

# 江南医院专家介绍(六)

**翟瑞仁:**专家副院长兼肿瘤中心主任,主任医师、教授、医学博士后,原解放军第106医院放疗科主任,解放军第401医院血液肿瘤中心主任。擅长肺癌、乳腺癌、消化道肿瘤、恶性淋巴瘤、骨肿瘤、生殖系统肿瘤等各种实体恶性肿瘤的个体化靶向/免疫等精准治疗、肿瘤微波/射频消融局部治疗及肿瘤的多学科综合治疗。对核辐射损伤的检测与救治、干细胞移植、亚健康、红光与高温医学等也有丰富的临床经验。

**祝妮姬:**呼吸内科和老年病科主任医师,擅长支气管哮喘、肺部感染、慢性阻塞性肺疾病、呼吸衰竭等呼吸系统常见病以及疑难危重症的诊治,熟练掌握支气管镜和肺功能,具有丰富的临床经验。

**严丽荣:**老年病科和全科医学科主任医师,擅长老年科常见病、多发病的诊断、治疗;老年综合症的评估;老年营养的评估、营养不良的干预及治疗;老年帕金森综合征诊断治疗;老年痴呆的评估诊断与治疗;老年痴呆(阿尔兹海默病)的精神运动康复治疗;白蚁菌圃、银杏叶提取物等中药抗衰老的临床研究。

**杜培宜:**内分泌科主任医师,擅长甲状腺疾病、糖尿病及其并发症的诊断和治疗,对内分泌疑难疾病脂肪肝、肾上腺及垂体疾病等有丰富的治疗经验。

**孙端金:**消化内科主任医师,

江南医院根据“专家型医院”的定位,聘请了国家一流、社会知名、群众公认的301医院、协和医院、北京医院、原南京军区总医院、原济南军区总医院、上海长海医院、瑞金医院等著名医院的院士、院长、教授、博士、博士生导师等具有专业特长的高级专家,到江南医院进行专家坐诊、专家会诊、专家手术、专家查房、医疗示教及开展医疗新技术指导,以及远程会诊、绿色通道转诊等,为人民群众和患者提供高品质的医疗服务。

师,擅长消化道常见病、多发病、疑难重症的诊治。

**李响:**耳鼻喉科主任医师,擅长改良型腭咽成型手术及消融术,鼻内窥镜下鼻窦、鼻腔及鼻中隔功能性手术及部分颅底手术,喉部良恶性肿瘤切除术,鼓膜置管及修补术,耳廓离断再植及颌面部大面积转移皮瓣修复术,免疫反应性喉病、耳鸣、耳性眩晕及突聋的中西医结合治疗。

**路军英:**儿科主任医师,擅长新生儿、普儿常见病多发病的诊治,危急重症救治,熟练各种穿刺操作,腰穿、胸穿、骨穿等,熟练掌握气管插管、辅助通气、电除颤、静脉营养等技能。

**周宏图:**康复理疗科和高压氧科主任医师,擅长临床各类疾病康复治疗(神经系统、骨关节系统、心肺疾病及糖尿病等慢病系统)、临床各类疾病高压氧治疗。

**柴秋娥:**肾内科主任医师,擅长肾内各种常见病的诊治,血液透析,心内各种常见病的诊治。

**李艳娥:**神经内科主任医师,擅长神经内科常见病多发病的诊断、治疗技术。

**毕鸿耘:**眼科主任医师,擅长各类复杂白内障手术治疗,能够熟练完成眼科复杂白内障超声乳化手术,青光眼手术,青光眼白内障联合手术,眼外伤球内异物取出术、斜视手术,内窥镜下泪囊鼻腔吻合术,外眼整形手术等。

**陶志宇:**神经外科主任医师,擅长各种颅内肿瘤切除手术,颅脑创伤,颅内血肿清除术,脑出血抢救手术。

**张恒胜:**麻醉科兼ICU主任医师,擅长危重病人(ASAIII级以上)的麻醉、各种先天性心脏病、瓣膜病、心脏黏液瘤、冠脉搭桥术病人的麻醉等;心脏病人、小儿、老年病人的麻醉等。

**龚念梅:**超声医学科主任医师,擅长各种微创介入性诊疗:如肝、甲状腺、甲状旁腺等肿瘤原位消融,囊肿硬化治疗,脏器及病变穿刺活检及置管引流;腹部、浅表器官、妇产、血管超声诊断及造影检查。

**万美珍:**病理科主任医师,擅长全身各部位活体组织病理检查和诊断;全身各部位活体组织冰冻切片;各种疑难疾病及特定专科疾病的诊断;液基细胞学

检查;分子病理诊断;免疫组织化学技术。

**刘福民:**急诊主任医师,擅长心脑血管病、呼吸系统、消化及内分泌和高血压等方面的常见病、多发病、疑难杂症的诊治,在危急重症患者的抢救上有着非常丰富的临床经验。

**赵超:**检验科主任技师,擅长临床各种检验技术。

**王建峰:**中医科主任中医师,擅长肝胆脾胃疾病,眩晕头痛,失眠抑郁癫痫,慢性咽炎,老慢支,中风后遗症,风湿痹症,乳腺增生,泌尿系结石,痛经,月经不调等内、妇科杂症。

**李杰:**医学影像科副主任医师,主要从事DR、CT、MRI、钼靶,数字胃肠造影等的影像学诊断,CT引导下肝囊肿、肾囊肿、其他脏器囊性介入治疗。

**吕雁:**妇产科副主任医师,擅长妇科微创手术,宫腔镜的诊断治疗。妇科常见病,内分泌疾病,不孕不育疾病及盆底疾病的诊治。产科各种合并症、并发症,危急急救孕产妇的抢救积累了丰富的经验,多次抢救胎盘早剥、完全性前置、胎盘产后出血、DIC均获成功。有产科高端病

人服务经验,擅长新式美容切口剖宫产。

**周琳:**麻醉科副主任医师,擅长静脉套管针连续臂丛麻醉;连续臂丛麻醉分次给药。

**荆涛:**口腔科副主任医师,擅长龋病、牙髓病、根尖周病的诊治,对牙齿美学修复能达到微创、逼真、即刻高强度效果;应用新型齿科树脂黏合剂,对牙周病患者前牙松动进行固定,可避免牙齿缺如带来的痛苦。

**刘佃成:**泌尿外科副主任医师,对泌尿外科、男科疾病的诊断与治疗有丰富的临床经验,熟练泌尿外科各种疾病的手术治疗,擅长前列腺疾病的经尿道微创手术,泌尿系结石的腔镜手术治疗。

**黄有清:**普外科副主任医师,擅长普外常见病、多发病的诊治,尤其是胃肠道、甲状腺、乳腺肿瘤手术,急腹症,腹部创伤,下肢血管疾病,腹膜后疾病等。

**王洪生:**神经内科副主任医师,擅长各种神经疾病、脑神经病变病、脊髓疾病和内科疾病的诊治。

**钱武潮:**中医科副主任中医师,擅长中医内科常见病、多发病,中医妇科常见病。



## 焯菜的五大诀窍

焯水又叫“飞水”,是烹调蔬菜前很重要的一道工序,不仅有利于去除草酸、农残、嘌呤、亚硝酸盐等成分,还能去除异味,让蔬菜色泽鲜艳、口感脆嫩、便于入味。

1.焯菜时,应把洗净的蔬菜放进煮沸的水里,当水再次滚沸后立刻捞出,放在漏勺中沥干水分备用。

2.焯菜要控制好时间,如果焯得太久,就成了煮蔬菜,不仅会影响色泽和口感,还会加重维

生素C、钾、镁等营养素的流失,并且很多有利于健康的植物化合物也会损失。

3.建议焯菜时尽量保持蔬菜的完整性,绿叶菜应整个放入,焯水时间5~10秒,西兰花、菜花等不好清洗也不能去皮的蔬菜,可掰成大块焯1~2分钟;土豆和胡萝卜建议切成片后焯10~30秒。

4.一定要让水保持沸腾,把蔬菜迅速放入水中,将其全部埋进水里,减少与氧气接触的机

会。另外,焯菜时可以在水中滴几滴油,油会在蔬菜表面形成一层保护膜,起到隔绝空气的作用,从而减缓蔬菜褪色。

5.有些人图省事,会将所有需要焯水的菜放在一起“大锅焯”,严重影响菜色和菜味。如果需要焯多种菜,可先焯气味小的,再焯气味大的;如果不同食材颜色有深有浅,建议先焯颜色浅的,后焯颜色重的或者分开锅焯水。

## 莲藕正当季 健脾开胃 益血补心

这个季节正是吃藕的好时候,无论是凉拌还是煲汤,藕的吃法有很多,煮熟的莲藕能健脾

开胃、益血补心。广州中医药大学第一附属医院内科蓝森麟教授推荐一款“藕山菇栗两脚汤”,

特别适合现在喝,有抵御秋燥的功效。

**食材:**莲藕500克,铁棍山药、栗子仁各250克,香菇6只,猪脚两只(约750克),鸡脚6只。

**做法:**先将猪脚洗净,斩大块,连同洗净的鸡脚一齐放进沸水中焯,捞出冲洗干净血沫;香菇用温水泡发后,去除硬梗,洗净;莲藕、铁棍山药分别削皮,洗净,滚刀切厚块。然后连同洗净的栗子仁一齐置于砂锅内,加入清水3000毫升、白酒少许,用武火煮沸后改用文火熬2小时,精盐调味,即可。

**功用:**此汤味道鲜美,汤性平和滋润,有良好的健脾益气、润肺化痰、养血益精、补肝肾、强筋骨等作用,适宜于一般人群服食以御秋燥,也可用于五脏不足所致诸症的辅助治疗。



秋冬季节是呼吸系统疾病高发期,高发的呼吸系统疾病包括感冒、急性支气管炎、慢性支气管炎的急性发作、肺炎等。

呼吸操可以改善呼吸系统疾病患者的胸闷气短、呼吸困难、喘息等症状,实现对体内气息的调整和出入,改善人体脏腑机能,从而提高机体免疫力。临床研究发现,呼吸操有明显恢复肺功能的作用。

呼吸操共有七节,具体方法如下:

**缩唇呼吸**  
**目的:**防止呼气时小气道塌陷狭窄,以利肺部内气体的排出。

**方法:**吸气时用鼻,呼气时缩唇轻闭,慢慢呼出气体,嘴呈口哨状。

**腹式呼吸**  
**目的:**增强膈肌力量,减低气道阻力,提高潮气量,改善缺氧和二氧化碳潴留。

**方法:**右手放在腹部肚脐,左手放在胸部。吸气时,最大限度地向外扩张腹部,胸部保持不动。呼气时,最大限度向内收缩腹部,胸部保持不动。

**屏气呼吸**  
**目的:**延长肺内氧气和二氧化碳交换时间,使更多的氧气进入血液。

**方法:**吸气,屏住呼吸3秒钟,同时向右转头,呼气。吸气,屏住呼吸3秒钟,同时向左转头,呼气。

**伸展呼吸**  
**目的:**增加肺功能,解除肩颈酸痛。

**方法:**两臂伸直,向前、向上逐渐高举过头,同时深吸气;然后两臂合拢,身体前倾,同时深呼气。(注意:尽量用腹式呼吸)

**按揉迎香**  
**目的:**缓解鼻炎、牙痛及感冒。

**方法:**两手拇指屈曲,用第一指关节按摩迎香穴(迎香穴在鼻翼外缘中点旁开,当鼻唇沟中)。

**推按风池**  
**目的:**缓解头痛、颈部酸痛及落枕。

**方法:**手掌伸开,分别用小指关节的侧面或小鱼际处推按同侧枕后风池穴(风池穴在头额后面大筋的两旁与耳垂平行处),俗称赶大筋,以达酸痛感为度。

**胸部叩击**  
**目的:**借助叩击产生的振动和重力作用,使滞留在气道内的分泌物排出。

**方法:**叩击者两手手指弯曲并拢,使掌侧呈杯状,以手腕力量有节律地叩击胸部。

呼吸操以立位姿势为主,部分动作也可取坐位和卧位姿势,宜根据身体状况量力而行。呼吸操要注重呼吸深度和呼吸量,提高呼吸效率。通过持之以恒的呼吸操锻炼,可提升肺功能,改善肺部疾病症状。

## 秋冬要养肺 多做呼吸操