

## 宁南医院完成首例 神经内镜下垂体瘤切除术

本报讯(记者 李莹) 近期,李先生经常感到头痛,他的双手、口唇、鼻子逐年增大,感到不适遂前往自治区人民医院宁南医院就诊。经过多学科医生共同出力,宁南医院完成第一例神经内镜下垂体瘤切除术。

经检查,李先生的症状是生长激素型垂体腺瘤在作怪。“这种疾病危害很大,手术切除是唯一治疗方式。目前,神经内镜下垂体瘤切除术是目前国内外治疗垂体瘤的金标准手术,但受制于所需特殊器械及设备,宁南医院尚未开展该手术,要到院本部进行手术。”接诊医生说。但老李听闻后犯了难,家住中卫市海原县的他,经济条件本就捉襟见肘,子女又无暇顾及……随后,宁南医院医生紧急召开讨论会,商讨在宁南医院手术的可行性。

经商量,神经外科团队分工联络,消毒供应中心、药理学、手术室、车队等部门纷纷响应。仅仅2天,各部门不约而同开通了绿色通道,手术设备器械和所需材料到位,所有的准备工作全部完成。各科医生协同配合对李先生实施手术,手术过程十分顺利,术后,李先生脱机拔管返回病房,无任何神经功能损伤,不久康复出院。

## 银川市第三人民医院 开展群体多发伤急救演练

本报讯(记者 李莹) 近日,银川市第三人民医院开展群体多发伤急救演练,强化院前、院内急诊应急能力,确保在紧急情况下做到调度有方、出诊及时、救治有力。

本次演练以一场“清河街和北京路交叉口发生的车祸致多人受伤”事件为背景,其中1人危重伤,2人轻伤。接到120指令后,急救车立即发车赶往现场救治,医院立即启动突发事件救治应急预案。救护车迅速到达“车祸现场”,随车医护人员立即对3名伤员进行快速检伤分类,分别采取积极压迫止血、心电监护等院前救治措施。随着“伤员”被送至急诊大厅,“绿色通道”立即启动。多学科配合、急诊科协调,在医务人员的共同努力下,保证一患一专班,顺利完成患者抢救任务,应急演练圆满结束。

应急演练结束后,参加人员就本次演练总体情况、处置流程、科室协作等进行详细分析及总结。银川市第三人民医院要求各科室以此次演练为基础,优化急救流程、提升突发事件处置能力,为患者生命安全保驾护航。

## 小肚脐里“大”手术 婴儿腹腔囊肿被成功取出

本报讯(记者 李莹) 近日,自治区人民医院小儿外科团队顺利为一名婴儿完成超微通道经脐单孔腹腔镜囊肿切除术,术中完整地切除囊肿,为患儿解除了病痛。

去年10月,怀孕28周的王女士在孕检时发现胎儿腹腔有一囊性肿物。王女士听闻后经多方打听,前往自治区人民医院小儿外科就诊。通过检查和问诊,医生表示:“胎儿还有3个月就要出生,目前,胎儿心肺及其他孕检结果未见明显异常,腹腔肿物多为良性病变,半数以上的女性胎儿腹腔囊性肿物为卵巢囊肿,极少数病例发生胎内扭转。对于这种腹腔囊性肿物,如无其他特殊情况均不建议引产。”王女士听后如释重负。

随后,王女士定期产检及随访,发现患儿腹腔囊性占位已增加至3厘米,医生建议手术治疗。

接诊后,医生考虑到患儿年仅5个月,便依据术前检查制定了详细的手术治疗方案,决定进行超微通道经脐单孔腹腔镜囊肿切除术。面对一系列手术难题,医生经过多次术前讨论,顺利为患儿实施手术,患儿术后腹部切口恢复良好,已出院。

### 健康提示

## 吃杨梅核排毒引发肠梗阻



不少人认为杨梅核能“涤肠排毒”,其实,杨梅核吃下去,不能被胃肠道消化吸收,最终会以原形随着大便排出。对于胃肠道蠕动功能不好的老年人或肠道病变狭窄的人群来说,大量吞入杨梅核很可能引发肠梗阻。

肠梗阻是一种消化系统疾病,主要表现为肠道内物质通过肠道时受到“阻碍”,无法从体内顺利排出,腹部疼痛是最典型、最常见的症状,其他症状还有腹胀、呕吐、不排气、不排便等。同时,患者还会伴有嗜睡、乏力、体温升高、心跳过快等症状。一旦发生肠梗阻,在胃肠减压等保守治疗方式不能缓解症状的情况下,就要通过手术来解决。(据《快乐老人报》)

## 无氧运动不适合高血压患者

长期适量的运动可以使血压下降,还可以改善体内胰岛素的分泌,有降血糖的作用,可以预防糖尿病的发生。运动还能增加身体能量的消耗,减肥、降脂,尤其是对于甘油三酯高的病人来说,长期适度运动能降低甘油三酯水平。

但是,不是所有运动都适合高血压患者。某些剧烈的运动,如快步登高、爬山、举重、长跑、网球比赛等,非常不适宜高血压患者。长期过量做无氧运动会引起心脏负担过重,导致左心室肥厚。所以,高血压合并冠心病患者更应该注意合理选择运动方式,避免不当的运动引起急性心肌梗死、心律失常,甚至猝死。高血压患者可以选择快走、慢跑等有氧运动。(据《燕赵老年报》)



孩子的成长发育是父母操心的头等大事,在语言发育方面,一些适龄孩子总是表现得“慢”一些。适龄孩子不会表达、听不懂指令、词汇量匮乏,遇到这些语言障碍,家长需提高警惕。

那么,如何判断孩子的语言发展能力?怎样正确应对孩子语言迟缓?日前,记者采访了银川市妇幼保健院康复科副主任李欢。

# 宝宝说话晚 语言迟缓从哪里“掉队”?

本报记者 李莹

## 别因认识误区忽视孩子语言迟缓症状表现

两岁半的小宇(化名)不能清晰地说出“爸爸”“妈妈”,有时大人问“爸爸在哪?”他会用手指出来,但却无法用语言表达,其语言能力与同龄孩子表现出明显差别。

“对孩子的诊断,我们通常先排除孤独症、智力障碍因素,如果是单纯的发育迟缓就要进行有针对性训练。”李欢询问儿童病史,了解孩子在家中表现,与孩子互动进行初步判断。

针对儿童语言发育迟缓,银川市妇幼保健院开设语言门诊,每周接诊日为2天。

在语言门诊,有的家长称孩子出现语言迟缓在小时候就有所表现,但并没有太在意。“‘贵人语迟’并不是科学认知,有的孩子到了年龄段没有相应表现,家长却没有引起注意,认为遗传因素导致,到了年龄自然就会了,这些都是家长的误区。”李欢说。

她介绍了一些孩子可能出现的语言迟缓情形。比如家

长让孩子丢垃圾,这是发出了一种指令,孩子虽然可以完成指令,但跟家长没有眼神或表情的沟通与交流;有的孩子1岁多还能说一些词语,后来越来越不会说了,出现语言倒退现象等。“我们要特别留意孩子与大人的互动,如果能够对一些指令发出点头、摇头的动作,与他人进行问答,说明能理解他人要表达的意思。”李欢说。

记者了解到0岁至6岁语言发展的阶段性特征为:1岁时,孩子应对他人的话有相应反应,开始有意运用字词;2岁至3岁时,对所有基本语言结构已经形成,词汇量扩增,游戏时能与他人对话;3岁至4岁,可以使用语言传达较抽象的想法,日常用语合乎逻辑与文法,可以讲简单故事;4岁至5岁时,注意字的存在,想了解字的意义,游戏时会用语言和其他小朋友协作活动;5岁至6岁时,喜欢笑话、听故事、读故事,年龄、地址、电话可说得十分清楚。

## B 语言迟缓的诊断及治疗

李欢介绍了导致语言迟缓的病由。她说:“孤独症的孩子不愿开口说话,影响自身语言的理解和表达能力,可能导致语言迟缓,这属于社交问题,我们可以使用ADOS量表、CARS量表进行评估。智力因素也能导致语言神经发育相应迟缓,专业上一般运用格赛尔量表,0岁至6岁儿童心理量表进行评估。再就是单纯语言发育迟缓。各个病由导致的语言迟缓应区别治疗。”

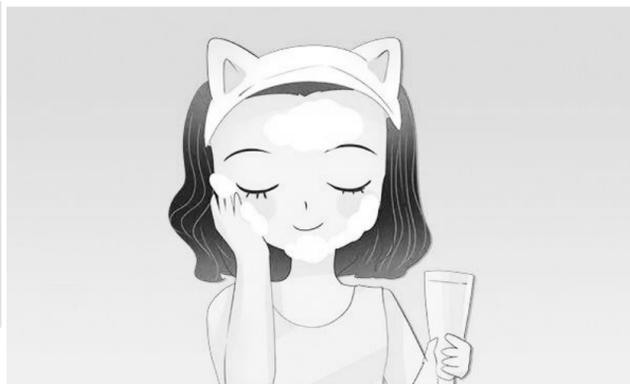
孩子语言能力落后不是小事,家长如果发现孩子语言能与同龄儿童有差距,应引起重视,及时去医院检查,找到问题根源,对症治疗。

“针对不同病症的孩子,我们采取差异化治疗,并对每个孩子制定个性化治疗方案。”李欢说,如果是单纯语言发育迟缓,可以强化词汇训练,教孩子指认卡片,扩展到短句长句,一步步加强引导,反复进行语言刺激,有一些认知水平较高的孩子容易接受,

半年到一年就能跟上进度,不会对今后学习生活产生影响。而对于孤独症或智力障碍患儿,家长要强化关系训练,帮助孩子建立社交,对语言的刺激可能伴随终身。

“语言功能可以进行早期干预,对孩子的语言训练可从出生就开始。”李欢表示,从新生儿期开始,家长就应该及时响应宝宝的哭声,有表情地对宝宝说话,这样可以促进大脑发育。要知道孩子在开口说话前,就已经有了大量的词汇理解量,通常是从爸爸妈妈这种称谓词开始,再到名词、动词、形容词、副词、介词等顺序扩展。当孩子在开口表达时,即使表达得不是很完整,不要马上打断孩子,要耐心地等待孩子把话说完,再告诉孩子正确的是什么,鼓励孩子说话,增强孩子的自信心。当然,父母不能急于求成,应该当孩子学习说话的老师,付出足够的陪伴时间与与孩子相处,充满信心,战胜困难,帮助孩子走入语言发育的“正常跑道”。

# 天生敏感肌? 错! 很可能是你洗脸太“认真”



高温炙烤模式下,皮肤出汗让人不由得更加“认真”洗脸。但,有没有发现,你越是卖力洗脸,皮肤就越是容易发红、刺痛?现在大家对护肤、美容等“面子工程”越来越重视,可是敏感肌的发生率却逐年上升,到底是什么原因导致了敏感肌的发生,出现了敏感肌我们又需要如何护理和治疗呢?这篇文章将带你把敏感肌了解透彻。

## 这些症状说明 敏感肌已找上门

你是否经常感到面部皮肤灼热、发红、刺痛或瘙痒?  
你是否一到换季就“烂脸”?  
你是否常常感觉皮肤干燥,一用护肤品还会出现刺痛?  
你是否觉得自己皮肤很薄,一点外界刺激就开始敏感?

如果你有以下症状,那就是敏感肌找上门了!敏感肌又称敏感性皮肤,特指皮肤的一种高反应状态,主要发生于面部,表现为受到物理、化学、精神等因素刺激时皮肤易出现红斑、灼热、刺痛、瘙痒及紧绷感,常对患者的生活质量产生严重影响。

## 皮肤会敏感 多半是它“扛”不住了

造成敏感皮肤的原因很多,其中最常见的原因就是皮肤屏障功能受损。正常的皮肤有完整的屏障功能,可以抵御外界物理、化学等各种刺激。皮肤屏障就像一堵坚实的砖墙,表皮角质形成细胞相当于一块块砖头,细胞间的基质就像水泥,将砖头紧密连接在一起,最外层还有皮肤分泌的脂质等成分覆盖,构建起完整且坚实的皮肤屏障。

当屏障功能受损时,砖墙结构出现松散、变薄,这时外界灰尘、花粉、病原体、化妆品等物理、化学刺激就很容易进入皮肤,引发一系列过敏反应,皮肤会出现干燥、红肿、瘙痒、刺痛等不适感,如果皮肤屏障功能长期得不到恢复,症状反复得不到缓解,就形成了敏感肌。

## 洗脸护肤太卖力 皮肤屏障易受损

各种原因导致的皮肤角质层变薄、脂质消失都会破坏皮肤屏障功能,首当其冲就是过度清洁。现在夏日炎炎,皮肤在高温下会分泌更多的汗液和油脂,于是有些人会更加频繁,或使用清洁力更强的洁面产品,从而导致敏感肌越来越严重。

现在的小仙女们都很重视面部清洁,应运而生的洁面产品也非常多,磨砂膏、去角质啫喱、洗脸仪等,这些产品会使皮肤自身分泌的油脂被过度清除,且会使角质层变薄,如果频繁、长期使用,新生的角质形成细胞来不及补充脱落的细胞,角质层长期变薄、松散,就会造成皮肤屏障功能破坏,非常容易出现红斑、刺痛、瘙痒、干燥等敏感症状。

不仅如此,使用不恰当的护肤品也会破坏皮肤屏障功能。现在市面上的护肤品种类繁多,不论是成分还是剂型都十分复杂,很多小仙女为追求全面的护肤功效,会往脸上涂抹一层又一层,水、精华、乳液、面霜、面膜,美白、抗皱、祛痘、保湿……复杂的成分会让皮肤不堪重负,若再使用了添加激素、重金属的违法产品,就更会造成皮肤敏感。

## 保湿保湿再保湿 重要的事情说三遍

敏感肌如何护理和治疗?对于敏

### 养生有术

## 夏日养心正当时

中医认为,“夏气与心气相通”,夏日是养护心脏的好时机。

**顺时而养** 晨练可促进阳气生发,有助于养心。晨起后喝一杯白开水,再进行短时的锻炼。晨练不要过于剧烈,可选择相对平和的运动,如太极拳、太极剑、散步、慢跑等。午睡不但能补足睡眠,还可改善冠脉血供,增强体力,消除疲劳。下午天气炎热,适当喝些绿茶、苦丁茶或莲子心茶,能够清除心火、润燥生津。傍晚可以听听轻音乐,静心调息,让心脏得到休息。夜间泡脚配合按摩涌泉穴,有助祛除暑湿、增进食欲、促进睡眠。

**科学食养** 以低脂、易消化、富含纤维的食物为主,多吃蔬果、粗粮。早、晚餐时,喝粥或汤羹如百合莲子羹,既能生津止渴、清凉解暑,还可健脾祛湿、养补身体。多吃红枣、番茄等红色的新鲜蔬果,尤其对高血压人群来说,可利尿降压,保护心血管。少量多次饮水;饮水莫待口渴,大渴莫过饮,餐时不宜饮水;出汗过多时,可适当喝淡盐水或绿豆汤。

**按摩助养** 夏季养心穴,包括阴陵泉、百会、内关及涌泉。阴陵泉位于小腿内侧,膝下胫骨内侧凹陷中,与足三里相对;百会穴位于头部,前发际正中直上5寸;手心向上,用力握拳,手腕上两条筋之间,距离腕横纹3个手指宽度处即是内关穴;涌泉穴位于足底部,蜷足时足前部凹陷处,可坚持每天按揉这些穴位3至5分钟。(据《人民日报》)

## 艾灸穴位调理失眠

在很多地方,端午节都有挂艾叶、熏艾烟的习俗。在中医师手中,熏艾烟即艾灸,是很好的中医传统疗法。通过燃烧艾草,产生热量和烟熏,刺激人体的穴位,可起到保健养生、调理小毛病的功效。时下正值高温酷暑,是失眠的高发时节。此时坚持艾灸,可有效缓解失眠症状。

**灸百会穴** 百会穴位于头部正中心的最髙点,艾灸此穴位,可健脑安神、调理失眠。

**灸涌泉穴** 涌泉穴位于脚心位置,其对防治神经衰弱、腰膝酸软尤其有帮助。艾灸该穴位,可有效缓解失眠症状。

具体施灸方法是:将艾条的一端点燃,对准所选的穴位,距皮肤2厘米至3厘米,使穴位局部感到温暖,而无灼痛感。一般每次灸10分钟,至皮肤潮红为宜。

需要提醒的是,上午11点至下午3点,人体阳气最盛,艾灸效果最好。如果在睡前艾灸,容易使得气血外溢、血管扩张,从而导致中枢神经兴奋,加重失眠症状。(据《快乐老人报》)