

春季长高正当时  
中医助长有妙招

本报讯(记者 黄伟励)春天寓意着万物的新生与蓬勃生长,这个季节对于孩子们的成长发育也尤为重要。近日,记者从南安市妇幼保健院获悉,该院中医科结合了中医理念和小儿生长特点,推出小儿春季助长方案,通过多种方法,疏通经络、调理气血,实现补先天、调脾胃、助睡眠的效果,从而促进孩子长高。

据悉,小儿春季助长方案包含生长贴与助灸、耳穴埋豆、小儿推拿等项目,适合身高生长缓慢或身高低于同龄平均身高以下的儿童;体重偏轻、食欲不振、容易积食等脾胃虚弱的儿童;存在经常感冒、睡眠差等症状的儿童。

生长贴是将特制中药贴敷于特定穴位,通过皮肤渗透吸收,调节脾胃功能,改善睡眠和脾胃功能。助灸通过燃烧艾草刺激穴位,温通经络,调和气血,增强脏腑功能。二者结合,用温和舒适的方式来促进孩子身高增长。

耳穴埋豆则通过在孩子耳廓上的特定穴位贴压中药颗粒,持续刺激耳穴,促进气血运行,平衡阴阳,从而改善睡眠、增强消化功能,促进生长发育。该方法简便、安全,深受家长和孩子喜爱。

小儿推拿通过特定的手法在儿童身体的相应穴位进行按摩,以调节身体的气血流通和脏腑功能,对于消化不良、感冒症状、睡眠问题等均有良好疗效,通过抵御外邪、增强脾胃运化、改善睡眠来达到促进儿童生长发育的目的。

东田镇卫生院  
进幼儿园开展健康宣传

本报讯(记者 黄伟励)为帮助幼儿尽快适应新学期生活,提升身心健康素养,近日,东田镇卫生院组织医务人员走进东田中心幼儿园,为小朋友们带来“健康开学第一课”。

此次活动围绕“身体健康”与“心理健康”两大主题展开。医务人员结合幼儿年龄特点,用生动有趣的语言和图文并茂的PPT,向孩子们讲解了日常卫生习惯、春季常见传染病预防、正确洗手方法、合理饮食与作息等内容。

同时,针对新学期幼儿可能出现的分离焦虑、情绪波动等心理适应问题,医务人员通过绘本故事、情绪小游戏等方式,引导孩子认识和表达自己的情绪,学会用积极的方式适应集体生活。

“为什么要勤洗手?”“怎样打喷嚏才正确?”“如果有同学感冒怎么办?”面对医务人员提出的问题,孩子们踊跃举手,积极回答,现场气氛热烈。医务人员还带领孩子们一起练习“七步洗手法”,并通过“我的情绪小怪兽”互动环节,帮助孩子们识别快乐、难过、害怕等情绪,学习如何表达和调节。

据悉,此次“儿童健康开学第一课”不仅增强了幼儿的健康意识,也为幼儿园营造了“人人关注健康、人人懂得健康”的良好氛围。未来,东田镇卫生院将继续深入辖区学校开展形式多样的健康宣传活动,关注儿童身心双重健康,筑牢健康防线,助力孩子们在新学期健康、快乐、阳光成长。

“漏肩风”遇中医良方  
患者送锦旗致谢

本报讯(记者 黄伟励)“医术高明除病痛,医德高尚暖人心”近日,一面承载着感激与信赖的锦旗,被送到了南安市牙前镇卫生院中医科诊室。

患者傅先生被肩周炎困扰半年有余,双侧肩关节疼痛剧烈,抬臂、穿衣、提重物都变得十分困难,夜间疼痛更是频繁惊醒,严重影响了他的正常生活和工作。作为家里的顶梁柱,傅先生此前一直硬扛,尝试过口服止痛药、外用膏药、按摩等多种方式治疗,症状却时好时坏,始终未能根治,这让他倍感焦虑。

经亲友推荐,傅先生抱着试一试的心态,前往该院中医科寻求专业治疗。接诊的医生苏章平详细询问病史、仔细查体,结合中医辨证,判断其为“漏肩风”范畴,因中老年肝肾不足、风寒湿邪侵袭、经络阻滞不通所致。

针对傅先生的病情,苏章平为其制定了个性化的中医综合治疗方案,以小针刀松解肩部肌肉粘连,搭配常规针灸疏通经络,活血化瘀,中医拔罐祛湿散寒,活血通络,再辅以红外线治疗温通散寒,通络止痛。治疗过程中,医护人员耐心细致,每次理疗前都会仔细询问疼痛变化,调整治疗力度和方案;同时,手把手教傅先生居家康复锻炼动作,叮嘱他注意肩部保暖、避免负重劳累,从生活习惯上辅助恢复。

经过3个疗程的系统治疗,傅先生的肩关节疼痛明显减轻,活动范围逐渐扩大,如今已能轻松抬臂、穿衣、提物等日常动作。

复诊时,他特意带着锦旗,激动地说:“没想到中医理疗这么管用,现在我的肩膀完全不影响生活和干活了,你们的专业和耐心真的让我特别感动!”

## “腔镜+开放”精准施策

## 南安市医院攻克复杂胸外伤救治难题

本报讯(记者 黄伟励)近日,市民黄先生因从高处坠落导致严重胸部创伤,病情凶险,被紧急送往南安市医院救治。

南安市医院胸外科医生通过检查,发现其胸腔内多根肋骨呈多段粉碎性骨折,尖锐骨折断端刺破胸膜,造成肺组织挫伤、出血,引发大量血气胸,严重压迫肺脏,呼吸循环功能受到极大影响,属于临床危重的连枷胸合并血气胸。此类病症救治关键,在于快速稳定胸廓、清除胸腔致命隐患、修复肺组织损伤,对手术精准度与团队协作能力要求极高。

面对复杂危重病情,医护团队立即开展多学科术前评估,影像科通过高分辨率CT三维重建,精准还原骨折形态、血管及脏器毗邻关系。随后,胸外科蔡华新团队经充分评估,全面、精准掌握伤情后,制定了胸腔镜辅助探查定位+开放切开复位内固定的个体化方案,既发挥腔镜微创探查、止血优势,又保障骨折复位固定的稳固性,为患者生命安全与术后康复筑牢基础。

手术中,医护团队在患者胸腔建立微小观察孔,置入高清胸腔镜,确保视野清晰无死角。借助腔镜视野,迅速定位胸腔内活动出血点与肺破裂口,立即实施精准电凝止血及肺破裂口缝合修补,彻底清除危及生命的血气胸,成功解除肺脏压迫。为后续骨折复位固定创造安全稳定的内环境;胸腔镜如同伸入胸腔的“微创导航眼”,清晰显露每一处肋骨骨折错位情况,尤其精准识别出体表难以触及的深部骨折点。

完成胸腔内探查、止血与精准定位后,手术转入第二阶段——切



南安市医院胸外科团队实施手术。

开复位内固定。团队依据腔镜标记的指引,在骨折对应体表位置作精准切口,逐层分离组织,充分暴露骨折断端,在直视下将粉碎、移位的骨块精确解剖复位。随后团队采用预塑形的专用肋骨锁定接骨板,对多根多处骨折进行坚强稳固的内固定,彻底恢复胸廓的连续性与稳定性,为患者术后呼吸功能恢复提供坚实保障。

此次手术的核心优势在于腔镜技术与开放手术的有机融合,相较于传统手术凸显三大亮点:一是探查无死

角。彻底处理胸腔内出血、肺损伤等合并伤,有效规避隐匿性损伤隐患,营造安全的手术环境;二是定位零误差。摒弃传统体表触摸、盲探定位的弊端,在腔镜直视下精准锁定全部骨折点,确保无遗漏、无偏差;三是固定更可靠。在充分暴露、直视操作下完成骨折复位与内固定,确保接骨板贴合紧密、固定牢固,完美复原胸廓正常形态。

术后,患者黄先生疼痛立即得到显著缓解,胸壁稳定性恢复,呼吸困难症状明显改善。术后复查显示胸

腔积液液消失,肺复张良好,骨折对位满意。患者目前已可进行呼吸功能锻炼,下床活动,进入了快速康复阶段。

蔡华新介绍,复杂胸外伤救治需系统化、阶梯化,采用“腔镜辅助定位+开放复位固定”策略,遵循“先内后外、先急后缓”原则,胸腔镜优先处理致命出血与肺损伤,同时,为骨折固定提供精准导航;开放手术则实现骨性结构坚固重建。该组合术式兼顾脏器损伤救治与胸廓结构修复,契合现代创伤外科救治理念。

## 专家支招 全方位守护听力健康

## 健康教育

专栏

南安市疾控中心主办



■本报记者 黄伟励 通讯员 黄秀美

今年的3月3日是第27个全国爱耳日,主题是“全民科学爱耳,共护听力健康”。耳朵是我们聆听世界的窗口,听力健康贯穿一生,却常被忽视。值此爱耳日之际,记者前往南安市疾控中心向专家学习护耳知识,守护美好声音。

“我们的耳朵不只是外观看到的样子,它包括外耳、中耳和内耳三部分。外耳接受外界声音,中耳鼓膜的振动将声音传到内耳,内耳产生神经冲动将声音信息传到大脑,于是我们

就能听见不同的声音。”专家介绍,造成耳聋或听力下降的原因主要有药物损害、噪声损害等。

链霉素、青霉素等抗生素药物,儿童用药一定要在医生的指导下进行使用,任何不当或超剂量使用都有可能造成耳聋。据报道,聋哑儿童有近半数因抗生素药物中毒所致,有一部分患儿是因为母亲在妊娠期或哺乳期用药不当造成的。此外,手机、电脑等电子产品普及,社会大众特别是青少年因用耳不当引发噪声性听力损失的可能性日益增加,幼儿耳蜗敏感,学生们需要注意防范。

在爱耳护耳方面,专家建议,市民应远离噪声污染。人倘若长时间接触机器轰鸣、车辆喧闹、人声喧哗等各种噪声,会使原本开始衰退的听觉更容易疲劳,听力急剧减退,甚至引发噪声性耳聋。

同时,市民应不过度清洁耳朵,耳朵中的污垢可以阻挡外界的灰尘、细菌的侵入,还可以阻挡外界强烈的噪声,家长们要注意不能过度给孩子清洁耳朵。市民也不要往耳内塞东西,有些学生会将细小物件塞入自己的耳朵中,当遇到这种情况时,应保持镇定,立即去医院就诊。家长应教导孩子们不要乱塞东西入耳,亦不可试图自行替孩子挖出异物,以免引起外耳道炎或鼓膜穿孔。

专家强调,市民应避免耳朵进水,特别是在游泳、洗澡、洗头时,要注意不要让耳朵进水,进水后容易引起耳朵发炎。如果不慎进水,可以让头部向进水一侧的耳部倾斜,一只脚抬起,另一只脚轻轻蹦跳,耳道内的水就可以顺着外耳道自然流出。也可以用棉签把耳朵里的水吸干,但在使用棉签的时候要注意棉签不要进入过深,以

免伤害到耳蜗,对听力造成伤害。如果耳道内的水不能及时清除,可以到医院就诊,让专业的耳鼻喉科医生清理耳道内的积水。

需要注意的是,日常生活中也不要用力擤鼻涕。鼻涕中含有大量的病毒和细菌,如果两侧鼻孔都捏住用力擤,鼻涕就会在压力的作用下被从鼻孔挤出,到达咽鼓管,引发中耳炎。正确擤鼻涕的方法是,用手指压住一侧鼻孔,轻轻用力向外呼气,另一侧鼻孔的鼻涕便会擤出来,用同样的方法再擤对侧鼻孔。或者用纸巾放在双侧鼻孔的前方,不压鼻孔,只是轻轻用力从鼻孔向外呼气,将鼻涕擤在手绢中。

此外,市民应避免长时间戴耳机,需要用到耳机时,要注意调整好耳机音量,高音量的音频声会对听觉器官造成疲劳、损伤,从而导致听力下降,甚至发生耳聋。

## 张举焱:用“螺丝钉”精神 守护群众消化健康

■本报记者 黄伟励 文/图

在南安市医院消化内科,有这样一位医生,他如一颗“螺丝钉”,牢牢坚守在医疗岗位上,以精湛的医术、高尚的医德和无私的奉献精神,为患者的健康保驾护航,他就是消化内科副主任张举焱。

凌晨的急诊室,患者卓先生大量呕血,意识模糊、血压骤降,生命危在旦夕。张举焱闻讯后,第一时间赶到现场,迅速联合外科、ICU团队制定抢救方案。时间就是生命,他果断决定开展床边胃镜。然而,镜下的景象让情况变得异常棘手——胃腔内满是鲜血与血块,视野一片模糊。但张举焱凭借丰富的经验和沉稳的手法,在胃体后壁仔仔细细搜寻,终于锁定了一处正在喷涌的血管。他全神贯注,精准地将两枚止血夹夹入,瞬间,活动性出血得到了控制。患者转危为安,最终康复出院。这次成功的抢救,不仅展现了张举焱高超的医术,更体现了他面对危急情况时的冷静与担当。

“精于技术、诚于医德、忠于职责”,这是张举焱始终坚守的准则。在临床诊疗中,他对待医术精益求精,不断追求卓越。多年来,他全身心投入消化内镜诊疗工作,积累了丰富的经验。仅2025年,他完成的消化内镜诊疗就超过4000例,其中,发现消化道早癌50余例,为众多患者争取到了早诊早治的机会,给一个个家庭带来了希望。

他熟练掌握内镜黏膜下剥离术(ESD)、黏膜下肿物挖除术(ESE)、内镜隧道技术(STER)等高难度手术,年完成三、四级手术300余例,技术能力得到了同行和患者的高度认可。每一台手术,他都严谨对待,力求做到尽善尽美;每一个患者,他都耐心倾听,用专业和温暖守护着他们的健康。他凭借扎实的临床功底和温暖的人文关怀,赢得了患者的广泛信任,那一面面锦旗和一封封感谢信,就是对他医术和医德的最好见证。

张举焱不仅在临床工作中表现出色,还将医者之责延伸到了更广阔的天地。他常年坚持下乡帮扶基层

医院,深入乡村,为基层医生传授先进的诊疗技术和经验,普及早癌筛查知识,助力提升基层内镜诊疗水平。他深知,基层医疗资源相对薄弱,很多患者无法得到及时有效的治疗。因此,他希望通过自己的努力,让更多的基层患者能够享受到优质的医疗服务。

此外,他还积极参与各类志愿服务活动。无论是义诊送药、健康宣讲,还是其他公益活动,总能看到他忙碌的身影。他用自己的实际行动,将优质的医疗资源与服务送到了群众身边,切实为群众办实事、解难题。他就像一位温暖的使者,传递着健康和希望,让更多的人感受到了医者的仁心与大爱。

“如果你是一颗最小的螺丝钉,你是否永远坚守在你生活的岗位上?”雷锋同志的这句话,一直激励着张举焱。他以“螺丝钉”为榜样,在消化内科领域深耕不辍,默默奉献。他用自己的精湛技术守护着生命,用赤诚和仁心传递着温度,成为群众健康的坚实守护者。



## 身边好医生

单位和职称:南安市医院消化内科副主任、副主任医师  
专业:消化内科  
特长:擅长消化道常见病诊治,特别是胃肠镜检查和治疗,如消化道早癌的筛查和内镜下剥离术,消化道肿物挖除术等。