



麻醉科专家——黄爱兰

的诊治,取得较好的麻醉效果。尤其是擅长心脏大血管手术麻醉及体外循环。经常受院外邀请出诊帮助完成危重疑难病人的临床麻醉工作。主持广西科技厅科研项目1项、卫生厅科研项目2项,其中卫生厅科研项目《麻醉机有效性安全性临床评价研究》获2010年广西卫生适宜技术推广三等奖,参与的《心脏移植实验与临床应用研究》2013年获广西科技进步二等奖。在省级以上专业刊物发表学术论文20多篇。

黄爱兰,麻醉科副主任,主任医师,硕士生导师。一直以来担任临床麻醉工作,麻醉基础知识扎实,临床技能娴熟;经常担当危重疑难病例的临床麻醉,帮助解决疑难重症

咨询电话:0771-2186322

名
医
推
介



心血管内科专家——林虹

林虹,心血管内科主任医师,硕士研究生。长期从事心血管内科临床工作,主要擅长冠脉粥样硬化性疾病,高血压病,心肌病,心力衰竭,心律失常的治疗。对心血管内科常见病,疑难病的诊断和治疗有丰富的临床经验。在冠心病心肌梗死急诊介入治疗,心绞痛,心肌缺血介入治疗以及心律失常介入治疗有一定的临床经验。曾到北京大学医学院进修冠脉介入诊疗技术。主持广西自然科学基金课题,参与广西科技厅及卫计委科研课题多项,获广西医药卫生适宜技术推广奖多项,在专业杂志发表论文10余篇。

出门诊时间:周四全天
咨询电话:0771-2186178



骨科专家——韦建勋

科及创伤外科学,对脊柱外科疾病有较深入研究。开展脊柱微创手术15年,在微创治疗腰椎间盘突出症等腰椎退行性疾病方面有较深造诣。主持卫生厅科研项目2项,参与研究课题获广西科技进步二等奖1项、三等奖2项,广西卫生适宜技术推广奖一等奖1项,多次获评科技兴院拔尖人才,获2014年中国医师学会骨科分会“十大杰出中青年骨科医师”提名奖。先后在中文核心期刊及骨科专业杂志发表专业学术论文20余篇。

韦建勋,骨科主任医师,医学硕士,硕士研究生导师。任广西骨科学会青年委员会副主任委员,广西中西医结合骨科微创学会委员等。专长骨科领域各种疾病的诊断与治疗,专攻脊柱外

出门诊时间:周一全天
咨询电话:0771-2186310



高压氧科专家——盘晓荣

盘晓荣,高压氧科主任,任广西医学会高压氧医学分会副主任委员兼秘书、广西高压氧质控中心委员。从事高压氧医学20年,有丰富的临床治疗经验,吸收国内外最新

咨询电话:0771-2186175

科研成果应用于临床,解决本专业较复杂、疑难问题。擅长高压氧舱设备的使用,高压氧综合疗法抢救、治疗急性缺血性疾病,特别是对心脑血管疾病、脑损伤后神经功能恢复及老年疾病等有深入研究。主持广西科技厅自然科学基金课题1项,广西卫生厅课题3项。参与的课题获广西医药卫生适宜技术推广奖二、三等奖各1项,发表专业学术论文30余篇。3次获医院科技拔尖人才奖。

要重视深静脉血栓的预防

深静脉血栓是指血液非正常地在深静脉内凝结,属静脉回流障碍性疾病。好发于下肢,常见于骨科大手术后,是严重威胁人们生命的四大死因之一。因此,血栓猛于虎。静脉血流缓慢、静脉壁损伤和血液高凝状态易使血栓形成。深静脉血栓起病较急,患肢肿胀、发硬、疼痛,活动后加重,血栓远端肢体皮肤呈青紫色,皮温降低,足背、胫后动脉搏动减弱或消失,或出现静脉性坏疽。下肢深静脉或下腔静脉血栓形成后可脱落,导致肺动脉栓塞,常表现为呼吸困难、胸痛,而大面积肺栓塞一小时内死亡率高达95%。预防肺动脉栓塞,必须着眼、着手于深静脉血栓的预防。

主要预防措施:①术后抬高患肢,不要在腘窝或小腿下单独垫枕,以免影响小腿深静脉回流。必要时可以穿戴弹力袜。②尽可能早期离床活动,不能下床者尽早主动屈伸下肢做屈和背伸运动,内、外翻和足踝的“环转”运动,并多做深呼吸及咳嗽动作。观察双下肢有无色泽改变、水肿和肌肉有无深压痛等。③骨科大手术后,医生根据情况给予活血药物或预防性使用抗凝药物如低分子肝素、利伐沙班。此外,日常生活中长时间垂腿静坐,如乘长途车、乘飞机也应经常活动下肢,或离开坐位走动,减轻下肢血液瘀滞,促进回流。

(骨科 梁剑敏)

上班族保护眼睛的方法

上班族每天盯着电脑,如果不注意眼睛的自我保护和调节,容易造成视力下降、模糊、干眼、近视、青光眼等症。上班族如何保护眼睛呢?主要做好以下几点:①眼睛和电脑保持合适距离。眼睛距离电脑屏幕50至60厘米,如果屏幕尺寸较大,可酌情拉长至70厘米。距离过近易导致近视或使近视度数加深;而距离过远,需伸长手臂才能握住鼠标,时间久了会引起肩部肌肉酸痛。②合适的电脑放置高度。电脑屏幕上端位于眼睛水平视线以下30度为宜,屏幕向上略倾斜10度。这样可以减少眼角膜的暴露面积,减轻干眼症,又可以缓解颈部肌肉的紧张度,减少颈椎病的发生。③切忌“目不转睛”。保持适度的眨眼次数,可缓解视觉疲劳,减少眼球暴露于

空气中的时间,避免泪液蒸发。④不吹太久的空调。避免座位上直接有气流吹过,并在座位附近放置茶水或加湿器,以增加周边空气的湿度,防止眼睛干燥。⑤多吃各种水果。特别是柑桔类水果,还应多吃绿色蔬菜、粮食、鱼和鸡蛋。多喝水对减轻眼睛干燥也有帮助。⑥少熬夜,保持充足的睡眠。⑦避免长时间连续使用电脑。连续使用电脑1小时,应休息5至10分钟。可以眺望远方,或走动一下。⑧合理使用隐形眼镜。如果本来泪液分泌较少,或眼睛容易干涩,在电脑前就不适合使用隐形眼镜。⑨如果眼睛出现发红、灼伤或异物感,眼皮持续沉重,视物模糊甚至眼球胀痛或头痛,休息后仍无明显好转,应及时到医院检查治疗。(林泉)

林泉,副主任医师,硕士,硕士生导师。从事眼视光学工作14年。留美访问学者,师从前国际眼表协会主席Scheffer C.G教授。主持广西科技攻关项目、广西自然科学基金各1项。发表论文13篇,其中核心期刊8篇。获广西科技进步三等奖及广西卫生适宜技术推广奖二、三等奖,3次院科技拔尖人才奖,2次新技术新项目三等奖(排名第1),4次在全国眼科年会作大会发言。

专家谈病

冬季需防婴幼儿急性喉炎

冬天来了,呼吸道疾病又纷纷登场,伺机伤害免疫力较低的婴幼儿。据世界卫生组织报道,每年约有400—500万名0—5岁的儿童死于呼吸道感染。而冬季,正是婴幼儿急性喉炎的高发季节。急性喉炎是病毒或细菌感染引起的喉部黏膜的急性炎症。由于婴幼儿喉软骨比较柔软,喉部黏膜下组织松弛,淋巴管丰富,发炎后容易发生肿胀,把本来就狭小的喉腔堵住,造成呼吸困难,甚至窒息。婴幼儿喉炎起病急,多有发烧、声音嘶哑、咳嗽等表现,声

音嘶哑严重者甚至发不出声音,并有“空、空、空”的咳嗽声,夜间加重。病情严重的可出现呼吸困难、吸气的喉鸣,这时婴幼儿会出现锁骨上凹、胸骨上凹、肋间隙在吸气时明显凹陷(即“三凹征”),说明其喉部堵塞,难以将空气吸入肺部。急性喉炎是急症,婴幼儿一旦发生应该立即去医院就诊。医生一般会使用肾上腺皮质激素解除患儿喉部梗阻,同时要针对病毒或细菌进行抗感染治疗。雾化吸入药物对治疗婴幼儿急性喉炎也是很有必要的。(儿科 洪梅)

孕前准备与孕初注意事项

如何生一个聪明健康的宝宝,孕前工作不能少。那么,怀孕之前要做好哪些准备工作?怀孕初期需要注意哪些事项呢?我院产科专家给大家详细介绍。怀孕前的准备工作。孕前夫妻俩要做一次全身性检查,戒烟戒酒。如果工作环境离X光等有害物质比较近,最好能换一个相对安全的环境。体重太重或太轻对怀孕都不利,最好能在怀孕前恢复正常的体重。养成合理的饮食习惯,多运动,勿养宠物。减少同房次数,丈夫的精液从数量到质量都有所保证。同时,要选择舒适的环境和两人心情愉快的条件下同房。计划怀孕期间,不要穿紧身裤或尼龙裤,尤其是丈夫,裤子太紧会很有影响。选择最佳年龄,25、26岁是女性生育的最佳年龄,如果条件不

具备,也不要超过35岁。选择最佳生育季节,一般来说4、5月份最合适,酷暑或寒冬以及秋天对于孕妇来说都要消耗很多体力,对分娩不宜。怀孕初期要注意以下几点:①注意叶酸。深绿色和多叶的蔬菜(如菠菜和芥蓝)、橘子、酸甘、豆类和坚果(如长豆)都富含叶酸。②戒烟烟酒。虽茶或咖啡里的少量咖啡因不至于影响生殖能力,但减少饮用含有咖啡因的饮料是最为明智的。③饮食均衡。要每天吃多份蔬菜、水果、五谷与乳品。怀孕时,所有维生素和矿物质对胎儿的成长都很重要。但无处方的多种维他命可能含有过量维生素和矿物质,过量服用可能弄巧成拙,对胎儿不利。(产科 张丽)

空腹运动易诱发心脑血管病

每天清晨,在公园、广场上都会看到许多老年人在音乐的伴奏下跳起广场舞。晨练,是一个维持健康的好方法。但用错方法则会适得其反,尤其是不吃早餐就运动,不仅不利于身体健康,甚至存在一定心脑血管的风险。空腹运动时脂肪分解出能量,血液中有利的脂肪酸浓度升高,从而对心肌造成不良影响,诱发心律失常,严重时还会导致猝死。空腹运动时间过长,会导致血压升高,心脏收缩能力加强,加大心肌对氧的消耗,可能引起心绞痛,若超过一个小时,就可能会出现脑出血、急性心肌梗死等高血压并发症。运动前进食量以不感觉饥饿为宜。进食一些易消化食物,再喝杯牛奶或豆浆,这样有利于减少低血糖的风险。但不可进食过饱,否则会在运动时诱发脑缺血,还要及时服用当天的第一次药物。运动方式不宜太剧烈,根据自身情况制定合适的运动量,一般以运动完感觉舒适,没有头晕、胸闷、气短等为宜。不要选择跑步等剧烈运动,宜如散步、打太极拳等舒缓运动。天气渐冷,人的血管收缩加强,极易诱发高血压、冠心病,有心血管病者不宜太早到室外运动,最好在太阳出来后运动。(干部综合病房二区 郭晶晶)

康大夫信箱

康大夫:我患痛经多年,每次都要服用止痛药,请问痛经可以用针灸治疗吗?疗效如何?什么时候治疗效果最好? 孙女士:您好!在经期或月经前后,出现周期性小腹疼痛,或腰痛,这种病证称为“痛经”。导致痛经的常见原因有:寒湿、瘀血等使气血运行不畅,子宫经血流受阻不通而痛,这种痛经常表现为疼痛剧烈,多在月经前或月经时疼痛;另外一种则是身体虚弱,子宫得不到气血的濡养而痛,这种痛经常表

针灸可以治疗痛经吗?

现为隐痛,疼痛较轻,常在月经后疼痛。针灸治疗痛经疗效显著。我院针灸科针对痛经的病因,选用中极、血海、三阴交等穴位针灸、艾灸治疗;痛经严重者配合灵龟八法、子午流注时间针灸选穴治疗,温阳散寒、补气活血、通经活络中药内服针灸中药结合治疗,疗效很好。一般痛经多在经前一周或月经时治疗最好。属于虚证的痛经,月经结束后配合艾灸或调补气血的中药治疗疗效更佳! 康大夫(由针灸科罗鸿宇副主任医师解答,咨询电话:0771-2186599 2186397)

EB病毒阳性,能否打疫苗预防鼻咽癌?

康大夫:我患鼻炎30余年,在当地医院做CT检查提示双侧上颌窦、筛窦、额窦炎症,鼻中隔偏曲,化验血EB病毒阳性,担心会得鼻咽癌,请问您们医院有针对预防鼻咽癌的疫苗吗?能否打疫苗进行预防? 曾先生:您好!目前鼻咽癌疫苗(重组腺病毒5型EB病毒潜伏膜抗原2)是针对鼻咽癌治疗后的病人,应用于预防鼻

咽癌治疗后复发的治疗性疫苗,而您所说的针对EB病毒抗体阳性的高危人群的预防性疫苗,目前尚在计划阶段,还没开始临床试验,也无上市产品。因此无法进行这方面的疫苗接种。您抽血化验EB病毒(EBV-DNA)定性阳性,可到当地医院耳鼻喉科进行鼻咽部的相关检查,如鼻咽部未见异常,可定期每三个月或半年进行一次EB病毒抗体或(EBV-DNA)检测及鼻咽部检查。康大夫(由耳鼻咽喉头颈肿瘤科李桂萍主治医师解答,咨询电话:0771-2186318 2186756)

姓名:周祺轩
性别:男
属相:蛇
星座:水瓶座
年龄:11个月
父亲:周家旺
母亲:黄锡岚(体检中心)
性格:活泼、开朗
兴趣爱好:咬东西,爬行,吃东西
父母寄语:希望宝贝健康快乐地成长,更期待你成为一个有勇气、充满活力、正直、敢于承担责任的人。

