

孕期常见问题十问十答

1、NT值增厚的胎儿能不能要？
需要视具体情况而定。NT值的厚度与染色体异常的发生率呈正比,能较好的评价21-三体综合征、18-三体综合征、13-三体综合征等的风险;还与胎儿先天性心脏结构畸形有关,是非染色体异常NT增厚的最常见原因。其次,NT增厚还与胎儿其他结构畸形有关:如骨骼系统畸形、膈疝、前腹壁缺陷(脐膨出)、胎儿运动障碍性综合征等。此外,NT值增厚还与自然流产等有关。完全正常的胎儿也可能出现NT增厚。当得到NT增厚的结果时,请孕妈不要过分的紧张和不安,及时到医院就诊,我们有专业的专家帮助您进一步排查可能的风险。

2、不知道怀孕了,体检做了胸部X光,会影响孩子吗?
受精2周以内,或者说孕4周,大多数药物或者医疗检查手段对胚胎的影响遵照“全或无”原理,如有影响则可能死亡,表现流产或停止发育,如胎儿存活,也不用担心;其次,x线检查带来的辐射暴露剂量远低于对胎儿产生危害的剂量。所以,请不要轻易给生命判死刑。

3、早孕反应太严重,怎么办?
厌食和呕吐是比较正常的早孕反应现象,孕妈们要从饮食上自我调节,尽量选择促进食欲、营养丰富多样、容易消化的食物,少食多餐,也可以适



85岁的焦老爷子腰腿疼痛已经一个月了,在床上怎么躺都不行,每个姿势都能感到右侧下肢像是一根电线在放电一样,整条腿都疼得没地方放。看着老伴难受的样子,84岁的老伴曹老太太心疼的直接眼泪,可想而知老太太有多么心急。

于是,老两口在孩子的陪同下前往洛阳市中医院西院区骨三科诊治。郭海军主任认真查体后初步判断为腰椎间盘突出,给予行腰椎核磁后明确病情为腰4腰5阶段椎间盘突出,脱出的髓核直接卡压到了左侧的神经根和侧隐窝。

一般情况下患者年龄过大,会首先考虑保守治疗,且老爷子还患有高血压,如果行手术治疗风险较大,可是检查结果显示患者椎间盘突出情况较为严重,而且老爷子的症状严重影响生活质量,保守治疗过程痛苦预后较差,科室团队仔细研究病情,反复查体,谨慎阅读影像学资料,经过仔细讨论最终为老先生制定了UBE双通道内窥镜下髓核摘除术,和传统的开放手术和单通道内

烧烫伤后处理步骤

烧伤(burn)主要指热力、化学物质、电能、放射线等引起的皮肤、粘膜,甚至深部组织的损害。其中皮肤热力烧伤(如火焰、开水等)最为多见。烧烫伤根据皮肤受伤的深浅进行分级,具体如下:

一度烧伤 损伤限于表皮浅层。症状是患处皮肤发红,疼痛不剧烈。一度创面2-3天内症状消退,3-5天全愈,脱屑,无瘢痕。

二度烧伤,有浅、深之分 浅二度烧伤:损伤为表皮和真皮上1/3,症状是患处红肿起水泡,可有剧烈疼痛和灼热感。浅二度如无感染,1-2星期痊愈,不留瘢痕。深二度烧伤:损伤为表皮和真皮深部,症状是患处发红,水泡底部呈红白相间,充满了清澈、粘稠的液体,压迫时变白。因为神经末梢部分受损,疼痛较浅二度要轻。深二度一般3-4星期痊愈,可能会留瘢痕。

三度烧伤 全部皮肤损伤。患处呈皮革状黑色焦痂或苍白,可有流液现

心脏病、妊娠期高血压疾病和妊娠期糖尿病等。因此,孕期保健要格外注意,要保证定期进行产前检查。除了常规11-13+6周的NT超声检查、20-24周超声大排畸检查意外,建议高龄孕妇在孕18周以后直接行羊水穿刺查胎儿染色体。如果再不愿意羊水穿刺,或者有羊水穿刺禁忌症者,也可以先选择无创DNA检查,但要了解到无创DNA检查的局限性。

7、第一胎是剖宫产,现在怀上二胎了,需要注意什么?
剖宫产术后再次妊娠,应以间隔2年以上、10年以内为宜。间隔时间越短,再次妊娠发生子宫破裂的风险越大。瘢痕子宫的孕妈可先行超声检查了解胚胎的着床部位与瘢痕的位置关系,如果着床在瘢痕上,即为“瘢痕处妊娠”,子宫破裂及大出血风险较高,建议终止妊娠。如果着床部位未在瘢痕处,可继续妊娠,但孕期还是存在子宫破裂的风险,建议定期加强围产保健。

8、孕期能不能玩手机和电脑?
可以。日用电器辐射剂量很小,不会对妈妈和胎儿造成伤害。正常的使用手机打电话,对胎儿是没有什么影响的,但不建议长时间地玩手机。孕期长时间地玩手机,会影响休息和视力,建议孕期还是应该多到户外散散步,放松心情,注意多休息,养成良好的生活作息习惯,不



两个小孔,解决复杂腰椎间盘突出

窥镜相比,结合了两个手术的优点,摒弃了开放手术创伤大,单通道内窥镜视野小,操作困难,无法彻底摘除脱出髓核的不足之处。经过与病人以及家属沟通,均表示同意行手术治疗。

经过术前的认真准备,专科科室的仔细评估,最终,成功为焦老先生实施了手术。手术的第二天拔出伤口引流管,老爷子顺利下地,再也不用在床上不停翻身找不疼的体位了。看着两个不足一厘米的切口,老两口很是高兴,终于,老太太又能陪着老伴一起放他最喜爱的风筝了。

UBE手术方式作为目前新出现的一种手术方式,通过脊柱双通道下内窥镜操作,不仅能够满足微创的需求,更能纠正病情状态,不仅可以做单纯的髓核摘除,更是能够进行椎间植骨融合和钉棒内固定的操作。可谓集合了两者的优点。骨三科团队不断学习进步,努力进取,在阶梯治疗脊椎疾患当面取得了非常大的进步。目前开展保守治疗,冲击波治疗,髓核射频消融介入治疗,孔镜治疗,双通道UBE手术,和开放手术治疗的阶梯治疗。随时为您的健康保驾护航!! (西院区骨三科)

半卧位姿势,将清洁无菌的布在口、鼻、眼、耳等部位剪洞后盖在面部。切记不要在伤处涂抹草膏、牙膏、醋、酱油、色拉油等,此类物品可能会造成伤口细菌感染,并有可能加重烧伤深度。

第2步一脱 在充分的冲洗和浸泡后,在冷水中小心除去衣物。可以用剪刀剪开衣服,千万不要强行剥去任何的衣物,以免弄破水泡。因为水泡表皮在烧伤早期有保护创面的作用,能够减轻疼痛,减少渗出。由于烧伤后该部位及邻近部位会肿胀,要在伤处尚未肿胀前把戒指、手表、皮带、鞋子或其它紧身衣物去除,以防止肢体肿胀后无法去除,而造成而运不畅,出现更严重的损伤。

第3步一泡 对于疼痛明显者可持续浸泡在冷水中10-30分钟。此时,主要作用是缓解疼痛,但对于大面积烧伤患者及小孩和老人,要注意浸泡时间和水温,以免造成体温下降过低。引起不必要的二次伤害。

第4步一盖 使用干净的或无菌的纱布或棉质的布类覆盖伤口,并加以固定。这样可以减少外界的污染和刺激,有助于保持创口的清洁和减轻疼痛。对于颜面部烧伤时,首采用坐姿或



不忘初心 牢记使命 传承精华 守正创新

年过七旬的董奶奶家住安乐镇,平时身体挺硬朗。近日,她外出买了点东西,谁知回家后就出现了腰痛的情况。她以为自己累着了,便在床上躺着休息,谁知3天后症状依旧没有缓解。

家人不敢大意,赶紧将董奶奶送到洛阳市中医院西院区骨一科就医,来到医院后经详细询问和检查,诊断董奶奶是患上了胸10椎体压缩性骨折。同时骨密度检测发现,她患有严重的骨质疏松症。

“我既没有摔倒,又没有受伤,怎么会骨折呢?”董奶奶和家属十分不解。在详细询问病史后,帮她找到了原因,应该是跟董奶奶腰痛当天去买了东西,拎了重物有关。

考虑到奶奶的年纪较大,经综合评估后,骨一科医疗团队为她实施了微创的椎体成形手术,先穿刺建立通道至胸10椎体的前1/3处,再注入骨水泥,骨水泥凝固之后就牢牢地支撑起腰椎。手术后第二天,董奶奶便可以下床活动,腰痛的症状明显好转。

骨质疏松严重者,打喷嚏都可骨折

“近年来,胸腰椎压缩性骨折患者呈现上升趋势,这类患者主要是因为骨质疏松导致。”骨折较常见的是外伤造成,但对于严重骨质疏松的患者,可能就是因为提了一个重物、颠簸了一下、弯腰甚至打了个喷嚏,就会导致胸腰疼疼痛。患者刚开始出现这种症状后,可能并没有意识到其严重程度,等休息多日疼痛无法缓解,一查才知患上了胸腰椎骨折。

在洛阳市中医院骨一科,对这种老年骨质疏松性的胸腰椎骨折患者,医生可通过微创的方式进行手术。就是在胸椎、腰椎部位,就像打针一样,打1至2个针眼,穿刺进去之后,医生在患椎进行骨水泥注射治



秋季补肾吃什么

秋天是一个金气比较旺,比较燥的季节,中医认为,春夏养阳,秋冬养阴。肾有藏精,主生长、水液代谢等,被称为“先天之本”。秋季是滋养补肾的关键时期,秋季补好肾脏,能为寒冬的到来打下基础,所以在秋季可适当吃一些补肾食物,在一定程度上有补肾作用,但不宜食用过多,否则易导致上火。

秋季补肾的食物

- 1、黑米、黑豆:黑米、黑豆性温,入肾经,具有补肾益精、养肝明目。具有一定养护肾脏的保健作用;在日常生中可取适量枸杞泡水喝,或者煲粥食用;
- 2、山药:山药性平,入脾、肺、肾经,具有补脾养胃,补肾涩精的作用,是常见的补肾、养肾食物。可将山药炖汤或清蒸食用;
- 3、枸杞:枸杞性平,入肾经,可补肾益精、养肝明目。具有一定养护肾脏的保健作用;在日常生中可取适量枸杞泡水喝,或者煲粥食用;
- 4、核桃:核桃性温,入肾、肺、大肠经,能温补肾阳。可生食核桃;
- 5、板栗:板栗性温,入肝、肾、胃经,可健脾养胃、补肾养颜。特别是对于脾胃气虚者,可用板栗炖汤、熬粥、煮饭等。另外,秋季除通过食用上述食物或药物进行补肾外,还可每晚用温水泡脚,促进血液循环,保持作息规律,加强身体锻炼,增强体质,对补肾养肾也有一定的效果。(西院区肾病科)

医院文化

对于此类老年骨质疏松性的胸腰椎骨折患者,手术只是第一步。术后进行正规的抗骨质疏松治疗也非常重要的,这样可以避免因患者的骨质疏松情况严重而再次发生胸腰椎压缩性骨折。

椎体成形术的术后康复锻炼

- 1.一般应佩戴腰围2到4周,建议在无明显疼痛的情况下主动下地活动,以活动后不增加疼痛为度,不建议长时间卧床休息。
- 2.建议使用坐便器,蹲便可能加重疼痛,不适合老年人。
- 3.行腰背肌功能锻炼、五点式腰背肌锻炼、仰卧蹬自行车锻炼等,根据自身情况适当选择练习次数,锻炼可以增加腰背肌的力量和稳定性,预防腰部肌肉萎缩,预防和治疗慢性腰痛。

那么,中老年人被查出骨质疏松后,应该如何治疗呢?

对此,患有骨质疏松症的老年人,首先要从基础治疗做起,平时要适当运动,合理膳食,这有利于钙质的吸收。日常补充钙片时,需要同步补充维生素D、晒太阳,这样才能促进钙质的吸收。50岁后坚持定期进行骨密度检查,预防骨质疏松。

对于骨质疏松患者,单纯进行补钙是不能解决问题的,还必须加上治疗骨质疏松的药,增强骨细胞的活性或抑制破骨细胞的作用,促进血液中的钙沉积到骨骼,才能起到治疗骨质疏松的作用。现在抗骨质疏松治疗的药物有很多种,有口服的、静脉用的,建议患者一定要到正规医院找专业医生咨询,遵医嘱治疗,才能达到更好的效果。(西院区骨一科)

一封感谢信

尊敬的洛阳市中医领导:您好!

我是一位曾经的痔疮患者,我的就医经历使我结识并见证了您们医院的一位好医生! 所以,在医师节即将来临之际,我把我的就医经历详细记录下来,以此对这位好医生表示感谢! 对您们医院培养出这么好的医者表示感谢! 也为推进、发展、建立和谐的医患关系发挥积极的促进作用!

事情是这样的:去年下半年的一个晚上,我突然便血,紧张之际,我向朋友们求助:我应该去哪个医院看病? 很快,一个朋友建议我:去中医院润西院区肛肠科! 并建议我找一个叫王健的医生! 理由是:他及他的家人在几年中的多次肠病的治疗中,先后去过几个医院看过几个医生,对比筛选,体验经历的最终结果是:中医院的王健医生不仅医术高、医德正、而且医德非常好! 于是,我就是在这样的情况下找到了王健医生!

王医生对我详细问诊并指检后,安慰我不要紧张,根据他指检情况确定我便血应该是痔疮,并给我开了栓剂! 我比较放心的回到了家里,按医嘱要求及时用药。可是,第二天、第三天我依旧便血,不见好转,我就又非常的担心:会不会是肠癌啊! 因为当时正值疫情防控期间,再加上我心情不好,身体也懒洋洋的,就不太想去医院,我就试着把便血拍了照片转发给了王医生,同时询问王医生我会不会是肠癌? 没想到,王医生很快就给我回复了,他根据曾给我指检的状况和照片上便血的颜色,依旧判断我是痔疮,并安慰我不要胡思乱想、安心治疗。

但第四天、第五天,我的便血量更大、更多,我又担心、害怕了,就又拍了便血的照片再次发给王医生~~王医生收到后,凭着他丰富的临床经验,依然坚信的判断说我确实应该是痔疮,并再次耐心的安慰我,还给我解释说,之所以出血多用药见效慢,应该是这个出血点正好是在毛细血管处,他建议我更换另一种药栓~~就这样,我每天一便血就紧张、就担心,就给王医生拍发便血照片;一担心就胡思乱想,就给王医生发信息东猜西问的。但王医生自始至终都非常耐心,不厌其烦的一遍遍给我答疑解惑,鼓励我安心治疗! 第七天的时候,我的便血状况开始转

好、之后,一天好于一天,第十天的时候,就基本不再便血了!

在王医生的建议下我又继续用了两天药(以巩固疗效),才算彻底痊愈、安心! 痊愈后的我,轻松之际感慨万千:十几天的时间里,是王健医生以他超强的责任心、不厌其烦的职业道德,一次次、一遍遍的查看我的便血照片,凭借着自身过硬的临床经验、精准判断我的状况,适时正确指导用药,才有了我理想的痊愈结果! 更特别是他的那份坚定、自信,鼓励和支撑着我在十几天的时间里,能够安心用药、休养~~最后安然无恙的痊愈! 而且,这期间没让我枉花一分钱,也没有使我受累多跑一次路!

我的这次就医经历,再一次印证了朋友推荐之前的评价:王健医生,确实是一位医术精、医德正、医德好、非常值得患者信赖的好医生! 借此机会,我还想把发生在我的一位同事身上的事情加一赘述:我的这位同事2015年曾因肠病住进了您们医院,住院期间,他的主治医虽然不是王健医生,但他却对王健医生印象特别深、特别好。

原因有二:其一,是他住院期间亲自目睹了王医生对待每个病人的认真、负责的工作态度和每次查房悉心询问、查看、处理病人病情的工作所作所为。其二,是病房的病友们总在私下点评:这个王健医生不仅责任心强、医术高,而且医德、医德特别好!

所以,那时我的这位同事就在心里记住了这个王健医生。2019年,我的这位同事在外地工作的儿子回洛休假期间突患痔疮,这位同事首选就带他儿子找到了王健医生,经王医生检查后,建议住院手术,但因同事的儿子假期将近,不能在洛多留,面对这种情况,王医生不是简单的一推了之,而是非常认真、专业的给我这位同事详细分析、讲解了他儿子的病情,认真负责的给同事的儿子推荐合适的药,嘱咐他到达工作地后赶紧找合适的医院尽早手术~~

从王健医生这一次次、一件件面对病人的所作所为,真的是让我们看到了一个让病人信赖的好医生! 虽然我们患病是不幸的,但看病能遇到这样的好医生,真的是我们的福分和幸运!

洛阳市民:小敏(化名)