



医生为患者进行vNOTES手术。

市中医医院 供图

# 市中医医院妇科新术式 术后无痕 快速康复

■ 记者 戴余乐

“不用在肚子上开刀,术后没感觉到剧烈疼痛,第三天就出院了。”近日,因卵巢囊肿接受手术的黄女士(化名)从市中医医院顺利出院。让她欣慰的不仅是自己的病情好转,更是腹部没有因手术留下任何新疤痕——这得益于该医院今年7月正式开展的经阴道自然腔道内镜手术(vNOTES)。

据了解,黄女士因瘢痕性皮肤且曾有腹部手术史,对传统腹腔镜需要在腹壁打穿刺孔非常顾虑。今年7月,查出卵巢囊肿后,她的第一反应是:“肚子上再打孔?那我宁愿不做。”然而她的囊肿持续增大,手术不能再拖。无奈之下,黄女士来到市中医医院妇科就诊,接诊的是该科内镜专业组长、副主任医师蒋庆兰。蒋庆兰评估后认为,黄女士的囊肿大小适中、盆腔条件良好,适合采用vNOTES手术方案——借助阴道这一自然腔道置入内镜和器械,腹壁完全不打孔,体表不留疤。

“我还是第一次听说肚子里的手术可以不在肚皮上开刀。”黄女士半信半疑。蒋庆兰为她详细解释了操作路径和既往成功案例,最终黄女士下定决心。

手术如期进行,医护团队顺利完成卵巢囊肿

剔除。术后黄女士疼痛轻微,次日即下床活动,第三天达到出院标准。

“vNOTES手术核心理念是利用人体自然腔道作为手术通道,避免腹壁肌肉和筋膜穿刺损伤。”蒋庆兰介绍,与传统腹腔镜手术相比,该术式是借助阴道这一自然腔道置入内镜和操作器械,不仅效果突出,还能减少腹壁切口疝、穿刺孔感染、血管损伤等并发症,让患者术后疼痛更轻、肠道功能恢复更快。多数患者在术后3日内即可出院。

目前,vNOTES手术适用于子宫切除、卵巢囊肿剔除、附件切除、输卵管手术、子宫肌瘤剔除等多种妇科良性疾病,尤其适合有腹壁美容需求、肥胖、有腹部手术史或合并内科疾病不宜气腹过高的患者。据悉,自今年开展vNOTES手术以来,市中医医院妇科已成功实施20余例,患者均恢复良好。

“下一步,妇科vNOTES手术适应范围将逐步向恶性肿瘤手术方向发展。”蒋庆兰表示,“医学进步的意义,不仅是把病治好,还包括让患者更有尊严、更少痛苦地度过治疗过程。从患者实际需求出发,能微创就不开腹,能无痕就不留疤。”

## 夹江县政协专题调研 妇幼健康工作

本报讯(胡丽 记者 戴余乐)日前,夹江县政协组织相关界别委员,联合县卫生健康、医保部门负责人前往县妇女儿童医院,围绕“以服务赋能与创新转型破解县域妇儿医疗困境”开展专题调研。

调研组实地察看医院运行状况,详细了解区域妇产、儿科医疗资源整合落地情况,通过现场走访、座谈交流,梳理当前医院在专科建设、服务模式、运营发展等方面存在的问题,针对性提出意见建议。

调研组指出,要破除发展壁垒,加快智慧医院建设步伐,积极拓展“互联网+居家护理”服务,推动医疗资源下沉,联动基层医疗机构、社区、学校,构建临床与保健深度融合的服务网络,变院内坐等就医为主动延伸服务,探索医院转型发展新路径。要聚力做强妇幼特色专科,重点打造优势科室,提升妇科、儿科门诊服务能力,做好院内患者向妇幼保健业务转介,激活儿保、盆底康复、产科等潜力科室,扩充优势服务供给,提升手术与住院服务质量。要创新拓展服务链条,推动妇幼保健服务由传统单点诊疗向婚育、产康、新生儿照护、更年期保健等医育结合全周期服务转变,深化与月子中心的服务合作,补齐服务短板,更好满足群众多层次、多样化的妇幼健康需求。

## 秋日热力不减 小宝宝是否需要额外喂水?



资料图片

本报讯(记者 戴余乐)虽说已是秋季,但乐山近期气温仍居高不下,不少小宝宝出汗多。很多新手爸妈心里犯嘀咕:天气这么热,要不要多给宝宝喂点水?本期,乐山喜喜月子中心“喜睿”育儿课堂资深母婴照护老师聂霞,就给大家讲清楚喂水误区。

“很多新手爸妈看到娃出汗多,就想赶紧紧喂水,其实0到6个月喝纯母乳或是配方奶的宝宝,正常情况下是不需要额外喂水的。”聂霞介绍,母乳、配方奶里面的水分占比达到85%至90%,只要奶量吃够,就算晴热天气,也完全能满足宝宝身体水分需求。盲目喂水反而会带来麻烦:小宝宝胃容量很小,喝水占住肚子,喝奶量就会下降,还会加重宝宝尚未发育完善的肾脏负担。

当然,这个时期的宝宝也不是完全一口水都不能碰,聂霞提醒,遇到这些特殊情况,可以少量喂5到10毫升温水:宝宝发烧、腹泻、大量出汗,尿色深黄、尿量明显变少;或是长期待在干燥空调房,嘴唇格外干燥的时候,可以少量补水。“看尿不湿是最直观判断宝宝缺不缺水的方法。”聂霞介绍,一天能换6片以上沉甸甸的尿不湿,尿液是淡黄色,就说明水分足够,不用额外补水。

对于已经添加辅食的6个月以上的宝宝,晴热天可以少量喝水,每次10到30毫升,全天累计几十毫升即可,依旧优先保证喝奶。出汗多、户外活动结束、洗完澡之后,可以抿上几口。切记不要喂糖水、凉茶、果汁,避免加重宝宝代谢负担。



## 以赛促练强本领 市中医医院重症医学科护士在省级比赛获一等奖



李家兴在比赛中。

市中医医院 供图

本报讯(记者 戴余乐)近日,记者从市中医医院获悉,该医院重症医学科护士李家兴在四川省第六届静脉输液工作站比赛中,凭借扎实的专业功底,荣获比赛一等奖。

此次比赛共有全省36家医疗机构参赛,比赛分为静脉治疗专科理论与实操比拼,旨在集中检验全省护理人员静脉

治疗专业水平。

赛场上,李家兴沉着应战,实操环节流程规范、操作娴熟,严格遵循静脉治疗各项操作标准,充分展现出重症专科护理人员过硬的业务素养;理论答题环节,李家兴思路清晰、作答严谨,获得现场评委的充分肯定。经过层层角逐,李家兴从众多参赛选手中脱颖而出,斩获大赛一等奖。

这份荣誉既是选手个人专业能力的有力体现,也是市中医医院重症护理专科建设取得的一项重要成果。该院相关负责人表示,医院将以此次获奖为契机,持续筑牢护理工作基础,大力推广规范化静脉治疗技术,切实提升医护人员临床服务能力,进一步保障患者医疗安全,为群众提供更优质的护理服务。

## 不住院、更便捷 肿瘤门诊放疗为患者减负

■ 记者 戴余乐

“医生,我的工作还没有交接完,放疗能不能不住院?”在市中区肿瘤医院门诊诊室里,这是主治医师杨燕经常被患者问到的问题。

那么,放疗是不是就一定要办理住院?门诊能不能做放疗,治疗效果会不会受影响?对此,杨燕表示,放疗分为住院放疗和门诊放疗两种模式,具体方式可根据患者病情、身体状况和治疗方案判定。多数病情稳定、身体状态良好的患者,完全可以选择门诊放疗,无需长期住院。

何为门诊放疗?杨燕解释,门诊放疗指经评估符合条件的肿瘤患者,无需长期办理住院手续,按照既定治疗计划到医院接受放射治疗,治疗结束后即可返回家里休养。患者仅需白天到医院完成治疗,既简化就医流程,也方便家庭照料。

“很多患者心存顾虑,不住院,只做门诊放疗,疗效会不会打折扣?事实上,门诊放疗与住院放疗的治疗效果没有区别。”杨燕介绍,两种模式使用同一台放疗设备、遵循统一的质控标准,给到肿瘤病灶的放射剂量、治疗精度没有任何区别。另外,门诊放疗

还有着自身独特的优势:居家休养环境舒适熟悉,氛围更为放松,有利于维持机体免疫力;放疗阶段患者大多食欲不佳,在家可以依照个人口味,烹制清淡易消化的家常饮食;身处家庭环境,能有效舒缓患者焦虑紧张的情绪,良好的心理状态有助于身体恢复。

需要注意的是,门诊放疗并非“自由放任”。杨燕提醒,患者一定要按时放疗,按时参与医师随访,并主动如实反馈病情,方便医生及时掌握其身体状况,调整治疗方案。同时,妥善保管定位标记线,不可自行擦洗或描画,模糊时需及时找医生重画。

## 健康科普进社区 便民服务护安康

本报讯(记者 戴余乐)为常态化开展全民健康科普工作,普及科学养生知识,提升辖区居民健康素养,8月26日,“健康科普行——万场健康知识讲座”暨“嘉+健康”小课堂走进市通江街道柏杨社区,为居民送上实用的健康科普服务。

本次讲座聚焦群众高频健康问题,设置饮食健康、老年骨病防护两大

主题。市中医医院治未病科主任杨沁以“减盐控油,管好一日三餐”为主题授课,结合居民日常饮食习惯,讲解高盐高油饮食对身体的危害,分享科学烹饪、均衡膳食的实用方法,引导居民建立健康饮食模式,预防慢性疾病。

针对社区老年人较多的特点,市人民医院骨科主任武勇松围绕“老年髋部骨折的预防与应对”展开科普,细

致讲解老年人骨折的高发诱因、日常防跌倒技巧、骨折应急处置及术后康复要点等,切实帮助老年人规避安全隐患。

此次科普活动贴近民生、干货满满,精准对接不同人群的健康需求,有效解决居民健康困惑。下一步,该活动将继续进社区、进基层、进单位,开展便民健康宣讲,普及科学健康生活方式,切实守护群众身体健康。



健康生活事业部总监:程和平  
新闻热线:13981393110  
邮箱:2008hepinggy@163.com

## 守护孩子脊柱健康

■ 顾天成 尹硕韩

12岁的涵涵在康复师指导下缓缓吸气,努力将气体“送”进胸廓凹陷的一侧,而后针对性练习体操动作。父亲孙先生坐在一旁,不断记下康复师的指导内容。

涵涵一家专门从山东德州赶来,奔赴一场特殊的“守护”——2026年北京儿童医院少年儿童脊柱健康夏令营。

“去年学校体检提示孩子可能有脊柱侧弯,家人以为只是坐姿问题。今年暑假,高低肩愈发明显,确诊为‘S型双弯’。”孙先生说。

涵涵的经历并非个例。最新流行病学调查数据显示,我国儿童青少年脊柱侧弯发病率约为1%至3%,多发于10至16岁的生长发育高峰期。

“要高度重视校园筛查后的提示。”国家儿童医学中心、北京儿童医院骨科主任郭东告诉记者,脊柱侧弯早期症状包括双肩不等高、向前弯腰时背部不平、两侧腰线不对称、走路时身体向一侧倾斜等,家长如果发现这些信号,应尽早到正规医院检查。

当前,我国已将脊柱弯曲异常纳入学生常见病监测体系,部署学校每年为10至16岁儿童青少年开展1次脊柱弯曲异常筛查和评估;将脊柱健康状况记入学生健康档案;发挥中医药干预儿童青少年脊柱弯曲异常的特色和优势,提升干预效果。

郭东认为,做好脊柱侧弯防控,“筛后管、管得专”是关键。随着学校筛查覆盖率明显提升,接下来要进一步加强基层专业诊疗与康复力量,让筛查出异常的孩子在“家门口”就能得到专业指导。守护孩子们的“脊梁”,不仅要靠医疗卫生服务的“小处方”,也要靠社会整体联动的“大处方”。

河北廊坊文安县的张女士带着孩子遥遥辗转多地医院,最终被确诊为较为罕见的“小脑扁桃体下疝合并脊髓空洞”引发综合征型侧弯。

张女士给记者算了一笔账:手术花费约3万元,自费近1.5万元;暑期每周四五次康复需自费;一支普通支具价格在5000至万元不等,需要定期更换,不在医保报销范围内。

“我们注意到,各地政策很不一样,有的省份正探索将部分脊柱侧弯康复项目纳入医保,有的省份康复项目依托残联开展,申请起来不容易。”张女士补充道。

同样需要关注的,还有心理上的支持。现场志愿者张先生说,约10%至20%的孩子存在不愿配合佩戴矫正支具的情况。“有的孩子惧怕同学异样的眼光,有的孩子则是在夏天佩戴时感到闷热难耐。”他说,这些孩子需要家校的心理支持,帮助建立战胜疾病的信心。

国家儿童医学中心、北京儿童医院骨科护士长马静说:“希望更多家长、孩子能树立科学防治意识,遵循医生的建议进行规范康复训练。”

(据新华社)

快乐献血  
自在嘉州

献血咨询电话: 0833-5188116  
团体预约电话: 0833-2503103  
乐山市公民无偿献血领导小组办公室 乐山市中心血站 广告

疾病预防与控制

乐山市疾病预防控制中心 协办 广告

乐山市卫生健康委员会  
乐山市健康教育协会

广告

| 乐山日报·健康周刊 |                                              |
|-----------|----------------------------------------------|
| 技术支持单位    |                                              |
|           | 乐山市人民医院 医数处:2119310 急救:2119328<br>仁爱济世 精诚行医  |
|           | 乐山市中医医院 院办:2441183 急救:2446120<br>倾心为病人 德技术双馨 |
|           | 乐山市妇幼保健院 院办:6268111<br>仁心仁术 呵护生命             |
|           | 乐山市精神卫生中心 心理健康咨询:12356<br>仁爱 至善 笃诚 求精        |
|           | 乐山老年病专科医院 急救:2150330<br>敬老·精医·创新·卓越          |
|           | 乐山市市中区人民医院 急救:2121999<br>厚德诚信 精医创新           |
|           | 乐山市市中区肿瘤医院 急救:2600241<br>敬慎 精诚 守正 弥新         |
|           | 乐山友谊医院 健康热线:2555120<br>仁爱·精诚·责任              |