

多个医疗项目为百姓幸福加码

全媒体记者 陆颖敏

“目前，项目已经进入二次装修阶段。”2月11日，平南县卫生健康局党组书记、局长梁耀健指着位于平南县丹竹镇中心卫生院内一栋崭新的四层建筑告诉记者，这栋公共卫生业务综合楼正式投入使用后将新增床位56张，能有效缓解该院医疗业务用房紧张问题，进一步提升基层医疗卫生服务能力。

优质的医疗卫生健康服务关乎民生福祉。去年以来，我市各级卫健部门、医疗机构以项目建设为抓手，推动一批医疗卫生基础设施落地见效，进一步提升医疗卫生服务能力，解决群众看病难题，增强群众的获得感、幸福感、满意度。

“医生，我家孩子发烧了，您快看看！”1月28日除夕当天，家住桂平市长安工业园区的黄女士带着高烧不止的孩子来到桂平市妇幼保健院就诊。经该院医生诊断，孩子是患了流感，医生进行了悉心治疗。

黄女士告诉记者，过年期间，平时常去的诊所已经休业，她便将孩子送到了家附近的桂平市妇幼保健院。“大型医院有保障，我们也更放心。”黄女士说。

得益于桂平市妇幼保健院迁建项目，黄女士在家门口就能享受到优质的医疗服务。

为了改善群众就医环境，该院通过积极向上级申请资金，推动桂平市妇幼保健院迁建项目加快落地。2024年12月，该项目正式投入使用，拥有门诊楼、医技楼、住院楼、后勤楼、辅助用房、地下室和附属工程设施，院区环境、基础设施建设和科室设置不断完善。目前，该院已建设成为一家具有妇幼保健服务技术指导中心功能、妇女儿童专科医疗保健功能的大型妇幼保健院，能为群众提供更优质的就医环境和医疗服务。

记者从市卫生健康委员会了解到，2024年，我市不断加快卫生健康项目建设，共实施卫生健康重点建设项目25个，完成投资9.5亿元。通过加快建设和争取上级资金支持，港南区人民医院城区分院项目（一期）住院楼项目、覃塘区第二人民医院项目、桂平市妇幼保健院迁建项目、桂平市罗秀中心卫生院住院门诊综合楼续建项目、平南县丹竹镇中心卫生院公共卫生业务综合楼等床位建设项目加快推进，全市新增床位1086张。同

时，我市多渠道争取专项债、中央预算内资金等约8.25亿元，支持市中西医结合骨科医院整体搬迁项目、市第四人民医院项目、市妇幼保健院妇幼保健大楼项目、市传染病重症患者救治区域医疗中心、市人民医院核心业务提升工程、市托育综合服务中心、市中医医院中医康复大楼项目和



贵港市中西医结合骨科医院整体搬迁项目于2024年第四季度获得地方政府专项债资金6000万元，目前该项目的门诊住院综合楼已完成22层主体结构（设计23层）及2-5层砌体施工；门诊楼在建3层主体结构施工（设计5层）；制剂楼完成基础施工。项目建成后，医院服务能力、就医环境将得到全面提升，可更好地满足人民群众看病就医需求。

全媒体记者陆颖敏摄

86个子宫肌瘤被顺利切除

市妇幼保健院成功为患者保住子宫

本报讯（全媒体记者樊奥星）近日，市妇幼保健院手术团队通过及时手术，顺利帮助42岁患者黄女士切除了86个子宫肌瘤，成功保住患者的子宫。为表达感激之情，黄女士向医护人员送去亲笔手写的感谢信和一面锦旗，对医护人员的精湛医术给予高度评价。

黄女士8年前曾接受子宫肌瘤剔除手术，本以为病症已除，然而，近一年多却出现了月经量明显增多、贫血等症状，严重影响生活质量。到该院检查后，黄女士确诊为子宫肌瘤复发。“听到又长了肌瘤，我特别害怕子宫还能不能保住，以后的生活该怎么办啊！”检查结果出来后，黄女士内心万分焦急。

该院妇科医生巫琴芬耐心安抚黄女士情绪，并为其制定周详的治疗方案——实施腹式子宫肌瘤剔除术。“患者还较年轻，虽然子宫肌瘤数量多、体积大，但经综合评估，仍可以尽量保留子宫，保持盆底结构完整，减少术后出现盆底功能障碍的风险。”巫琴芬说。

手术中，当打开患者腹腔时，巫琴芬发现手术难度比预想的更为复杂。患者子宫明显增大，形态失常，表面凹凸不平，子宫内还可触及大小

不一、密密麻麻的肌瘤。这对手术团队而言，无疑是巨大挑战——不仅要完整剔除每一颗肌瘤，还要尽量减少对子宫正常组织的损伤，保留子宫，避免大出血等严重并发症。

巫琴芬和团队凭借丰富经验，决定先从体积较大且位置相对独立、凸出子宫表面的肌瘤入手，这样既能迅速剔除肌瘤，又能为后续操作创造空间。最终，经过近2个小时的紧张操作，86个肌瘤被成功切除，黄女士的子宫保住了。术后，在妇科医护人员精心护理下，黄女士顺利康复出院。这才有了开头那一幕。

巫琴芬介绍，子宫肌瘤是女性生殖系统中最常见的良性肿瘤，多见于30至50岁女性，育龄期女性的患病率可达25%。这种肿瘤一般生长很慢，平常几乎没什么感觉，大多是在做妇科检查或者B超的时候才会发现。肌瘤大多长在子宫体上，少部分长在子宫颈，还有极少数会跑到全身的血管里，长成血管内平滑肌瘤，不过这种情况特别少见。

“子宫肌瘤的治疗手段需根据患者年龄、症状和肌瘤大小、位置、数量以及生育需求等多方面因素综合考量。”巫琴芬表示，对于肌瘤较小、没有症状，或是接近绝经年龄的女性，因绝

经后雌激素水平下降，肌瘤可能会自行萎缩，这种情况一般定时监测肌瘤的变化即可。对于症状较轻、近绝经年龄或全身情况不宜手术的患者，可以选择药物治疗。药物能抑制肌瘤生长，缓解症状，比如使用促性腺激素释放激素类似物，能让体内激素水平降低，使肌瘤缩小，但这类药物不宜长期使用。当子宫肌瘤导致月经过多、贫血，肌瘤体积过大，直径超过5厘米，或者肌瘤压迫周围器官，引起尿频尿急，甚至尿不出或便秘等压迫症状，以及怀疑肌瘤恶变时，通常会考虑手术治疗。

巫琴芬说，手术方式可以分为子宫切除术、子宫肌瘤剔除术、海扶刀、微波消融治疗，手术途径包括开腹手术、腹腔镜手术、微无创手术。子宫肌瘤剔除术适用于希望保留生育功能的患者，能把肌瘤从子宫上去除，保留子宫；子宫切除术则适用于肌瘤多、体积大，症状严重，没有生育需求，或存在恶变风险的患者。

巫琴芬提醒，子宫肌瘤和遗传、身体激素水平不正常有关。广大女性平时饮食上要注意，尽量少吃雌激素含量大的女性保健品，也别吃太多油腻、太甜的东西。

高龄老人腹中“炸弹”被成功拆除

全媒体记者 姜佳坤 通讯员 冯海锦 李世镇 黄芮

在一个宁静的午后，91岁的梁奶奶（化名）突然腹痛难忍，家人匆忙将她送到市人民医院就诊。

接诊后，医生立即为梁奶奶安排了CT检查。检查结果一出，所有人都倒吸一口凉气。梁奶奶的肚子上竟然长了一颗腹主动脉瘤，瘤体最大直径达84.1毫米，像一颗随时可能爆炸的定时炸弹，严重威胁着梁奶奶的生命安全。

梁奶奶随即被紧急转入血管外科接受进一步治疗。面对这一棘手病例，医疗团队深知其治疗难度之大：该腹主动脉瘤不仅体积庞大，而且形态扭曲复杂，手术治疗面临着前所未有的挑战。

梁奶奶的家人陷入了深深的矛盾和纠结之中。他们既心疼年迈的梁奶奶，不忍心让她承受手术带来的痛苦和巨大潜在风险；又深知若选择保守治疗，一旦肿瘤破裂，后果将不堪设想。

在这关键时刻，血管外科主任李祺熠带领团队挺身而出。他与梁奶奶及其家属属详细分析病情的严重性，耐心讲解手术治疗的必要性和紧迫性。经过慎重考虑和权衡利弊，梁奶奶和家属最终决定放手一搏，同意进行手术治疗。

为确保手术万无一失，李祺熠带领团队进行了多次周密细致的讨论和分析。他们广泛查阅相关资料，结合梁奶奶的具体病情，精心为她制定了一套个性化的手术方案：采用局部麻醉和微创

介入技术，选用当前柔软度最好的支架进行植入。这一方案，能避免传统开腹手术带来的巨大创伤，最大程度地降低并发症风险，提高手术的成功率。

手术当天，手术室内的气氛紧张极了，每一个细微的操作都至关重要，稍有差池便可能引发不可挽回的后果。然而，李祺熠带领的血管外科团队却凭借精湛的技术和冷静的心态，在微创创口处精准操作、游刃有余。覆膜支架如同一列精准运行的“轨道列车”，稳稳地沿着血管“轨道”前行并最终成功隔绝瘤体。这个像人工血管般的覆膜支架，能够有效覆盖瘤体并阻止血液继续流入瘤腔，从而促使瘤体逐渐萎缩直至消失。

当手术室的门再次缓缓开启，李祺熠面带微笑地走出来宣布：“手术很成功！”他的话瞬间让家属们紧绷的神经得到了释放，多日来的担忧、焦虑和恐惧在这一刻都化作了无尽的喜悦和感激之情。

术后的第一天，奇迹出现了——梁奶奶在无需任何人搀扶的情况下竟然能自行下床活动起来。其家人看到这一幕，激动得热泪盈眶。原以为经历如此重大的手术后，梁奶奶需要长时间的恢复和调养，却没想到她在术后第一天就能有如此良好的状态。术后第五天，梁奶奶的CT复查结果显示恢复情况良好，顺利康复出院。

桂平市打好监督“组合拳”

药品和医用耗材集采节省2.21亿元

本报讯（全媒体记者杨小露 通讯员莫冬冬）“多亏了党和政府的好政策，冠脉支架的价格降下来了，咱们老百姓能承受得起，这政策是实打实落到了咱的心坎上！”近日，提及自己去年的手术，桂平市南木镇渡头村群众何阿姨仍感慨万分。

去年2月，何阿姨因胸闷、胸痛到桂平市人民医院就诊，经检查确诊为冠状动脉粥样硬化性心脏病，急需进行冠脉支架植入手术。听说要动手术，何阿姨愁坏了：“心脏血管支架应该很贵吧，这得花多少钱啊？”

“现在冠脉支架已经实行了集中带量采购，价格大幅下降。以前每枚要8400元，现在只要800元，降幅达90.48%，而且还能医保报销。”医生的解释让何阿姨没有了顾虑，同意接受手术，最终顺利康复出院。

部分药品和医用耗材价格长期高位运行，给群众就医带来了沉重负担，也增加

了医保基金的支出压力。为此，桂平市纪委监委打好监督“组合拳”，持续推动药品和医用耗材集中采购“扩围提质”。

桂平市纪委监委深化运用“室组地”联动监督机制，强化政治监督，压实桂平市医保局主体责任；组织该市公立医疗机构开展医药集中采购“扩围提质”专项行动，推动药品和医用耗材集中带量采购；充分发挥派驻纪检监察组监督“探头”作用，实时跟进监督，确保集采工作程序化、规范化、科学化，不断压缩医药购销领域权力寻租空间。

在有力监督推动下，2024年，桂平市30家公立医疗机构开展药品和医用耗材集中带量采购20批次，其中药品集采金额1.22亿元，平均降幅达48.87%；医用耗材集采金额累计0.5亿元，平均降幅达67.4%。据测算，这比集采前节约支出2.21亿元，极大减轻了群众看病就医负担。

警惕冬季温暖中的“隐形杀手”

本报讯（全媒体记者欧钰宇）在寒冷的冬季，最惬意的莫过于享受热水澡带来的身心抚慰，或是围坐在室内一盆火红炽热的炭火旁，感受那份融融暖意。然而，在这份温暖背后，却潜藏着一个无声无息的“隐形杀手”——不当使用燃气热水器或烧炭取暖等，极易引发一氧化碳中毒事件。

“每年的11月至次年的3月，是一氧化碳中毒的高发期。根据我中心近3年的统计数据，尽管一氧化碳中毒事件的数量已大幅下降，但仍时有发生，甚至酿成了悲剧。”市人民医院急救中心副主任孔宙介绍，从去年11月至今年1月，该中心便接诊了17名中度及重度一氧化碳中毒患者。

一氧化碳中毒往住源于含碳物质燃烧不充分而产生无色、无味、无刺激的室息性气体，常见于密闭室内烧炭取暖、卫生间内通风不良时使用燃气热水器洗澡时间过长，以及在地下车库内关闭车门开启内燃机取暖或制冷时，车辆排放的尾气泄漏等场景。轻度中毒者可

能出现头痛、头晕、恶心、呕吐、困倦乏力等症状，若继续吸入，则可能陷入昏迷，甚至危及生命。

如果发生一氧化碳中毒，该如何应对？孔宙提醒，一旦发现中毒症状，应立即脱离中毒环境，迅速开窗通风，或将患者转移至通风良好的环境，确保其吸入新鲜空气，并立即拨打急救电话或就近送往具备救治条件的医院。若患者出现呕吐，应协助其侧卧，避免呕吐物造成窒息，保持呼吸道畅通；若患者出现呼吸或心跳停止，应立即实施心肺复苏，直至恢复自主呼吸或专业救护人员到达。

“值得注意的是，一氧化碳中毒后还可能引发迟发性脑病，这是中毒数天后出现的神经系统并发症。”孔宙强调，即使中毒者从昏迷中醒来，也绝不能掉以轻心。迟发性脑病的临床表现为记忆力下降、注意力不集中等认知功能障碍，抑郁、焦虑、幻觉等精神症状，以及脑内震颤、步态不稳等运动障碍。因此，中毒者务必及时就医，并严格遵照医嘱进行治疗。

尿毒症应该怎么应对

尿毒症，这一术语源于希腊语，意为“尿液中的毒素”，实际上是指由于肾功能严重受损，导致体内代谢废物和毒素无法有效排出，进而引发一系列严重症状的状态。尿毒症并非一种独立的疾病，而是各种晚期肾脏疾病共有的临床综合征。当肾脏功能丧失至无法满足身体基本需求时，尿毒症便随之而来。得了尿毒症，首先应确诊病情，再根据个人情况选择合适的治疗和护理方案。

一、尿毒症的诊断与病因探究

尿毒症的诊断通常基于患者的临床症状、实验室检查结果以及影像学检查结果。临床症状可能包括疲劳、食欲不振、恶心、呕吐、水肿、高血压、贫血以及神经系统症状如意识障碍等。实验室检查结果则主要关注肾功能指标，如血肌酐、尿素氮的显著升高，以及电解质和酸碱平衡出现紊乱。影像学检查，如超声波、CT或MRI，有助于确定肾脏的形态和结构异常，从而辅助诊断。

尿毒症的发生往往源于多种肾脏疾病，包括但不限于慢性肾小球肾炎、糖尿病肾病、高血压肾病、多囊肾以及药物性肾损害等。因此，在治疗尿毒症之前，必须先明确其原发病因，才能制定针对性的治疗方案。

二、尿毒症的治疗策略

尿毒症的治疗是一个综合性的过程，旨在缓解症状、延缓疾病进展、提高患者生活质量，并尽可能延长生存期。治疗策略主要包括以下几个方面：

（一）病因治疗

针对尿毒症的原发病因进行治疗是至关重要的。例如，对于由高血压引起的尿毒症，应严格控制血压；对于糖尿病肾病患者，则需优化血糖控制，并关注其他心血管危险因素。

（二）肾脏替代治疗

当肾脏功能无法满足身体需求时，肾脏替代治疗成为必要。这主要包括血液透析、腹膜透析和肾移植3种方式。

1.血液透析：通过机器将患者的血液引出体外，经过透析器过滤掉多余的废物和水分后，再输回体内。这是目前最常用的肾脏替代治疗方式之一。

2.腹膜透析：利用患者自身的腹膜作为透析膜，通过向腹腔内注入透析液，利用腹膜两侧的溶质浓度差和渗透压差，达到清除体内废物和水分的目的。这种方式更适合于家庭透析。

3.肾移植：对于符合条件的尿毒症患者，肾移植是恢复肾功能的最佳方式。成

功的肾移植可以显著改善患者的生活质量，并延长生存期。然而，肾源稀缺、手术风险以及术后免疫抑制剂的使用等问题限制了其广泛应用。

（三）对症治疗

尿毒症患者常伴有贫血、高血压、电解质紊乱等并发症。因此，对症治疗也是治疗策略的重要组成部分。例如，可以使用促红细胞生成素纠正贫血，使用降压药物控制血压，以及通过饮食调整或药物治疗纠正电解质紊乱等。

三、尿毒症的护理与自我管理

除了专业医疗治疗外，尿毒症患者还需要接受全面的护理和自我管理教育。这包括以下几个方面：

（一）饮食管理

尿毒症患者需要严格控制饮食，以减少体内废物和毒素的产生。这意味着要低蛋白、低磷、低钾饮食，并限制水分摄入。同时，为了保证营养摄入，患者需要在专业指导下选择高质量的蛋白质来源，并补充维生素和矿物质。

（二）心理护理

尿毒症及其治疗过程可能给患者带来巨大的心理压力和焦虑。因此，心理护理同样重要。这包括提供心理支持，帮助患者建立积极的心态，以应对治疗过程中的挑战 and 不确定性。

（三）自我管理教育

尿毒症患者需要学会如何监测自己的健康状况，包括体重、血压、尿量等指标。同时，需要了解如何正确进行透析治疗、如何管理药物，以及如何应对可能出现的并发症。自我管理教育的目标是提高患者的自我管理能力，从而改善治疗效果和生活质量。

四、尿毒症康复治疗需要多方支持

尿毒症患者的康复治疗需要来自家庭、社会和医疗团队的支持。家庭成员的理解、关爱和支持对患者的康复至关重要。同时，医疗机构和社会组织可以提供必要的资源和支持，包括康复服务、心理咨询以及经济援助等。

此外，尿毒症患者还可以通过参加康复活动、加入患者支持组织等方式，与其他患者分享经验，互相鼓励和支持。这些活动有助于增强患者的自信心和社交能力，促进身心康复。

总而言之，尿毒症患者需要保持积极的心态、寻求专业的医疗帮助，并积极参与自我管理 and 康复活动，这样才能更好地应对尿毒症带来的挑战，重获健康和幸福的生活。

（贵港市人民医院 吴芳）

本版由贵港市卫生健康委员会协办

老年人冬季如何科学养生

本报讯（全媒体记者姜佳坤 通讯员刘伟雪）

老年人冬季如何科学养生？记者近日就此专程采访了市中医医院脾胃病肝病科主任、中医内科副主任医师颜幸杰。

颜幸杰认为，对于体质较弱、免疫力较差的老年人来说，做好冬季养生非常重要。要遵循科学的养生方法，从起居、饮食、运动以及中药调理等多方面入手，注重“藏”的原则，让身体得到充分的调养和呵护，才能以良好的状态抵御寒冷，达到养生保健的效果。

起居养生是基础。冬季昼短夜长，老年人应顺应自然规律，早睡晚起，保持充足的睡眠。冬季的寒冷不可小觑，老年人要重点护住头、颈、背、足等关键部位，多穿衣服以防受寒。同时，要合理调节室温，尽量将室内温度保持在18—25摄氏度之间。此外，可以适当晒太阳，不仅能补充阳气，还能提升身体的温暖感。

饮食养生是关键。温补肾阳的食物如羊肉、牛肉、核桃、栗子等，可适当多吃。冬季气候干燥，滋阴润燥的食物如百合、银耳、雪梨等必不可少。南瓜、小米、山药等健脾养胃的食物，也适宜常出现在老年人的餐桌上。特别是中医认为“黑色入肾”，黑豆、黑芝麻、黑木耳等黑色食物也宜多食用。

运动养生需合理。太极拳、八段锦等运动，动作轻柔缓慢，非常适合老年人。在运动时间上，应选择上午阳光较好的时候，每次30分钟左右，以身体感觉舒服、微微出汗为宜。

情志养生不容忽视。老年人要保持心情平和，避免情志过激，可通过听音乐、读书、与亲友聊天等方式排解不良情绪。同时，冬季人体阳气内敛，要注意避免过度劳累，以免耗损阳气。

适当进行中药调理与保健。在睡前进行中药泡脚，能够促进血液循环，缓解疲劳，改善睡眠质量。还可以选用灯芯草、艾叶、五加叶、防风叶等制成的药枕，有助于安睡。艾灸、中药膏方具有温通经络、散寒止痛、扶正祛邪等功效，但需要根据个人的体质和健康状况来使用。