

告别堵奶胀痛、乳汁不足

南安妇幼中西医特色诊疗破解哺乳困境

■本报记者 黄伟励

通讯员 叶新新 文/图

“真是特别难受,宝宝饿得直哭,我也痛得直哭。”近日,刚刚成为母亲的陈女士遇到了烦心事,由于哺乳期急性乳腺炎而不断发烧,原本的母乳喂养计划一下子被打乱。好在南安市妇幼保健院母乳喂养咨询门诊的医护人员为她制定了个性化治疗方案,陈女士的情况才得到好转。

“乳房碰都不敢碰,听着孩子的哭闹声难以入睡,整个人精神状态也很疲乏。”陈女士回忆说。就在她快要绝望时,她听说南安市妇幼保健院母乳喂养咨询门诊治疗乳腺炎有绝招,便前往就诊。

接诊的医生傅煌燕仔细检查后发现,陈女士双侧乳房胀痛明显,触诊时有多处硬结,局部皮肤温度偏高,乳汁排出不畅且分泌稀少。结合舌脉辨证,傅煌燕判定其为典型的“肝郁胃热,乳络不通型”哺乳期急性乳腺炎。

针对这一情况,安排护士为陈女士实施了一次专业手法疏通:从乳房底部沿乳络走向轻柔推揉,循序渐进地疏通淤积的乳腺管。随着手法推进,原本堵塞严重的乳汁开始自然流出,陈女士瞬间感到胸口沉重的压迫感缓解了大半,紧锁的眉头也舒展开来。



母乳喂养咨询门诊医生为患者诊疗。

随后,傅煌燕为陈女士开具了疏肝清热、散结通乳的中药汤剂,嘱咐她回家后按时服用以巩固疗效。回家后,宝宝顺利吸出乳汁,陈女士遵医嘱服用中药后便完全康复,一次就医即告痊愈。

“母乳是宝宝最天然的‘健康口粮’,可奶少吸不出、堵奶胀痛、乳头皲裂等难题,总让新手妈妈在喂养路上慌了手脚。”傅煌燕介绍,母乳喂养咨询门诊针对常见的乳腺炎和乳汁不足等情况,通常会以中药内服改善妈妈气血亏虚、肝气郁滞、痰浊阻滞的体质;以乳腺

手法点穴推拿,艾灸乳腺经络,起到通乳散结,下乳涌泉的作用。同时还利用现代医学低频脉冲电刺激联合中药贴敷治疗,达到通乳、催乳目的。

日前,22岁的新手妈妈黄女士刚生完宝宝没多久,也遇上了母乳喂养的棘手难题。明明自己已经尽量多喝汤水、频繁让宝宝吸吮,可乳汁始终清稀量少,看着宝宝饿得直咂嘴,自己也跟着着急上火,连休息都成了问题。

接诊的傅煌燕详细询问了她产后的恢复状态,结合她面色偏白、神疲乏

力、乳房柔软无胀感的体征,通过舌脉辨证,明确她属于典型的气血虚弱型乳汁缺乏症。

傅煌燕没有直接开方用药,而是以健脾益血、通络下乳为核心原则,为她定制了一套温和的综合调理方案:先是手把手纠正她的母乳喂养含乳姿势,教她把握按需哺乳的节奏,避免无效吸吮加重泌乳焦虑;再配合轻柔的局部乳房按摩,顺着乳络走向疏通气血,帮助唤醒泌乳潜能;同时结合她的体质调整日常饮食,避开油腻堵奶的浓汤,推荐黄芪、当归搭配的清淡催乳食疗方,兼顾补气血和通乳的双重效果。

经过几天的居家调理,黄女士的泌乳量稳步提升,乳汁状态也变得浓稠起来,终于能安心实现纯母乳喂养,不用再为宝宝的口粮发愁。

记者了解到,南安市妇幼保健院母乳喂养咨询门诊以“中西医结合”为核心特色,用中医的温润调理+西医的科学指导,提供一对一个性化服务,精准破解各类哺乳困扰,让母乳喂养更顺畅、更安心。产后奶少、突然回奶,宝宝吃不饱;堵奶胀痛、乳房有硬块,担心引发乳腺炎;乳头皲裂、哺乳疼痛,越喂越焦虑;哺乳姿势不当、宝宝吸吮无力或拒奶;孕期想提前学习哺乳知识,产后做好喂养准备;职场背奶、科学离乳等特殊场景需求的情况,都可以到该门诊寻求帮助。

校园开学季 警惕多类传染病来袭



■本报记者 黄伟励 通讯员 黄秀美

夏去秋至,新学期如约而至!熟悉的校园生活重新开启,原本分散在不同家庭、城市的学生,在短时间内重新聚集到教室、宿舍、食堂和运动场。南安市疾控中心的专家提醒,校园人员密集、接触频繁,是各类传染病高发时段。市民要警惕高发疾病,筑牢身体防护屏障,健康返校。

“这段时间,校园里要警惕呼吸道传染病、肠道传染病、蚊媒传染病、用眼过度与视力下降问题。”专家介绍,教室、宿舍属于密闭空间,通风不足,新冠、流感、水痘、腮腺炎、麻疹等呼吸道病毒和结核杆菌容易通过飞沫、密切接触传播。这些病的典型症状为发热、咳嗽、咽痛、乏力、肌肉酸痛、部分孩子会伴随头痛、精神萎靡。

日常教室、宿舍应多开窗通风,每日至少通风2次、每次不少于30分钟,保持室内空气流通;学生应养成良好卫生习惯,咳嗽、打喷嚏用纸巾或手肘遮挡口鼻,

不随地吐痰;学生应根据昼夜气温变化及时增减衣物,早晚做好保暖,避免受凉感冒,坚持日常适度运动,增强自身免疫力。一旦出现发热、咳嗽等不适,学生应及时向学校报备、居家休息观察。

诺如病毒、轮状病毒等肠道传染病主要通过粪—口途径传播,孩子在学校接触被污染的公共桌椅、教具、门把手后未及时洗手,容易引发感染。肠道传染病的典型症状为腹痛、腹泻、恶心、呕吐等,部分患者伴随低热、浑身乏力等症状。

学生们坚持科学洗手,饭前便后、课间活动、外出归来、接触公共物品后,用肥皂或洗手液彻底清洗双手;还应养成健康饮食习惯,不喝生水、不吃生冷不洁食物,不与他人混用餐具、水杯、毛巾等个人物品。一旦出现呕吐、腹泻症状,学生应立即报告学校,及时就医,同时做好环境消毒,避免交叉感染。

秋季蚊虫仍活跃,登革热、基孔肯雅热等蚊媒传染病可经蚊虫叮咬传播。学生体育课、课间户外活动时长较长,需重点防护。

家校应做好环境清洁,及时清理花盆、积水容器等蚊虫滋生地。学生在户外活动时,尽量穿浅色长袖长裤,裸露皮肤涂抹合规驱蚊产品;出现不明原因高热、浑身酸痛、皮疹等症状,及时就医排查。

18位泉籍专家参与 泉州滨海医院义诊讲学双惠民

本报讯(记者 黄伟励 通讯员 黄俊杰)近日,泉州滨海医院建院十周年医疗服务献礼,省级泉籍专家义诊和讲学系列活动启动。18位省级泉籍医学专家来到泉州滨海医院,让本地老百姓在家门口就享受到高水平的诊疗服务。

简短的启动仪式结束后,来自福建医科大学附属第一医院、福州大学附属省立医院、福建省肿瘤医院、福建医科大学附属协和医院、福建省妇幼保健院等省内多家三甲医院的权威专家,依次步入各诊区诊室,为到场群众开展免费公益义诊。

本次义诊专家团队覆盖肿瘤放疗科、老年精神科、胸外科、中医科、内分泌科、风湿内分泌科、骨软组织肿瘤外科、血液科、肿瘤科、妇产科、胃肠外科、影像科、神经内科、泌尿外科、骨科、儿童生长发育与内分泌科、小儿外科、感染病科等18个专科,几乎涵盖了群众日常就医的常见需求。活动还没正式开始,不少市

民就已经早早守在对应诊室门口,手里攥着厚厚的病历本和过往检查报告,翘首以盼专家的专业诊疗。

“我这风湿是拖了十几年的老毛病了,最近入秋后疼得尤其厉害,连下楼买菜、散步都成问题。”家住附近社区的黄大爷,今天特意让儿子陪着早早赶来,在福建省第二人民医院风湿内分泌科专家吴方真的诊室前排队等候,就盼着省级专家能给自己的老毛病把把关,给出更精准的调理方案。

吴方真仔细翻看黄大爷带来的就诊记录和检查报告,一边耐心询问他日常的饮食作息、关节疼痛的发作规律,一边为他做了细致的关节体征检查。结合老人多年的风湿病史和当下的身体状态,吴方真依托自己风湿内分泌治疗的丰富经验,为他制定了治疗方案,叮嘱父子俩按时复诊,规范调理。

值得一提的是,义诊现场的便民服务火热进行的同时,7位权威专家在

该院学术报告厅带来了干货满满的专题学术讲座。

讲座内容紧密贴合临床刚需与群众健康关切,覆盖阿尔茨海默病、痛风、软组织肉瘤、慢性淋巴瘤、癌症、肺结节、儿童包皮等多个实用主题,既有面向基层医护的前沿诊疗规范解读,也有面向普通市民的易懂好操作的健康知识,现场坐满了专程赶来的医护人员和慕名前来的市民听众,现场学习氛围十分浓厚。

泉州滨海医院院长姚炳炬表示,十年来,泉州滨海医院坚守为市民行医的初心,扎根泉州本地,不断夯实学科建设,提升医疗服务能力,努力为周边群众提供更优质、更贴心的医疗健康保障。本次活动,通过面向广大群众的免费义诊将省城顶尖诊疗技术送到百姓身边,解决群众就医需求,又借助高水平学术讲座传技术、授经验,带动医院及本地医务人员业务能力提升,实现“义诊惠民、学术赋能”双重目标。



站上全国骨科年会讲台

南安医生分享糖尿病足保肢创新方案

本报讯(记者 黄伟励)近日,第十七届中国医师协会骨科医师年会于济南举办,作为国内骨科高水平学术盛会,大会聚焦创伤救治、保肢技术、慢性创面管理等议题。南安市医院骨科医师田星星受邀参会并分享重度糖尿病足“阶梯式诊疗+居家延续干预”保肢创新案例。

重度糖尿病足感染重、创面难愈合,患者常面临截肢风险。传统单纯住院治疗模式,患者出院后缺少持续管理,病情极易反复。针对这一痛点,田星星分享的案例创新采用“院内阶梯治疗+居家延续干预”一体化模式:院内依据创面感染、血管情况分阶段开展外科处理,控制感染、修复创面,尽力保全患肢;患者病情稳定后,延伸居家干预,做好创面护理指导、血糖管控与定期随访,打通从院内救治到家庭康复的诊疗闭环,解决出院后管理断层的难题。

汇报中,田星星详细介绍病例评估、方案实施、难点处置与随访结果,创新的诊疗思路获得与会专家同行关注,现场围绕创面处理、居家随访落地等开展交流。

记者了解到,田星星曾赴上海交通大学医学院附属新华医院进修糖尿病足保肢与慢性创面修复亚专科,在该院陈晓教授的指导下,系统学习重度糖尿病足分级诊疗、难治创面修复、保肢综合干预及延续护理等前沿技术,建立起规范化、阶梯化保肢诊疗思维,为临床救治与病例总结打下坚实基础。

“十人九痔”别硬扛

小小便血久拖不治或成重度贫血

本报讯(记者 黄伟励)许多人认为“十人九痔”,便血不过小恙,涂点药膏便能了事。近日,南安30岁的王先生险些因此付出惨痛代价。长期便血使他重度贫血,血红蛋白仅57g/L,不及正常男性的一半,走几步路便天旋地转,脏器缺氧衰竭的风险如影随形。

王先生到南安市中医院就诊时,身材已接近“纸片人”。面对危急情况,该院肛肠科团队并未盲目输血,而是审慎评估后决定发挥中医药“治病求本”的优势。患者肛门并无活动性大出血,根源在于长期慢性失血导致气血亏虚、造血功能失司。医护团队为其辨证为气血两虚证,以内服经典气血双补名方“八珍汤”加减,重在健脾益气、补血止血,修复自身骨髓造血之引擎;外用消肿止血专科栓剂直抵病所,缓解痔疾之苦;同时辅以膳食指导,纠正久蹲坏习惯。

短短10余天,患者血红蛋白即升至93g/L,头晕乏力尽消,面色转红润,从卧床难行到正常活动,便血亦未再发。待身体状态稳定后,医护团队择期施行超声刀引导下内痔套扎联合外痔切除术等微创手术,术后创面小、疼痛轻、愈合快,第4天王先生便顺利出院,20天左右完全康复。

医生提醒,便血无小事,久拖伤全身。若出现长期便血、痔核脱出、排便困难等症状,切勿自行用药或拖延忽视,务必及时前往医院就诊。

南安市海都医院

开展儿童生长发育与过敏联合义诊

本报讯(记者 黄伟励)为帮助辖区儿童科学做好生长发育评估,解决儿童过敏相关困扰,近日,南安市海都医院特邀厦门专家李联侨、李金藩,开展儿童生长发育及过敏性疾病联合义诊活动,让水头及周边群众在家门口享受优质专科诊疗服务。

活动现场,专家细致问诊,耐心解答家长关于身高管理、性早熟、过敏性鼻炎、尘螨过敏等各类疑问,普及闽南地区高发的尘螨过敏防护知识,指导家庭科学居家防护。

据悉,此次义诊共完成骨龄检测50人次,针对孩子肥胖、生长迟缓、性早熟、身材矮小等问题,专家现场开展健康科普,为患儿定制饮食、运动、睡眠个性化干预方案。过敏门诊接诊32人,3名儿童完成屋尘螨皮肤点刺筛查。专家们还接洽语言发育迟缓、专注力异常儿童,对部分孩子给出干预指导,部分儿童评估后无需特殊干预。

据介绍,此次联合义诊,把优质儿科资源下沉基层,切实解决家长就医难题,提升群众对儿童生长发育、过敏性疾病的科学认知,守护少年儿童健康成长。