云南省滇东北中心医院精准切除罕见嗜铬细胞瘤

本报讯（通讯员 邱裕丹 文/图）近日，在昆明医科大学第二附属医院詹辉教授的指导下，云南省滇东北中心医院泌尿外科团队成功完成一例腹腔镜下罕见异位嗜铬细胞瘤精准切除术，标志着该院泌尿外科嗜铬细胞瘤诊疗水平迈上新台阶。

异位嗜铬细胞瘤属于少见的神经内分泌肿瘤，也称为副神经节瘤，大多生长于肾上腺以外，腹膜后为高发部位，占全部嗜铬细胞瘤的10%—15%。该病在临床上以阵发性或持续性高血压为核心表现，常伴有头痛、心悸、大汗典型三联征，还可合并血糖升高、体重下降等代谢紊乱表现，病情危重时可诱发心律失常、脑卒中，恶性比例为15%—35%，手术切除是根治该病的主要手段。

该患者经高清CT检查，发现肿瘤位于右肾动静脉与下腔静脉之间，结合内分泌功能检测结果，确诊为异位嗜铬细胞瘤。影像提示肿瘤体积较大，位置凶险，紧紧包绕并粘连肾动脉、肾静脉、下腔静脉三大主干血管，肿瘤与血管壁之间几乎没有分离间隙，如同埋在人体血管网中的一枚“定时炸弹”。术中稍有触碰，极易造成血压剧烈波动，诱发心脑血管意外；分离操作若稍有不慎，则可能撕裂大血管，引发致命大出血、肾脏缺血性坏死等严重后果，手术风险极高。

手术团队正在为患者做手术。

为保障患者安全，该院泌尿外科联合詹辉教授开展多学科会诊，综合评估患者病情，制定精细化微创手术方案。术前充分做好扩容准备工作，稳定患者血压、心率；手术过程中，在麻醉科、护理科、重症医学科等科室的协同配合下，手术团队顺利完成腹腔镜下罕见异位嗜铬细胞瘤切除手术。

术后患者转入重症医学科进行监护，医护人员严密监测各项生命体征，精准调控血压。患者术后恢复平稳，未出现大出血、血管损伤、高血压危象、肾功能损伤等并发症，目前已康复出院。

这例高难度手术的成功实施，是云南省滇东北中心医院借助省级专家下沉帮扶，补齐异位嗜铬细胞瘤诊疗短板、攻克区域疑难病症的一次重要实践。

昭通市第一人民医院30分钟打通患者闭塞脑血管

本报讯（通讯员 王珺田 周 旋 李孝天）每一次卒中发作，都是一场与时间赛跑的紧急救治。近日，昭通市第一人民医院脑血管科凭借成熟的卒中急救绿色通道和精湛的微创介入技术，成功救治一名右侧大脑中动脉闭塞复发、合并严重主动脉弓变异的急性脑梗死患者。术中快速建立神经介入通道，仅用时30分钟便完成颅内血管再通，患者术后恢复平稳。

该患者既往有右侧大脑中动脉闭塞急诊取栓手术史，属脑梗死极高危复发人群。其在家中突发一侧肢体无力、言语含糊，家属随即紧急送医。入院后，医院立即启动卒中绿色通道，快速完成影像学检查，确诊为急性缺血性脑卒中、右侧大脑中动脉再次闭塞。大血管闭塞病情进展迅速，一旦延误治疗，极易出现偏瘫、失语等严重后遗症，急诊取栓刻不容缓。本次手术面临双重难题：患者因既往脑梗取栓手术造成血管损伤，血管脆性增加，术中出血、再次闭塞风险高；患者存在严重主动脉弓解剖变异，血管走行扭曲、开口角度特殊，常规器械难以到达目标位置，属于临床少见的高难度介入通路，对手术团队的技术能力提出极高要求。

将患者送入手术室后，脑血管科神经介入团队结合影像资料与临床经验制定个体化手术方案。针对主动脉弓变异这一难题，医护人员调整器械组合、反复微调操作角度，稳妥建立介入通路，精准取出堵塞血管的血栓。整场手术耗时1小时30分钟，从建立介入通道到完成血管再通仅用时30分钟。术后造影显示血管实现完全再通，达到取栓手术最佳效果，最大程度挽救缺血脑组织，降低致残、致死风险。患者术后未出现颅内出血、血管痉挛等并发症，意识恢复清醒，肢体、言语功能障碍明显改善。术后，医护人员对该患者进行24小时监护、抗栓治疗与早期康复干预，目前患者各项身体机能正稳步恢复。

一封感谢信背后的温情坚守

通讯员 黄 静

“曾经我对医院心怀抵触，如今却满心感恩……”近日，昭通市第一人民医院妇产科收到一封情真意切的感谢信。一位32岁的患者用朴实的文字，道出自己两次分娩的就医心路：从最初对医院的抵触，到如今的信赖，字里行间满是真情，道尽医患之间感人的双向奔赴，也映照出平凡医护岗位上动人的坚守与温情。

在两次分娩过程中，市第一人民医院妇产科细致入微的照护、专业耐心的帮助，让患者对医院有了全新的认知。

2021年第一次分娩时，妇产科助产士温柔的问候、贴心的照料悄悄驱散了她对生产的恐惧。她攥得发白的指节慢慢松开，原本急促紊乱的呼吸也逐渐平稳下来。产程里的剧烈阵痛，在助产士一声声“别慌，跟着我慢慢呼吸”的引导下，渐渐舒缓，化作踏实的安心。今年3月1日，怀孕“38周+3天”的她，因阵发性下腹痛10余小时，再次来到市第一人民医院妇产科。这次分娩经历，让她全程倍感安心与温暖，也结识了妇产科助产士赵声艳。

剧烈的产痛是每一位产妇都要直面的考验。分娩过程中，难以忍受的疼痛让她几度崩溃，甚至萌生放弃的念头。危急时刻，助产士赵声艳全程陪护、寸步不离，给予她最坚定的陪伴和支撑。赵声艳耐心安抚产妇情绪，根据产妇状态灵活调整助产节奏，反复示范呼吸技巧、指导科学用力；同时以过硬的专业能力精准把控产程，最大限度降低产妇身体损伤，全力守护母婴安全，助力新生命顺利降生。

分娩结束后，赵声艳的暖心服务并未停止。伤口缝合期间，她以轻柔精细的操作，配合言语沟通分散产妇注意力，有效缓解缝合带来的疼痛感。产后康复阶段，她持续跟进随访，细致讲解伤口护理要点与产后养护注意事项，实时关注产妇恢复情况，同步开展产后心理疏导，以全流程、全方位的贴心照护，为产妇筑牢产后康复的安全防线。

“医疗事业是最纯粹的良心事业，医护人员守护生命健康，是最有温度的担当。”这是患者在感谢信中写下的真挚感悟。在市第一人民医院，无数像赵声艳这样的医护人员，始终坚守医者初心，以专业医术护航生命，用温情服务抚慰人心。他们用耐心化解患者的焦虑，用真诚消融医患间的隔阂，以日复一日的坚守优化服务，用实际行动弘扬“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的崇高职业精神。

健康昭通

镇雄县人民医院：

实战演练守护透析患者安全

通讯员 高秀翠 刘 姣/文 游 欢/图

医护人员在病房开展实战演练。

为切实筑牢院感安全防线，规范血液透析室感染暴发应急处置流程，近日，镇雄县人民医院组织血透室、感控科、医务科、护理部、药剂科、设备科、后勤保障部等多个部门，联合开展血液透析室感染暴发应急处置实战演练。

血液透析患者普遍免疫力低下，属于院感防控高危人群。感染防控是血透诊疗工作的重中之重，本次演练完全模拟临床真实突发情景，聚焦短期内3名规律透析患者相继出现发热、穿刺部位红肿等聚集性感染症状的紧急情况，完整再现病例发现、初步甄别、逐级上报、预案启动、分区隔离、标本送检、溯源排查、全域消杀、动态监测、复盘整改的全流程处置环节。

演练现场，各岗位人员分工明确、反应迅速、配合默契，严格落实隔离管控、无菌操作、环境消杀、医疗废物规范处置、患者情绪安抚等各项防控措施，精准完成病原学送检、隐患闭环排查等重点工作，高效完成本次突发感染事件的全链条应急处置模拟任务。

演练结束后，现场专家组第一时间开展复盘点评，逐一梳理处置流程中的薄弱环节，明确整改方向，细化完善应急预案，层层压实各岗位院感防控责任。

此次演练有效检验了该院血透室院感应急处置的实战能力和跨部门联动协作水平，进一步规范了感染暴发全流程处置标准，为辖区透析患者提供更安全、优质的诊疗服务。

健康知识科普

开学季 给孩子做好健康储备

田晓航 顾天成

开学在即，不少孩子还处在“晚上不睡、早上不起”“刷手机、打游戏”的假期状态。多位医学专家从作息、护眼、防疫、护脊等方面为家长支招，帮助孩子健康从容迎接新学期。

调整作息 “叫醒”阳气

“晚睡晚起打乱了人体阳气正常的出没节律。”江苏省中医院消化内科主任徐陆周说，晚上不睡，阳气无法按时内收，还会耗伤阴血；早上不起，阳气无法按时生发，一整天都昏沉无力。

开学前一晚才早睡，往往会在床上翻来覆去、越躺越焦虑。徐陆周建议，开学前一周每天比前一天分别早睡、早起15分钟；起床后先做几个拉伸动作，如双手向上托举、伸展全身、转动脖子，疏通肺经阳气，再喝杯温水，唤醒脾胃阳气。

专家提示，小学生、中学生每天最好分别睡够10小时和9小时；中午再闭目养神20分钟，有助于恢复精力。

健康用眼 内调外护

暑假里手机、平板轮番“轰炸”，开学后又要长时间看书、写字，让眼睛无暇“喘息”。北京市昌平区天通苑南社区卫生服务中心主任医师杜栩名说，中医认为“久视伤血”，加之儿童气血生化能力有限，若气血亏虚，眼睛就容易疲劳甚至近视。

缓解眼睛疲劳、干涩，中医有一套内调外护的方法。

杜栩名介绍，“外护”包括：每日早晚按揉睛明穴、四白穴、太阳穴各5分钟，以局部酸胀为宜；两手搓热捂住闭着的双眼，反复5—10次；晚上用温热毛巾敷眼5分钟；每近距离用眼20分钟就抬头看6米以外的远处至少20秒。

“内调”则是指饮用枸杞菊花茶帮助清肝明目。如果孩子容易上火、眼干明显，还可同时加入适量金银花，增强清热效果。

注重防护 扶正祛邪

开学后教室、宿舍人员密集，聚集性疫情风险随之增加。中国疾控中心病毒病所研究员陈操提醒，学校应坚持晨午检和通风消毒，严把饮用水和食堂卫生关，师生也应如实报告健康状况。

家庭成员的自我防护更不可少。首都医科大学附属北京中医医院院长刘清泉从中医角度给出“祛邪气、养正气”的思路：增强抗病能力，同时减少病邪入侵。

例如，在人多处佩戴口罩；饭前便后用流动的水和肥皂洗手；生冷瓜果洗净后再吃；少吃生冷、油腻和甜腻食物；以山药、小米、南瓜等养胃食材熬粥或煲汤食用；穿宽松透气的纯棉衣服，出汗后用温水轻轻擦洗。

专家还提示，一旦出现发热、口腔疱疹、手足皮疹、持续腹泻或咳嗽，应及时就医并居家休息。

挺直腰杆 科学护脊

开学后，孩子一天好几个小时坐着听课、写作业，脊柱的压力不小。首都医科大学附属北京儿童医院骨科主任郭东说，不良坐姿可能引起脊柱一过性的“姿势性弯曲”，对于患有特发性脊柱侧弯的孩子，还可能加重侧弯。

“保持良好坐姿对脊柱健康有益。”郭东说，正确坐姿是保持胸口离桌沿一拳、眼睛离书本一尺、握笔离指尖一寸、双脚稳稳踩地，同时，家长应监督孩子每坐45分钟便起来活动5分钟。

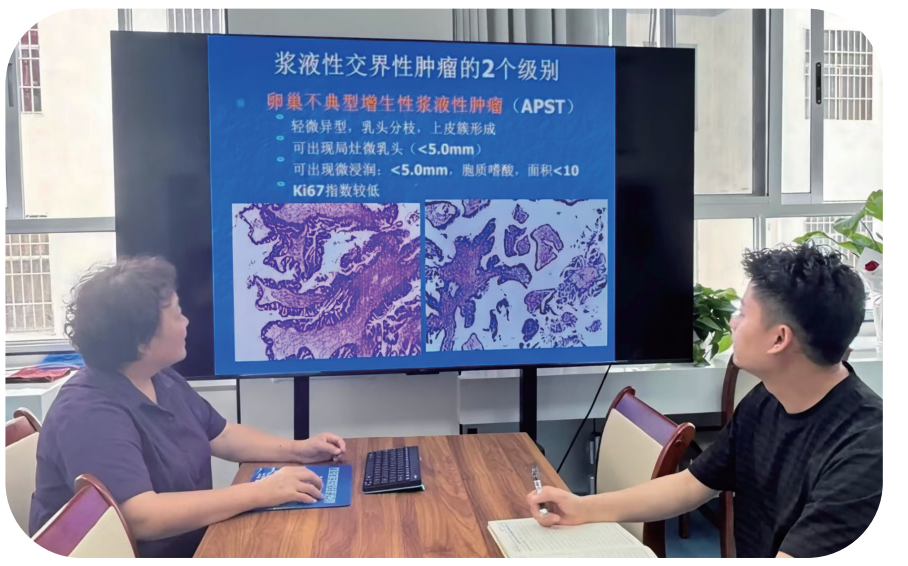
专家提醒，当孩子进入生长发育高峰期，家长一旦发现孩子双肩不等高、弯腰后背部左右高低不一、腰线不对称、身体习惯性向一侧倾斜等异常情况，应及时带孩子前往正规医院接受影像学检查和专业评估。

（来源于新华社）

银龄专家于晓红：

把病理诊断“金标准”带到鲁甸

通讯员 牛文炬 马关明 文/图



银龄专家于晓红（左一）分享临床经验。

病理诊断是临床疾病诊断的“金标准”，直接决定疾病确诊与精准施治的方向，病理医师也被称为医疗战线的“幕后侦察兵”。为补齐鲁甸县域妇幼病理学科短板，提升基层精准诊疗能力，拥有40余年从业经验的银龄专家于晓红主任医师，正式入驻鲁甸县医共体总医院病理诊断中心开展长期帮扶，以深厚的专业积淀助力基层学科建设，为辖区妇幼健康事业赋能。

于晓红深耕女性生殖病理领域40余年，曾任江西省妇幼保健院病理科主任，是国内该领域具有重要影响力的资深专家。从业以来，她始终秉持严谨审慎的执业准则，专攻宫颈病变、妇科肿瘤及女性生殖道各类疑难复杂病例的病理诊断。凭借扎实的专业功底和丰富的阅片经验，她精准判断大量疑难病例、明确病变分型，为临床诊疗提供科学依据，有效解决了众多患者诊断不明、反复转诊的难题。退休之后，她初心不改、发挥余热，主动参与银龄医师基层帮扶工作，将多年积累的技术和经验带到乌蒙山区。

帮扶期间，于晓红立足医院病理学科发展短板精准施策、靶向赋能。她坚守阅片一线，常态化开展疑难切片会诊、复杂病例复盘，着力破解基层病理诊断长期存在的技术瓶颈，让群众在家门口就能享受到国内高水平的妇产科病理诊断服务，切实减轻群众异地就医的经济和时间负担。

在做好临床诊断工作的同时，于晓红始终坚持传技育人。她通过实操带教、专题授课、病例研讨等多种形式，围绕卵巢肿瘤分类、胎盘病理规范取材、妇科疾病标准化诊断等内容开展系统性培训，毫无保留地分享自己数十年积累的诊断思维、阅片技巧与质控经验。与此同时，她指导科室健全管理制度、规范诊疗流程、完善质控体系，推进病理科标准化、规范化建设，着力打造一支留得住、能力强的本土病理人才队伍。