

南安市中医院中医睡眠门诊:

中医辨证精准调理 为3000多人解决睡眠难题



医生运用耳穴压豆为患者治疗失眠。

■本报记者 黄伟励

通讯员 张剑民 文/图

“过去整整五年,我都被失眠问题缠住,晚上翻来覆去睡不着,白天整个人昏昏沉沉,连日常工作和生活都提不起劲。”日前,长期受睡眠困扰的市

民廖女士,专程前往南安市中医院中医睡眠门诊就诊,经坐诊医生洪秀真辨证施治,通过中医特色疗法调理后,她终于摆脱了长期失眠的困扰,重新睡上安稳觉。

今年52岁的廖女士,正处于围绝经期阶段,潮热、情绪烦躁等不适症状长期围绕着她,而失眠是最让她痛苦的问题。她回忆,自己不仅长时间难以入睡,就算勉强睡着,凌晨一两点也会醒过来,醒后就再也无法入眠,同时伴随反复出现的潮热盗汗,整个人长期处于疲惫状态,工作效率大幅下降,日常生活也备受影响。

接诊后,洪秀真为廖女士完成了细致的诊查,结合她的年龄特征和全身症状,明确其失眠的核心病机为肝肾阴虚,随即为她量身定制了针对性的综合调理方案,包含特色针灸干预和个体化中药汤剂口服。

让廖女士惊喜的是,首次治疗结束的当天晚上,她就顺利进入了正常睡眠。经过后续的巩固调理,如今她不仅入睡顺畅,夜间睡眠深沉,白天精力也明显恢复,连之前困扰她许久的潮热症

状也同步得到缓解,情绪状态也变得更加舒展。复诊时,廖女士脸上露出了久违的轻松笑容,连连为中医睡眠门诊的诊疗效果点赞。

家住厦门的陈先生,也在朋友推荐下专程前往南安市中医院中医睡眠门诊求诊。“常年工作节奏快、应酬多,失眠已经缠了我整整十多年。”今年43岁的陈先生坦言,日常工作中免不了应酬饮酒、饮茶提神,长期下来睡眠节律完全紊乱,早已养成了靠安眠药辅助入睡的习惯。最让他困扰的是,只要停药就彻底无法入眠,整夜睁眼到天亮的情况时常发生,后续还引发了顽固偏头痛,白天根本无法集中精力处理工作,生活和事业都受到了严重影响。

接诊后,洪秀真为陈先生完成了全面的辨证评估,结合他的体质和长期失眠的病程特点,第一阶段先采用耳穴压豆配合中药汤剂的方案为他调理脏腑、改善睡眠。首次治疗后,陈先生的人睡困难症状就得到了明显缓解,但由于他长期居住在厦门,日常还要频繁出差,很难按时到院完

成规范的治疗,中断调理后失眠问题很快再次反复。

针对陈先生异地就诊、作息不固定的实际情况,洪秀真专门为他调整了适配性更强的居家调理方案,定制了便携药茶和专属药枕,无需频繁到院,日常在住处、出差途中都能坚持使用。“药茶随身装在包里,药枕放在行李箱里也不占地方,哪怕去外地出差也能一直用,完全不会断档。”陈先生说,坚持使用这套方案一段时间后,他已经摆脱了对安眠药的依赖,如今每天都能自然正常入睡,白天精神状态明显好转,连之前频繁发作的偏头痛也很少再找上门。

记者了解到,南安市中医院中医睡眠门诊自去年3月底开诊以来,将多学科诊疗模式进行深度融合,汇聚中医师、精神科医师、康复师、麻醉医师等各方面专业力量,融合中药调理、针灸推拿、情志疏导等传统中医特色疗法,并积极引入睡眠监测、认知行为干预、经颅磁刺激、星状神经节阻滞等现代诊疗技术,已为3000多人解决了睡眠难题。

古稀老人多基础病叠加休克命悬一线 医护团队精准施救转危为安

本报讯(记者 黄伟励)近日,南安市成功医院收到一面沉甸甸的锦旗,其背后是一场长达16天惊心动魄的生命接力,见证了一位古稀老人从生死边缘转危为安的救治故事。

患者黄先生今年73岁,因低血压性休克被急诊送入该院内科。老人的情况十分危急,基础疾病复杂,患有慢性阻塞性肺疾病、肺心病、重度心力衰竭、脑卒中后遗症等多种病症。入院时,他的生命体征极不稳定,血压几乎测不出,还伴随着严重的呼吸困难,心衰症状危重,随时都

有生命危险。对于这样高龄且多种基础疾病叠加的患者而言,每一分钟都在和死神赛跑。稍有不慎,一个小小的并发症就可能引发致命的连锁反应,这给救治工作带来了极大的挑战,预后风险也非常大。

面对如此凶险的病情,以主治医师李浣根为核心的内科医护团队第一时间启动了危重症抢救预案,吸氧、心电监护、抗休克、平喘、抗感染等各项抢救治疗措施有条不紊地同步开展。然而,救治过程并非一帆风顺,受高龄和身体基础条件差的影响,老人的病情多次反

复波动。李浣根坚持每日多次查房,密切紧盯每一项生命体征和检验数据,根据病情的动态变化及时调整诊疗用药方案。他深知,对于这样的患者,每一个细节都可能影响到治疗的效果,所以丝毫不敢懈怠。

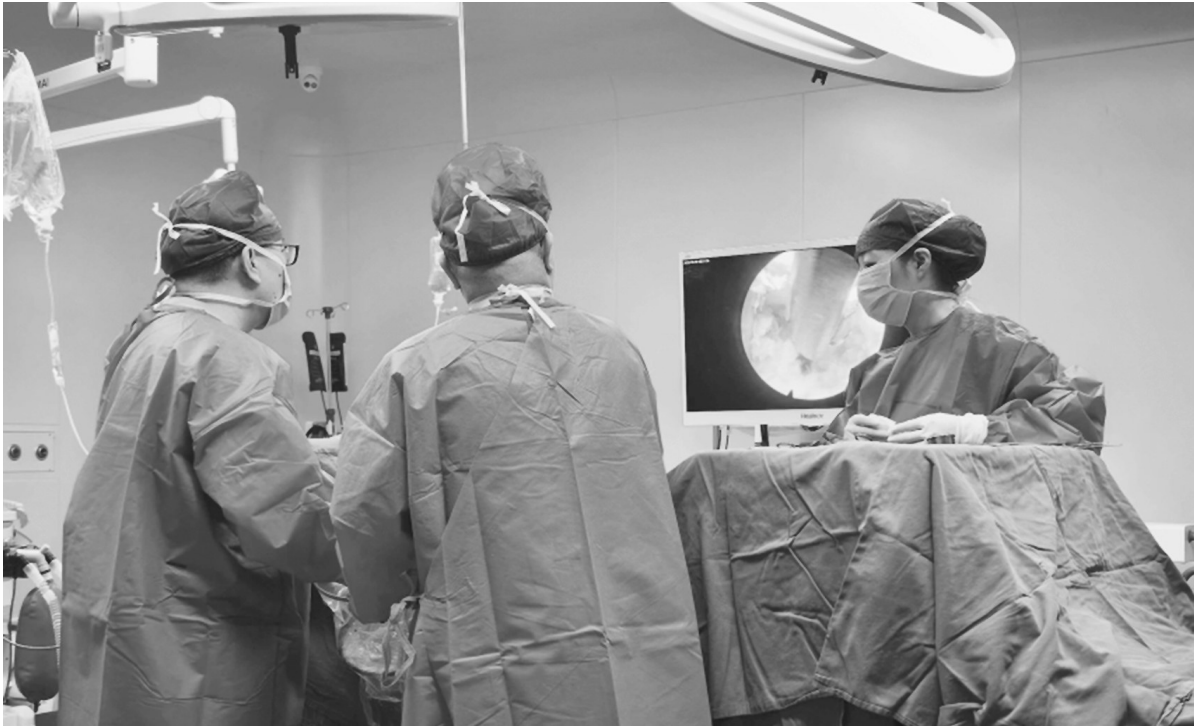
护理团队同样付出了巨大的努力,他们24小时轮班守护在老人身边。严密监测老人的出入量,定时为老人翻身拍背、清理呼吸道,全力预防褥疮、坠积性肺炎等老年卧床并发症,不仅要对抗感染,还要努力维系老人脆弱的心肺功能,他们用

自己的专业和爱心,为老人筑起了一道坚实的生命防线。

历经16天的精心治疗与护理,在医护团队的不懈努力下,老人终于脱离了生命危险。他的精神、食欲、活动能力都恢复良好,符合出院条件,顺利康复出院。出院当天,家属满怀感激之情,将一面锦旗送到了内科医生办公室。“真的不知道怎么感谢李医生和全体护士!老爷子这条命,是你们拼尽全力拉回来的。”家属激动地说,在这里,不仅见识到了过硬的医术,更体会到了家人一样的温暖。

上海专家助力

30分钟微创解决患者腰腿痛难题



医生开展骨科手术。

本报讯(记者 黄伟励)“腰疼腿麻折磨我整整两年,没想到在家门口做完手术,恢复这么快!”近日,南安市医院依托上海交通大学医学院附属新华医院骨科南安医联体联合病房优势,在上海脊柱专家王传锋的指导下,成功为一名45岁患者开展椎间孔镜微创手术,仅耗时30分钟便解除患者病痛。

患者江女士长期饱受腰痛伴随下肢麻木的折磨,两年间反复疼痛,日常活动受到严重影响,生活质量大打折扣。受病痛困扰,患者多方求医,得知南安市医院与上海新华医院共建骨科医联体联合病房,上海顶尖骨科专家定期来院坐诊,开展手术,便来到南安市医院骨科就诊。

经完善检查评估,患者符合椎间

孔镜微创手术指征。为最大程度减轻手术创伤、加快术后康复,南安市医院特邀王传锋来院开展手术指导。椎间孔镜属于微创脊柱外科技术,手术创口小、出血少,对脊柱正常结构破坏少。在王传锋的专业指导下,该院骨科团队紧密配合,整套手术仅用时30分钟便顺利完成,精准解除神经压迫。

术后,患者腰腿疼痛症状即刻消失,恢复情况良好,从办理入院到康复出院仅仅4天时间,真正实现微创、高效的诊疗效果。

记者了解到,上海新华医院骨科是国家重点学科,国内领先的骨科全生命周期临床诊疗中心,在脊柱手术、复杂骨折、关节微创等领域实力

雄厚。上海新华医院骨科南安医联体联合病房搭建起沪闽医疗协作桥梁,通过专家定期坐诊、手术示范、病例研讨、技术培训等多种形式,把上海优质骨科医疗资源落地南安,让南安及周边群众不用长途奔波,在家门口就能享受上海顶尖专家诊疗服务,节约就医时间与经济成本。

南安市医院骨科借助与上海新华医院骨科的医联体合作契机,持续引进前沿诊疗技术与先进管理理念,不断提升本地骨科诊疗能力。医院相关负责人表示,接下来,将持续深化沪闽医联体协作,常态化开展上海专家来院手术、门诊服务,把高水平医疗服务带给更多南安百姓,守护群众骨骼健康。



健康 资讯

南安市医院科普作品《偏方踩坑记》获泉州市健康科普舞台秀大赛三等奖

本报讯(记者 黄伟励)近日,由南安市医院选送、经南安市疾控中心推送的科普相声作品《偏方踩坑记》,在2026年泉州市健康科普舞台秀大赛中表现优异,从全市126个参赛作品中脱颖而出,成功入围21个复赛作品,最终荣获三等奖。

该作品聚焦群众日常生活中常见的烧烫伤偏方误区,以幽默情景剧形式生动揭露牙膏、酱油、香油等错误做法,以轻松诙谐的相声情景剧形式拆解错误危害、普及科学急救知识,兼顾传播性与实用性,赢得了评委和观众的一致好评。据悉,该作品此前已入选2025年泉州市“科技社团讲科普”科普微视频活动,并获市科协公众号专题展演推介,科普成效广受认可。

南安市医院相关负责人表示,医院将持续深耕健康科普阵地,鼓励医务人员创新科普形式、打磨优质内容,创作更多有温度、有干货、接地气的科普作品,积极普及健康知识、破除养生误区,全力助力群众健康素养提升,为健康南安建设注入源源不断的医疗力量。

泉州市光前医院

健康公益活动走进社区

本报讯(记者 黄伟励)近日,泉州市光前医院与梅山镇杨塘坑社区联合举办纪念红军长征胜利90周年群众性主题宣教与健康科普月活动。

科普讲座环节,专家围绕高血压防治、小儿流感防控、老年人的静脉输液安全三大主题,结合生活实例,细致讲解日常饮食、用药、防护要点等,解答居民生活中遇到的各类健康疑问。急救科普区域,医护人员细致讲解冠心病急救知识,现场实操演示心肺复苏操作流程,指导群众学习急救技能,提升大家自救互救的实操能力。

义诊服务区域,内科、骨科、中医科的医护团队为前来咨询的居民问诊答疑,提供慢病健康指导。现场还免费为群众测量血压、血糖,提供耳穴压豆、穴位埋针等中医特色理疗服务。

志愿者们向过往居民发放宣传材料,普及健康素养66条、科学戒烟、冠心病急救科普等健康知识,倡导文明健康的生活方式。

此次进社区公益活动,让居民足不出社区就能享受到专业的诊疗咨询服务,进一步提升了居民健康知晓率与自我保健意识。

南安市中医院

举办外出进修学习成果汇报会

本报讯(记者 黄伟励)为促进新知识、新技术的推广应用,近日,南安市中医院举办外出进修学习成果汇报会。

会上,南安市中医院叶美玲、苏思婷、田秋苹、杨松茂、黄佳财、叶茂钗等六位外出进修人员先后作学习成果汇报,结合各自进修专业,围绕前沿诊疗技术、操作规范及临床应用等方面,分享学习收获与实践思考。

医院相关负责人表示,此次汇报会既是对外出进修人员学习成效的集中检验,也为各科室搭建了交流学习平台,进一步营造了重视学习、崇尚技术的良好氛围,为医院学科建设和高质量发展注入了新的动力。

“五健”宣讲走进幼儿园

医校携手守护幼儿健康

本报讯(记者 黄伟励)为助力幼儿身心健康全面发展,近日,南安市第一幼儿园健康副校长、市妇幼保健院儿童保健中心主治医师戴小娥为市第一幼儿园中大班家长开展《五健同行 健康成长》健康专题宣讲。

当天,戴小娥围绕幼儿视力、口腔、骨骼、体重、心理五大健康维度,结合幼儿生长特点,以真实案例分享实用的健康育儿方法,为家长提供专业、可落地的家庭育儿指导。

此外,市妇幼保健院儿童眼保健科医师苏菲也为市第六幼儿园全体小朋友开展了第十二个近视防控宣传月宣讲活动。苏菲通过生动有趣的动画、图片,向幼儿讲解了眼睛的结构和功能,帮助孩子们理解“眼睛是心灵的窗户”,明白保护视力的意义。

此次“五健”进校园,让孩子们对健康知识有了更直观的认识,也进一步增强了自我保健意识。市妇幼保健院相关负责人表示,未来,医院将在“五健护幼”工作上持续加强与学校协作,用心守护全市儿童健康成长。