

打喷嚏就漏尿可千万别疏忽!

□推拿科 张学能

相关因素及常见原因

1、尿道闭合功能损害:尿道平滑肌、尿道周围横纹肌、盆底肌肉薄弱及损伤及神经末梢的损害。

2、医源性原因:如经阴道子宫切除术、盆腔内较大创伤性手术等损害膀胱及尿道支持组织和尿道组织,使得尿道闭合功能减退。

3、其他原因:如肥胖、雌激素缺乏等。

临床表现

咳嗽、大笑、打喷嚏、搬重物时尿液不自主的从尿道口溢出。临床可分为三度:

I度:咳嗽、打喷嚏、搬重物等腹压增高时出现尿失禁。

II度:站立、行走时出现尿失禁。

III度:直立或卧位时均有尿失禁。

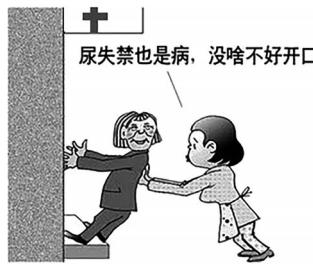
治疗选择

1、物理治疗:盆底肌肉锻炼、生物反馈治疗、盆底电磁刺激。

2、药物治疗:适应于轻度

杏林清风

第4版



近来李奶奶出现一种特殊的情况,一咳嗽、打喷嚏小便就不由自主的流出,开始没太注意,时间长了许多活动都不能参与,特别影响生活,感到很烦恼。其实这种情况称为压力性尿失禁。女性尿失禁发病率较高。

压力性尿失禁

何为压力性尿失禁?

压力性尿失禁指膀胱充盈时喷嚏、咳嗽或运动等腹压增高时不自主的尿液自尿道外口漏出。

发病机制

主要是尿道及膀胱颈支持系统障碍(尿道过度移动)、尿道及括约肌关闭系统障碍(括约肌功能不足及尿道闭合障碍)。

灼灼桃花妙用多

□刘颖



诉衷情·小桃灼灼柳鬱鬱

小桃灼灼柳鬱鬱,
春色滿江南。

雨晴風暖烟淡淡,
天氣正酣酣。

山波黛,
水接藍,

翠相掩。
歌樓酒旆,

故故招人,
叔青青。

春日,百花齐放,极具观赏价值的桃花也朵朵盛开。桃花原产于中国中部及北部,栽培历史悠久,后来逐渐传播到亚洲周边地区,从波斯传入西方,桃花的拉丁名称 Persica 意思就是波斯。桃花更多被人知晓的是它的美容价值,慈禧太后的驻颜面膜也加入了桃花,其实作为一种中药,桃花功效可不止美容养颜!

桃仁

薔薇科植物桃或山桃的干燥成熟种子。果实成熟后采收,除去果肉和核壳,取出种子,晒干。具有活血祛瘀,润肠通便,止咳平喘的功效。用于经闭痛经,癥瘕痞块,肺痈肠痈,跌仆损伤,肠燥便秘,咳嗽气喘。孕妇慎用。

桃枝

薔薇科植物桃或山桃的花。

肘外侧疼痛反反复复发作怎么办?

□推拿科

石志高



夏季采收,切段,晒干。具有活血通络,解毒杀虫的功效。用于心腹刺痛,风湿痹痛,跌打损伤,疮疖。通常外用,如煎汤洗浴。

桃叶

蔷薇科植物桃的叶。果实未成熟前采集,鲜用或干燥。具有祛风清热,燥湿解毒,杀虫的功效。用于外感风邪,头风头痛,风痹,湿疹,痈疮疮疖,面瘫,需要注意的是桃花不宜久服,孕妇禁服。

美容养颜桃花酒

在中医药典籍里提到桃花的美容功效的也不少,如《神农本草经》里谈到,桃花“令人好颜色”;《冯氏锦囊·药性》里也提及“露桃花,除痘毒气,痘疮”;《岭南采药录》里记载“凉血解毒,痘疹用之”。桃花的美容作用,主要是源于花中含有山柰酚、香豆精、三叶豆甙等营养物质,这些物质能扩张血管,疏通脉络,润泽肌肤,改善血液循环,促进皮肤营养和氧供给,使促进人体衰老的脂褐质素加快排泄,防止黑色素在皮肤内慢性沉积等,对皮肤大有裨益。

泻下通便桃花粥

桃花粥,出自《家塾方》,为泻下类药膳配方。具有泻下清热,清热利水之功效。适用于大便燥结,腹中胀痛,或便溏秽臭者,或肠痈属阳明腑实证者,亦可用于浮肿而大小便不通,腹痛干,舌苔腻,脉滑实者。

桃仁

薔薇科植物桃或山桃的干燥成熟种子。果实成熟后采收,除去果肉和核壳,取出种子,晒干。具有活血祛瘀,润肠通便,止咳平喘的功效。用于经闭痛经,癥瘕痞块,肺痈肠痈,跌仆损伤,肠燥便秘,咳嗽气喘。孕妇慎用。

桃枝

薔薇科植物桃或山桃的花。

針灸二科
王艳
杨兴伟
杨文龙

針灸助您一夜好眠



SUI。

3、手术治疗:泌尿生殖膈成形术;耻骨后固定术;尿道中下段悬吊带术等。

4、保守治疗:尿道周围填充物注射等。

中医观点及治疗

本病属于中医“遗溺”“小便不禁”范畴。《诸病源候论·小便不禁候》:“小便不禁者,肾气虚,下焦受冷也……不能温制其水液,故小便不禁也。”

中医治疗:如经阴道子宫切除术、盆腔内较大创伤性手术等损害膀胱及尿道支持组织和尿道组织,使得尿道闭合功能减退。

3、其他原因:如肥胖、雌激素缺乏等。

临床表现:咳嗽、大笑、打喷嚏、搬重物时尿液不自主的从尿道口溢出。

临床可分为三度:

I度:咳嗽、打喷嚏、搬重物等腹压增高时出现尿失禁。

II度:站立、行走时出现尿失禁。

III度:直立或卧位时均有尿失禁。

治疗选择

1、物理治疗:盆底肌肉锻炼、生物反馈治疗、盆底电磁刺激。

2、药物治疗:适应于轻度

杏林清风

至善
传承
创新

中医服务到基层
我院到南涧县中医院开展义诊活动



大理白族自治州中医医院

Dali Bai Autonomous Prefecture Chinese Medicine Hospital

主编:石应聪 副主编:邱逊 大新出(2022)准印内字D020号 网址:http://www.dlzzyy.com/

2022年4月8日

第4期(总第114期)

发送对象:州、县、乡相关单位 (内部资料 免费交流)

白州杏林



精诚

至善
传承
创新

精诚

至善
传承
创新

精诚

杏林清风

至善
传承
创新

杏林清风

6 | 中国中医药报 2022年3月30日 星期三 责任编辑:张梦雪 版面制作:于婧 白宇虹

服务经

让中医药服务融入百姓生活

云南省大理州中医医院 毛双菊

云南省大理白族自治州中医医院坐落于苍山脚下、洱海湖畔,是一所久负盛名的三级甲等中医医院,一代代中医人在苍洱大地上秉承初心,传承国粹,以让广大群众更好地享受中医药服务为己任,耕耘奉献。

近年来,大理州中医医院始终以增进公民健康素质、传播中医药健康文化为目标,组建专家团队走进辖区内20个社区,开展“中医药服务进社区”主题活动20余场次,服务居民5000余人次,发放宣传资料1万余份,用高质量的服务为居民解决健康问题,让更多群众懂中医、信中医、爱中医、用中医。

专家义诊进社区,让中医药服务更便民

“主任,每次挂您的号都很难,今天在家门口就能请您看病,真是太好了!”在活动宣传上看到今天有专家来,我一早就来等了。”义诊时,活动现场总是挤满了前

来求医的群众。名中医专家号一号难求是每一个患者的切身感受。针对这一痛点,每次活动开展前,该院社工部都会提前和社区对接,了解需求,确定服务主题,再有针对性地抽派专家、药师及志愿者为居民送医、送药、送健康,增强优质中医药服务的可及性。

健康科普送上门,让中医药服务更亲民

王女士听了一场中医科普讲座后,逢人便说:“幸好听了这场讲座,让我少走了许多弯路。”原来,王女士一直觉得手指疼痛,怀疑是骨头出了毛病,想去医院骨科就诊。正巧,大理州中医院的医生仔细检查了李大爷的双腿,现场为他扎针,并做了中药贴敷治疗。治疗后,李大爷感觉明显轻松了许多,他由衷地为中医竖起大拇指。

来

求医的群众。

病情很快得到控制。

中医药在慢性病防治中有独特优势。

怎么让专题讲座变得精彩?各位专

家在这方面下足了功夫,在科普讲座中融

入了中医药故事、养生知识、饮食调养等

内容,把晦涩难懂的专业术语变得通俗易

懂、妙趣横生,让老百姓听得懂、记得住。

该院致力于在每一次活动中融入“治

未病”理念,开展中医体质辨识、健康风

险评估、普及治未病知识等,让居民现场体

验该院自制的中药香囊、中医香薰、中医

养生茶、膏方等养生产品,推动中医药切

实融入人民生活。

大理有着如诗如画的景色,更有着深

厚的中医药文化底蕴。大理州中医医院

在接下来的“中医药志愿服务进社区”的

活动中,将继续致力于把中医药健康文

化融入群众的日常工作和生活中,并不断向

周边延伸活动触角,让中医药服务便民、

亲民、更惠民。

70岁的李大爷多年来一直被腰痛困

扰,随着年龄的增长,他已经无法正常行

走。“骨质疏松日”主题活动现场的医生仔

细检查了李大爷的双腿,现场为他扎针,

并做了中药贴敷治疗。治疗后,李大爷感

到明显轻松了许多,他由衷地为中医竖起

了大拇指。

膜改变,直接观察患者咽

喉部的分泌物,评估咽喉

部感觉,评估进食时食团

运送和气道保护、声门闭

合和食团清除等情况。脑

卒中、脑外伤、颅脑肿瘤、

脑膜炎、脑瘫以及头颈部

瘤手术以后存在吞咽障碍

的患者,都需要做FEES检

查来明确吞咽障碍的功能情况。

还有葛洪“橘井”防治疫的故事;

青年杜仲立志为纤夫解除腰膝病痛而舍身采药之传说;翁同龢被朝廷罢官回到故里,在庭院栽种玉兰树,并将采摘的玉兰花裹上面糊,油炸食用以保健养生等故事,至今流传。

树木,春生夏长秋收冬藏,年年岁岁馈赠人类,无言奉献。中医药人将树木加工成药物,或平和或峻猛地送达芸芸众生的五脏六腑,治标治本。屡屡挽危救急,功效神奇。

此评估使用UE可视软性纤维

食管镜,对脑卒中后导致吞咽障碍

患者进行吞咽功能评估,在给患者

吞咽绿染食浓流质和稀流质食物各

3ml和5ml后,可观察到患者吞咽启

动明显延迟,环咽肌失缓迟,会厌谷、梨状窦染色食物残留,并有食物误吸入喉前庭,咳嗽反射延迟。

树木,春生夏长秋收冬藏,年年岁岁馈

果立竿见影,脖子酸痛有所缓解。

治疗师陈鹏、董灿兰、刘振琪、陈晶

医生董翠兰、刘振琪、陈晶、陈晶、陈晶

护士董翠兰、刘振琪、陈晶、陈晶、陈晶

护士董翠兰、刘振琪、陈晶、陈晶、陈晶

护士董翠兰、刘振琪、陈晶、陈晶、陈晶

护士董翠兰、刘振琪、陈晶、陈晶、陈晶

治疗师陈鹏、董灿兰、刘振琪、陈晶

医生董翠兰、刘振琪、陈晶、陈晶、陈晶

护士董翠兰、刘振琪、陈晶、陈晶、陈晶

护士董翠兰、刘振琪、陈晶、陈晶、陈晶

护士董翠兰、刘振琪、陈晶、陈晶、陈晶

护士董翠兰、刘振琪、陈晶、陈晶、陈晶