疗机构筛查干预能力,近日,南安市医院牵头组织召开南安市慢性呼吸系统疾病质量控制暨国家慢阻肺早诊项目工作推进培训会。

当天的培训会邀请了省内外呼吸领域权威专家指导,福建医科大学附属第二医院呼吸与危重症医学科副主任林晓萍深入解读《中国慢阻肺基层诊疗指南》,并通报慢性呼吸系统疾病高危人群早期筛查与综合干预国家“早诊”福建项目点的推进进度;全国慢性呼吸系统疾病防治办公室肺功能工作组副组长黄丽娟讲解了肺通气功能检查的方法与质控;南安市医院呼吸与危重症医学科副主任黄记水分享了慢阻肺急性加重风险的管理策略;石狮市医院呼吸与危重症医学科主任蔡茂胜则围绕《慢性阻塞性肺疾病急性加重围出院期管理与随访指南》展开解读。

福建省呼吸医学中心主任曾奕明在总结发言中强调,慢性呼吸系统疾病质控工作的核心目标,是让每一位患者都能享受到规范的医疗服务。他表示,未来将持续完善质控指标体系,重点强化基层医疗机构服务能力建设,真正筑牢呼吸疾病防治网底,助力我国慢性呼吸系统疾病诊疗质量的持续提升。

此次培训有效理顺了慢性呼吸系统疾病高危人群筛查工作机制,为疾病规范化管理与项目高效实施奠定坚实基础。南安市总医院将以此次为契机,持续深化慢性呼吸系统疾病质量控制工作,全力提高慢阻肺高危人群早期发现率与早治率,进一步增强基层医疗机构慢性呼吸系统疾病筛查和干预能力,为守护辖区群众呼吸健康贡献力量。

聚焦成长需求 助力孩子蜕变 南安妇幼寒假冬令营下月开营

本报讯(记者 黄伟勋)近日,记者从南安市妇幼保健院儿童保健中心获悉,该院精心策划了寒假冬令营,聚焦孩子成长核心需求,让孩子在趣味互动中提升能力,在专业指导下茁壮成长。

寒假冬令营将于2月1日正式开课,为期12天。注意力不集中、阅读及书写速度慢、成绩不理想的孩子可以参加学能训练;发音不清晰的孩子可以参加构音训练;口吃、表达能力不足的孩子可以参加表达训练;社交、合作能力、情绪管理能力不足,易与他人发生冲突的孩子可以参加社交训练。

市民可以通过微信搜“南安市妇幼保健院”小程序,预约儿保心理行为中的发育行为门诊,参加冬令营,或拨打0595-68991295咨询。

以赛促学强技能 南安市医院举办护理质量改进评比

本报讯(记者 黄伟勋)为深化护理质量管理,提升临床护理服务水平,切实保障患者就医安全,近日,南安市医院2025年护理持续质量改进项目评比活动顺利举办,28个覆盖外科、内科、门诊、病房及儿科等多领域的优质项目同台竞技,集中展现该院护理团队的扎实实践。

比赛现场,各参赛团队紧扣临床护理实践中的核心问题与关键环节,围绕问题发现、小组组建、运用PDCA、品管圈等工具制定改进方案,再到持续跟踪、验证效果等多方面进行全面深入的汇报,提出了一系列科学可行的改进方案。经过激烈角逐和专家评委严格评审,最终评选出8个优秀项目。

本次评比以赛促学,以评促改,既搭建了经验交流平台,更激发了护理提质活力。南安市医院护理团队相关负责人表示,未来,团队将始终锚定患者满意度核心目标,把质量改进理念深度融入日常护理每一个环节,持续挖掘质量优化切入点,创新管理方法与服务模式,以专业素养与精益管理为支撑,为患者提供更安全、优质、人性化的护理服务,助力医院整体医疗服务水平再攀新高。

火速救援 海都医院成功救治一氧化碳中毒患者

本报讯(记者 黄伟勋)近日,南安市海都医院急诊接到南安市红十字极光应急救援队求助,石井镇的李先生疑似一氧化碳中毒昏迷。该院第一时间响应,以高效的联动配合专业的医疗保障,为患者搭建起生命护航线,助力患者转危为安。

接到通知后,南安市海都医院立即启动突发急症应急处置预案,全面激活急救绿色通道。在与救援队伍的协同配合中,医院全程保持通信畅通,精准对接患者转运关键节点。从患者下车到进入诊疗区域,海都医院医护人员与救援队员默契配合,快速完成患者信息交接、生命体征初步评估等关键环节,整套流程紧凑有序、高效顺畅。次日下午,患者便成功恢复意识,生命体征趋于平稳。

记者了解到,2025年10月,南安市海都医院与南安市红十字极光应急救援队联手搭建了红十字极光救援急救绿色通道。这条通道打通了院前急救与院内救治的“最后一公里”,让救援力量快速衔接、医疗资源提前到位,为患者抢回了宝贵的救治时间。