

细说隔夜茶的十大妙用

□内一科 赵代豪



前几天在下班路上,遇到开小吃馆的朋友拉着我聊天,没想到是我以前无意的点子帮她解决了多年困扰的问题,因为开小吃店,饭点的时候人特别多,后厨简直像个战场一样,油烟又大,空气也不好,所以就算每天洗头都感觉头发油,脸也是反复长痘,在一起闲聊的时候听到她抱怨,就提议她把泡过的茶叶收集起来,用来洗头 and 洗脸,这样会清爽很多,当时我也不知道会不会有效果。如今有效了,现在都不长痘了,头发还长得快。一边为她高兴的同时我回来查询了相关资料,原来这个东西确实可以这么用。现在的人都喜欢喝茶,而且泡茶过程以及饮用过程都有很多讲究,因为泡的方式不同,口感也就不同,不过今天我们不是论茶道,而是要说一下这个隔夜茶能不能喝,该不该倒?

所谓的“隔夜”,只是更直观的说法,其实只要放置超过8小时以上的熟食物就算隔夜,隔夜菜也是一样的。所谓隔夜菜不能吃,是因为很多蔬菜中含有硝酸盐类,煮熟后如果放置的时间过久,在细菌的分解作用下,硝酸盐便会还原成亚硝酸盐,有致癌作用。比如绿叶菜、豆制品、凉菜、卤味、海鲜、半熟蛋等。

还在感叹隔壁办公室小李拿过来的两幅用毛笔字写成的感谢信太漂亮了,办公室就走进一位精神矍铄、清瘦和蔼的老人。与老人交谈中得知,他是湖南人,今年79岁,和老伴长期居住在大理,这次手写感谢信特意前来是为了来表达一下自己的感激之情,感谢这些医德高尚、医术精湛的医生。

去年8月他由老伴搀扶着到我院就诊,当时手指和脚关节都疼痛红肿得厉害,寸步难行,因为一直相信国医,后来找到一位科张天禄主任和针灸二科王艳主任,在两位主任及针二科医务人员的细心护理下,采用内服中药、配合针灸治疗,红肿疼痛症状慢慢得到缓解,慢慢地能够行走自如,到现在都能骑车、打篮球、爬石阶了。

这位老人家看起来年轻有活力,讲一口流利的普通话,思维敏捷,活泼开朗,一点也不像近80岁的老人,他不停地赞扬我院的医生医术精湛,医德高尚,对患者一视同仁,尽心尽责,精心诊治每一位患者。

最后,老人家和我聊了很多,临走前再三嘱咐我,医院一定要弘扬中医药文化,中医药这么好的效果要能够得到传承,并邀请我添加微信,稍后在微信上给我发来自己创作的一

细说隔夜茶的十大妙用

□内一科 赵代豪

隔夜茶指过夜的茶,旧时容器密封不好会导致毒虫落入或者爬过,且汤中蛋白质、糖类等成为细菌、霉菌繁殖的养料。因时间过久,维生素大多已丧失,故不宜饮用。但未变质的隔夜茶,在医疗上却有妙用:

1、止血:隔夜茶中含有丰富的鞣酸,可以加速血液的凝聚。口腔出血时可以含漱,皮肤出血可用其洗浴。

2、明目:隔夜茶中的茶多酚有抗菌消炎作用,如果眼睛出现红丝,可以每天用隔夜茶洗几次。

3、固齿洁齿:茶水中所含的氟与牙齿的珐琅质钙化以后,会增强对酸性物质的抵抗力,减少蛀牙的发生;氟还能消灭牙菌斑,最好饭后两三分种内用茶水漱口。

4、除口臭:茶中含有精油类成分,气味芳香,经常用茶漱口可消除口臭。

5、止痒:用温热的隔夜茶洗头或擦身,茶中的氟能迅速止痒,还能防治湿疹。

6、含防晒:皮肤被太阳晒伤,可用毛巾蘸隔夜茶轻轻擦拭。因为鞣酸对皮肤有收敛作用,茶中的类黄酮化合物也有抗辐射作用。

7、隔夜茶含有丰富的酵素、氟素,可防止毛细血管出血。如患口腔出血、皮肤出血、疮口脓疡等毛病,可用它医治。若毛病出在口鼻部分,可用隔夜茶盥洗、含漱。

8、去腥、除油腻:隔夜茶还有特强的除腥气和除油腻的功效,吃虾蟹后用来洗手倍感清爽。

9、生发:用隔夜茶洗头,还有生发和消除头屑的功效。

10、隔夜茶中所含的丰富物质,浸泡有治脚气的功效。看到这里,大家有需要的也回去试试吧,不要浪费大自然的馈赠!

首小诗,再次对医务人员表示感谢:

一根银针治百病

神奇国医千古颂

针疗淘沥五千年

济世惠民为百姓

传承针疗数王艳

除疾防病样样行

热情迸进踴躍客

医愈送归健步人

□医患办 王玄玖



咚咚咚,一阵敲门声,我抬头一看,一名身着作训服的武警站在门口。“您好,有什么事吗?”我问道。“我来给肛肠科送面锦旗。”武警一边说一边把用红布包着拿在手里的东西打开。

一面锦旗露了出来,“医术精湛、医德高尚”几个大字格外引人注目。我连忙请他坐下,跟他聊了起来,他告诉我,他妻子怀孕已经7个月,之前因臀部疼痛已经在附近的几家医院就诊,怀疑是坐骨神经痛,建议到我院用针灸治疗。12



如何防治咳嗽

□宣传科 李红艳

中医临床上对咳嗽的类型常有外感和内伤之别,外感咳嗽有风寒、风热咳嗽等;内伤咳嗽又分痰热、痰湿、气虚、阴虚咳嗽等类型。小儿咳嗽在治疗上比较棘手,但如果配合适当的药膳食疗,则可以促进咳嗽早日痊愈。

下面就来具体介绍一下咳嗽的常见类型以及食疗方法。

一、风寒咳嗽

症状:表现为咳嗽,痰稀薄白,咽痒,常伴鼻塞、流涕涕、喷嚏频频、恶寒头痛、肢节酸痛、舌苔发白等。

食疗方法:

姜杏汤:杏仁10克左右(泡洗后去掉外皮和内尖,捣碎),生姜6克(去皮,与盐4克一起捣碎),甘草5克,一同拌匀,用开水冲成汤,即可饮用。

二、风热咳嗽

症状:咳嗽不爽或咳声重浊,吐出的痰黏稠、颜色黄,不易咳出,口渴、咽痛、鼻流浊涕,或伴发热、头痛、怕风,微有汗出。

食疗方法:

梨子汁:梨子100克(洗净去核,切片),川贝母5克(捣烂),桔梗8克,一起入锅,水煎约10分钟,再加入菊花10克,再煮5分钟,去渣取汁,加入冰糖适量,即可温服。

三、痰热咳嗽

症状:咳嗽痰多色黄,痰液黏稠而难以咳出,有些患者甚至呼吸急促,喉咙中有痰鸣声,或伴有发热口渴、烦躁不宁、尿量少、尿色黄、大便干结等。

食疗方法:

苡仁煮猪肺:苡仁30克(捣成碎末),猪肺1个(洗净,颜色呈白色),置于锅内,加水适量。先用大火煮沸,后以微火煮烂,即可食用。

四、痰湿咳嗽

月4日到我院就诊时因小便已不能自解,就到妇产科就诊,因10多个小时未解小便需要导尿时才发现可能是肛周脓肿,于是妇产科请了肛肠科罗鹏鹏主任会诊,会诊后确诊为肛周脓肿立即在我院住院,下午就安排了急诊手术。

据肛肠科那护士长介绍,患者当日手术做了近6个小时,手术时发现脓肿已从瘻管通往阴道及腹腔,手术请了妇产科一起完成,手术顺利,住院近两周后病情明显好转出院,并且胎儿正常生长发育,阴道瘻管已经处理,腹腔瘻管需要等到产分娩后才能处理。

患者及家属因我院医生严谨的工作作风,使病人得到及时的诊断治疗,免于误诊;赞扬医生精湛的医术,保住母子二人平安,在住院期间享受到无微不至的关怀和照顾,特送锦旗对肛肠科、妇产科表达感激之情。

如何防治咳嗽

□宣传科 李红艳

症状:咳嗽痰多,痰液白而稀,喉咙间有漉漉的痰声,胸闷,胃口不好,神情困倦,舌苔白。

食疗方法:

香萝卜:选鲜嫩萝卜洗净,切成小丁,用盐腌一夜(每公斤萝卜加50克盐),晒干;再将适量生姜、桔皮、花椒、小茴香,与萝卜一起拌匀,然后把猪脑汤后浇入调拌,也可加少许白糖调味。香萝卜气香味美,也可以作为菜肴食用。

五、气虚咳嗽

症状:咳嗽反复不停,特别是清晨,痰白而稀。患儿面色苍白,容易无故出汗、怕冷,呼吸时气短,孩子懒得说话,说话声音较轻,吃东西没有味道;舌色淡红,舌旁边有牙齿印痕。

食疗方法:

豆浆粥:豆浆500克,与淘洗干净的粳米50克一起放入砂锅中,先用旺火烧开,再转用文火熬煮成稀粥(稀粥熬煮到表面有粥油),加入适量砂糖调味,即可温服。

六、阴虚咳嗽

症状:干咳无痰,或痰少而黏,不易咳出,口渴、咽干、喉痒,声音嘶哑。到了午后,觉得身体潮热或手足心热,舌色红,舌苔少或可见地图样的花剥苔。

食疗方法:

银耳梨膏:银耳10克(浸软洗净),梨100~150克(去核,切片),一起放入锅中,加适量水同煮,待银耳软烂、汤稠时加入冰糖15克,溶化后即可温服。



细心诊疗免误诊,精湛医术保平安

精诚

至善

传承

创新

白州杏林

BAIZHOUXINGLIN

大理白族自治州中医医院主办 主编:石应聪 副主编:奎继中

2019年1月8日 第1期(总第75期) 大新广出(2019)准印内字H0004号

发送对象:州、县、乡、村四级卫生计生相关单位 (内部资料 免费交流)



州委第一考核组对我院2018年度落实党风廉政建设责任制进行考核



为深入推进党风廉政建设和反腐败斗争,贯彻落实中央、省、州党委关于落实全面从严治党决策部署,切实履行党风廉政建设主体责任,2018年12月14日,由州纪委副书记、州监委副主任赵新光,州纪委监委驻州检察院纪检监察组组长赵莉,州纪委监委驻州国土资源局纪检监察组正科级纪检监察员刘立军,州监委特约监察员、大理经济开发投资集团公司副总经理王靖宇组成的州委第一考核组对我院2018年度落实党风廉政建设责任制进行检查考核,医院党政领导班子和中层干部共70余人参加会议。

赵新光在动员讲话时强调,此次考核受州委陈坚书记嘱托,对医院落实党风廉政建设责任制情况进行考核,同时也是对医院党委和领导干部落实全面从严治党情况的一次“政治体检”。医院上下都要认真学习党中央和省、州党委关于全面从严治党、加强党风廉政建设的系列新要求、新举措,从落实党要管党、从严治党要求的高度,深刻认识新形势下加强党风廉政建设和反腐败斗争的极端重

要性,进一步增强推进党风廉政建设和反腐败斗争的政治自觉,严格责任落实,推动全面从严治党向纵深发展。要深化认识,坚守责任担当,提高政治站位,从推进全面从严治党战略高度和医院发展大局出发,以高度的政治责任感和认真负责的态度,通过扎实开展责任制检查考核工作,始终把党风廉政建设和反腐败工作时时放在心上、牢牢扛在肩上、紧紧抓在手上。

汇报会上,医院党政负责人石应聪代表医院党政领导班子汇报2018年度医院党委落实党风廉政建设责任制情况,并进行了个人述责述廉。他表示,2018年以来,医院党委以党风廉政建设和行风建设责任制为抓手,进一步健全思想道德教育、医德医风教育长效机制,进一步完善医院权力运行和医疗卫生服务行为的监管机制,使医德医风得到进一步改善,医药购销领域商业贿赂得到有效遏制,医疗环境持续得到净化,医患关系不断改善,看病难、看病贵问题进一步缓解,全面助力滇西医疗中心和健康大理、健康生活目的地建设。在今后的工作

行政党支部认真组织收看“云岭先锋”夜校访谈节目

按照医院党委办公室《关于组织收看2018年第十九期“云岭先锋”夜校访谈节目的通知》要求,2018年12月28日,行政后勤党支部24名党员各自在手机APP上观看了“云岭先锋”夜校访谈节目。

夜校访谈节目由省委组织部组织一处处长卓颖宏对《中国共产党支部工作条例(试行)》的重要意义、基本内容、贯彻要求等进行专题辅导,主要讲述了党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央高度重视党支部建设,要求把全面从严治党落实到每个支部、每名党员,推动全党形成大抓基层、大抓支部的良好态势,取得明显成效。

《中国共产党支部工作条例(试行)》以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,贯彻党章要求,既弘扬“支部建在连上”的光荣传统,又体现基层创造的新做法新经验,对党支部工作作出全面规范,是新时代党支部建设的基本遵循。《条例》是指导党支部工作的方向盘,在教

育党员、管理党员、监督党员和组织群众、宣传群众、凝聚群众、服务群众的方面给出了明确要求。《条例》的制定和实施,对于加强党的组织体系建设,推动全面从严治党向基层延伸,全面提升党支部组织力,强化党支部政治功能,巩固党长期执政的组织基础,具有十分重要的意义。

行政党支部全体党员在观看直播结束后纷纷表示,今后要熟记党规党纪,定期参加支部党员大会、支部委员会、党小组学习活动,按时上好党课,发挥党员先锋模范作用,以身作则,率先垂范,理论联系实际,认真履行工作职责,努力服务好临床科室。同时,新时代党员和党务工作者要始终牢记自己的使命和工作职责,处处以党员干部的高标准严格要求自己,勇于面对困难和挫折,当遇到新问题时,要敢于担当、勇于突破、坚定创新的信心和勇气。要听从指挥、服从安排、各履其责、各尽其责,有力地做好各项工作,共同开创中医事业的美好未来。(院办 李贵明)

八旬老人复健步 墨宝赠予感恩

学习借鉴 更新观念 着力发展

——院领导率行政职能部门负责人到祥云县人民医院观摩学习

2018年12月26日上午,我院党政负责人石应聪率院领导班子及行政职能部门负责人一行19人,到祥云县人民医院观摩学习。通过召开双方座谈会,听取了祥云县人民医院院长兼党支部书记杨兆伟介绍上海交通大学医学院附属第九人民医院帮扶建设经验,及该院实行大部制管理改革的工作成效,使我院全体人员倍感振奋,无不对

我院举办《医疗机构处方审核规范》暨2018年度麻精药品、抗菌药物合理使用规范化培训会

为更好地贯彻落实《抗菌药物临床应用指导原则》、《碳青霉烯类抗菌药物临床应用专家共识》、《麻醉药品和精神药品管理条例》等相关规定,同时结合2018年7月10日国家卫健委、国家中医药管理局、中央军委后勤保障部联合发布的《医疗机构处方审核规范》要求,我院由医务科牵头组织,科教科、药剂科负责,于2018年12月12日和13日下午分两批组织对医院的所有医生(含医助)和药师进行了抗菌药物、麻醉和精神药品临床合理应用及《医疗机构处方审核规范》全员培训。药剂科药师主要围绕以下几个内容对全院医务人员进行培训:(1)《医疗机构处方审核规范》解读。《规范》明确指出:药师是处方审核工作的第一责任人。处方审核的目的是保障患者用药安全,促进临床合理用药,也是药师专业技术价值的具体体

现。(2)2018年度麻醉和精神药品管理与使用知识规范化培训。(3)2018年度抗菌药物合理使用规范化培训主要围绕《碳青霉烯类抗菌药物临床应用专家共识》等3个技术文件的通知,进行了合理使用规范化知识的学习,同时对我院碳青霉烯类药物的使用情况做了反馈。

此次培训,使医生和药师从观念上得到了转变,为下一步医疗机构处方审核规范的正式实施打下基础,同时也极大地提高了我院医务人员麻醉和精神药品、抗菌药物合理使用的水平,更好地为患者服务。同时医务科、科教科还组织了所有医生和药师的专项考试,并严格按照规定,将根据考试成绩授予医生麻醉和精神药品、抗菌药物分级使用的处方权限、药师调配的权限等。

(药剂科 赵桂芬)

近日,本报连续推出广东省中医院系列报道,在业界引起广泛关注。这家中医院靠什么聚集了超高人气?广东省中医院给出的答案——文化、简洁却直戳人心。这一看似无形的力量,解决了制度无法解决的问题,带来主动精神和创造力。

无论是面对患者时的真诚,还是敢于突破自我的果敢,都源自于文化自信。感恩文化、精益文化汇聚成医院气质,一次次自我革命让医院冲破了发展的天花板。医院把投诉当成“患者的礼物”,努力把不满意的患者转化为感动的患者;在急危重症患者治疗中,中医参与率达100%;11年前,该院成立全国首家治未病中心,从“以疾病为中心”向“以健康为中心”转变。文化既可以帮助创新,也能让医院发展守正不渝。正如该院院长陈达灿所言,中医一定要姓中,这是历史使命,也是百姓需求。

应该说,广东省中医院的发展与岭南浓郁的中医药氛围分不开,该院这些年来,努力汇聚中医优势,并自觉扛起了传播中医药文化的大旗。一方面,医院用环境感染人,在自觉与不自觉中



(来源:《健康报》)

简讯

我院参加剑川县中医医院“中华五千年首诊看中医”品牌日活动

为弘扬传统中医药文化,推广中医诊疗技术,让广大人民群众了解中医、体验中医药传统疗法的魅力。近日,剑川县中医院推出了“中华五千年,首诊看中医”品牌日活动,我院副院长段萍、针灸一科主任丁宇、治未病科主任朱如彬及中医皮肤科副主任医师王芳、中医肛肠科主治医师王峰等专家受邀出席了启动仪式。

启动仪式结束后,我院专家在剑川县中医医院进行义诊,很多患者慕名而来,即使当日冬雨绵绵,寒风刺骨,但前来就诊的病人依然络绎不绝。

“首诊看中医”活动让中医药走进千家万户,贴近百姓生活,营造良好的中医药发展环境,使中医药服务百姓健康,更好地满足城乡居民的医疗保健需求,让广大群众在家门口就能看名中医。(针灸一科 罗成斌)

我院针灸一科参加南涧县碧溪乡基层卫生人员针灸技术培训和义诊活动

为助力健康扶贫,提高农村中医药服务能力,提升群众健康生活水平,根据州委组织部人才扶贫行动计划的安排部署,落实医疗卫生分团医疗帮扶项目,由大理州卫计委举办、南涧县卫计局组织的碧溪乡基层卫生人员针灸培训班于2018年12月10日至14日在南涧县中医医院开班。

此次培训由大理州卫计委中医药管理局石梁生带队,我院针灸一科主任丁宇任组长,针灸一科杨美怡医师和其他州县医院针灸骨干医生组成了5人专家团队,对南涧县乡镇卫生院和村卫生室从事中医药工作的医务人员进行针灸基础理论培训和技能实训,同时在南涧县中医医院、碧溪乡卫生院分别开展义诊活动,深受当地群众好评。

本次针灸培训活动采取讲座教学、带教义诊、总结讨论、培训考核等多种形式,严格把控培训效果,真正让基层卫生学员做到学以致用。据统计,有25个基层卫生技术人员参加了本次培训义诊活动,在专家团队和学员的共同努力下,所有学员顺利通过考核并获得了《大理白族自治州基层卫生服务人员中医知识和技能培训合格证登记证》。(针灸一科 罗成斌)

疼痛科(康复科)的“阳光家园计划”项目通过大理市残联考核验收

我院疼痛科(康复科)于2017年8月由医院安排负责大理市2017年“阳光家园计划”政府购买残疾人服务项目,服务期限为2017年8月至2018年12月。该项目主要负责对项目内300名残疾人进行入户调查、建立健康档案、常规体检、心理辅导、康复指导和政策宣传讲解,听取服务意见后,根据多数残疾人的服务意见,结合实际制定服务标准。实施过程中,按照个体需求,一部分患者主动来医院就诊,另一部分由医务人员上门服务,按标准开展健康体检、康复治疗、人文关怀等。2018年12月25日,大理市残联组

(疼痛康复科 何巧)

我院举办中西医结合治疗慢性疼痛研讨班

为了推进大理州中西医结合治疗慢性疼痛性疾病的发展,为全州疼痛学科同行搭建一个学术交流的平台,不断提高对慢性疼痛性疾病的认识,规范和提高中西医结合治疗慢性疼痛性疾病的诊疗技术,我院于2018年12月13日至14日举办“中西医结合治疗慢性疼痛研讨班”。本次研讨班共有来自州内各级医院的疼痛、针灸推拿、康复等专业技术人员80余人参加。

本次研讨班特邀到昆明医科大学第一附属医院张小梅教授、刘娟副主任护师,昆明医科大学第三附属医院毛勇教授,云南省第一人民医院李芹教授、宁杰副教授,云

南省中医医院陈建军教授,大理大学第一附属医院凹光福教授等省内知名专家,以及大理州中医医院、大理州人民医院、弥渡县中医院相关专家授课。

各位专家分别从疼痛学科发展的建设经验、疼痛科中西医结合治疗慢性疼痛的实用技术、疼痛科患者的护理常识等方面进行了相关授课指导,学员与各位授课专家进行互动,学术氛围浓厚,讨论激烈,精彩纷呈。

本次学术活动为大理州慢性疼痛的中西医结合诊疗交流搭建了良好的平台,同时对促进我院慢性疼痛诊疗技术的提高有着重要的意义。(疼痛康复科 杨梓桐)

千里急的故事

千里急是一味中药,味苦性平,有小毒,《本草纲目》记载其可以治疗瘟疫、气结、黄病、蛊毒,草汁可催吐,外敷可疗蛇、犬咬伤。这种草还可把皮肤染黑,就像凤仙花能把指甲染红一样。古时候有人用千里急这味中药破过案,被传为美谈。

明代有位叫陈懋仁的人,曾在福建泉州做官,他把自己做官时亲历的有趣事情,写成了一本书叫《泉南杂志》,在这本书中就记载了这件事:

一天晚上,县衙内发生一起盗窃案。县令陈懋仁察看现场,见并未留下多少痕迹,便传当夜值班的两名士兵询问。谁知那两个士兵脸上绑着护伤的布,手上及胸前贴着伤膏药,一脸痛苦状回答道:“昨晚巡夜时,见几个黑影窜墙越檐进入衙门,便追踪进院,不想遭到围攻,寡不敌众,被强盗打昏不省人事。醒来发现强盗已远去。”陈懋仁命士兵解开绑带及膏药一看,只见一片黑伤,便安扶一番,退堂回房。

陈懋仁在房中踱来踱去,觉得那两个士兵身上的黑伤挺奇怪。照理说凡被棍棒打伤至少会皮破血肿,可那两个士兵却没有这种症状,行走也如常,不像受伤的样子。

难道这伤有假?可一时又没有充分的证据。陈懋仁思考问题的时候走到后花园散心,无意中见园中土坡上长着几种奇怪的草,颜色黑黑的,开的花却雪白雪白的。陈懋仁突然想起了这种草叫“千里急”,自己的家乡也有,是一种药草。涂在身上就会出现受伤的颜色,而且要几天才褪去。

想到此,陈懋仁灵机一动,如果认定那两士兵所言有假,用“千里急”就可以一试真伪。陈当时便采了一把“千里急”带回堂上,并将两个受伤士兵传来,叫他们把草药捣碎,分别涂在另外两个人的胸部、手腕及脸上。不会,涂的地方果然发黑,与伤痕无异。那两个巡夜的士兵知道事已败露,只得招认。原来,他俩夜里值班时,见衙门内有许多值钱的东西,便监守自盗,然后将“千里急”涂在身上,伪造伤痕,想蒙骗县令。

没想到,陈懋仁不但做官廉洁勤政,还具有相当的中药知识,正是这些知识帮助他破了此案。(来源:《中国中医药报》)

心绞痛发作时如何正确选用药物

临床上治疗心绞痛常见药物有硝酸甘油片、速效救心丸、复方丹参滴丸,那心绞痛发作时,我们该如何选择药物,注意事项有哪些呢?

一、首先来看硝酸甘油、速效救心丸、丹参滴丸之间的差异

硝酸甘油 属于硝酸酯类化学药物,在临床上应用已经有150年之久,亦是缓解心绞痛的经典药物。硝酸甘油在人体内能释放一氧化氮,使得动脉血管平滑肌和其他组织内的环鸟苷酸增多,这种物质能够很好地调节血管扩张,并使增高的中心静脉压与肺毛细血管楔嵌压、肺血管阻力与体循环血管阻力降低。硝酸甘油片治疗冠心病、心绞痛应急之外,还能够用于降低血压和治疗充血性心力衰竭。

速效救心丸 属于中成药,主要成分:川芎、冰片。能扩张冠状动脉、舒张血管平滑肌、抗心肌缺血、保护心肌细胞、抑制粥样动脉形成、降低血液粘度和显著的解痉镇痛的药理机制。用于行气活血,祛瘀止痛,增加冠脉血流量,缓解心绞痛。适用于冠心病、心绞痛,除了心绞痛应急之外,速效救心丸在治疗偏头痛方面也有一定疗效。

丹参滴丸 属于中成药,主要成分:丹参、三七、冰片等,其作用能扩张冠状动脉,增加冠脉流量,改善心肌缺血、梗塞和心脏功能,调节心律,扩张外周血管,改善微循环,提高机体耐缺氧能力,并有抗凝血,促进纤溶,抑制血小板凝聚,抑制血栓形成作用。用于气滞血瘀所致的胸痹胸闷、冠心病及心绞痛,除此之外还可适用于心脏神经官能症,因此丹参滴丸临床上的使用范围比较广。

二、硝酸甘油、速效救心丸、丹参滴丸心绞痛时如何选择

作为治疗心绞痛的常用药,虽然硝酸甘油、速效救心丸、丹参滴丸的成分完全不一样,但是最终目的都是扩张动脉血管。然而对于一些特殊患者,则需要三者择其一。

1、青光眼、颅内压高、低血压和对硝酸甘油过敏的患者,建议选择速效救心丸。

2、速效救心丸中含有冰片的成分,所以脾胃虚寒、拉肚子的患者建议选择硝酸甘油。

3、无法确定自己是否属于心绞痛,但是一直胸闷且胸前区隐隐作痛(针刺样),建议服用速效救心丸。

4、对于心绞痛较重的患者,含服速效救心丸无效时,应当立即服用硝酸甘油救急。

对于大部分没有禁忌的心绞痛患者,这两种药是可以轮流吃的。因为光吃硝酸甘油容易产生耐药性,而光吃速效救心丸又容易产生依赖性。另外要强调的是,有些患者确实家中常备这两种药物,但是在出现心绞痛时会两种药都吃,认为这样相当于“双保险”。然而,叠加服用的做法并不可取,一方面用药效果不好把控,另外也极易掩盖真实的病情。

白州杏林

本版责任编辑:李红艳 杨倩 投稿邮箱/bzxldali@126.com

2019年1月8日 星期二 BAIZHOU XINGLIN

我院派队参加大理州2019年“三下乡”示范活动



1月6日,大理州2019年文化科技卫生“三下乡”示范活动在宾川县越析广场举行。我院积极响应大理州委、州人民政府号召,派出由白州名中医、中医主任医师尹全珍、心脑血管科主任、神经内科主任医师刘振琪、骨伤一科主任、骨外科主任医师汪金荣、推拿

科副主任、针推主治医师石志高及临床药师、医教骨干等8人组成的专家团队参加活动。此次活动专家团队共为300余名患者提供服务,发放价值5000余元的常用药品和500余份关于中医药治疗艾滋病的宣传材料。

5、轻症者可用复方丹参滴丸,复方丹参滴丸的主要功能为活血化瘀、理气,且不会产生药物性低血压,所以在临床上的使用范围也是比较广的,比如各种原因引起的胸痛、胸闷、心悸、食道炎、胃炎、肋间神经痛,乃至胃胀等。当然其“处处可用”的优点也可能成为其缺点。对比硝酸甘油和速效救心丸,复方丹参滴丸更多应用于轻度的心绞痛或心绞痛的合并用药。当出现胸闷含服硝酸甘油有效时,我们可以“放心地”高度怀疑心绞痛,而含服复方丹参滴丸有效时,心绞痛的概率就只有一半。

三、正确掌握用法用量,切勿过量服用

1、速效救心丸可以长期使用,一般预防剂量为每次4粒,一日2次~3次;治疗剂量为每次6粒,一日3次;急性发作时每次服15粒(上述建议只是理论值,具体还要在主治医生的指导下,根据每一位患者的具体体质和病情确定用量)。

2、硝酸甘油主要用于急救,所以多数情况下仅出现在关键时刻。症状发作后当即含服1片,时隔5分钟后不见效果可再含服1次,最多连续服用3次。

3、复方丹参滴丸治疗心绞痛时应舌下含服,一次10丸,一日3次;用于其他治疗的长期需使用的可以口服,4周为一个疗程。

无论何时都要谨记,硝酸甘油片、复方丹参滴丸或者速效救心丸,在其有效的情况下,数分钟胸闷、胸痛症状就会缓解,若不缓解,可隔5~10分钟再次服用,但重复3次仍然无效时且伴有大汗、面色苍白、四肢发冷等症时,不要犹豫,应立即拨打120,这可能是急性心肌梗死发作或发生其他危急重症。

四、服药注意事项

1、硝酸甘油片、复方丹参滴丸和速效救心丸治疗心绞痛时需舌下含服,能避免肝脏首过效应,生物利用度高。舌下含服立即吸收,约2~3分钟起效,5分钟达到最大效应,心绞痛急救时能快速起效。

2、服药时,无论选择硝酸甘油还是速效救心丸,都要采用坐姿,只有这样才能尽量减轻心脏负担,缓解病情。如果患者站着含服,由于头部位置高和四肢血管扩张,容易产生低血压并引起晕厥,特别是硝酸甘油。而躺着含服,心脏位置会更低,此时大量血液回流至心脏,可导致心脏储血量突然增加,加重心脏负担,心绞痛症状反而得不到较好的缓解。

3、注意储存,防止失效。

硝酸甘油需避光且保存于阴凉处,复方丹参滴丸和速效救心丸由于含有冰片易失效也应保存于阴凉处,所以“贴身药物”并不能“贴身携带”。另外硝酸甘油挥发性很强,遇空气光线极易分解失效,因反复打开瓶盖或其他储存不当,在药物标注的有效期内可能已失效,判断的有效方法为硝酸甘油舌下含化若无麻辣灼灼感,表明药物已经失效。

(药剂科 黑娥杏)

我院领导到飞龙正骨医院调研

为全面贯彻落实州卫计委《关于开展对口帮扶工作的指导意见》,自2017年4月以来,我院和江尾飞龙正骨医院建立医疗联合体,将传统骨科和现代骨科有机地结合起来,开创骨科新纪元,致力打造大理州综合骨科技术,进而更好地为患者服务。为进一步做好对口帮扶工作,2018年12月22日上午,我院党政负责人石应聪、段萍副院长在院办李贵明主任及骨伤一科主任和护士长的陪同下到飞龙正骨医院调研。

石应聪表示,我院将一如既往地做好帮扶工作,选派优秀的医学专家参加帮扶,并为飞龙医院的人员培训和进修学习提供帮助。

(骨伤一科 周丽)

我院顺利完成首例椎管内肿瘤切除术

患者,男,40岁,因左上肢间歇性无力2月,以不明原因病变于2018年11月9日收住骨伤一科,经系统的入院检查,MRI报告:颈2、3节段椎管内肿瘤。因该肿瘤长在脊髓高位,但操作不当,后果非常严重——死亡或高位截瘫(著名脊柱外科专家贾连顺老师曾把该区列为手术禁区)。可病情已经不允许再拖延,手术必须限期进行,不然所面临的也是高位截瘫以致死亡。为安全起见,骨伤一科汪金荣主任先后把病人资料发到上海、北京、昆明等多家医院的骨科及神经外科专家进行会诊,多次建议病人转到上级医院进一步检查治疗,但病人和家属说:“我们就是相信中医院的骨科技术,才来这



患者向胃镜室钟浩海医生赠送锦旗

患者向保卫科刘明辉赠送锦旗