

# 省基层妇幼保健妇科微创培训基地成立

## 桓台县妇幼保健院院长周克水任基地负责人

8月30日,山东省基层妇幼保健妇科微创培训基地揭牌仪式在桓台县妇幼保健院举行。会上,山东省妇幼保健协会秘书长高亚莉、桓台县妇幼保健院党委书记张勇、共同为“山东省基层妇幼保健妇科微创培训基地”揭牌。

山东省妇幼保健协会秘书长高亚莉,山东省妇幼保健协会副秘书长胡辰生,山东省妇幼保健协会妇科微创专业委员会主任委员延俊元,山东省医

师协会妇科微创医师分会青年委员会副主任委员郎芳芳,山东省妇幼保健协会秘书李丽,桓台县妇幼保健院党委书记张勇,桓台县妇幼保健院院长周克水等出席揭牌仪式。

山东省基层妇幼保健妇科微创培训基地负责人、淄博市妇科内镜学组组长、桓台县妇幼保健院院长周克水在会上做表态发言。

微创技术具有创伤小、出血少、不开刀、并发症少、术后恢

复快等诸多优点,代表着21世纪外科发展的最新发展方向。1998年9月,桓台县妇幼保健院在淄博市成立第一家微创诊疗中心,并顺利完成第一例妇科腹腔镜手术。2003年,微创中心被评选为淄博市第一批“淄博名科”。2013年被国家卫生部列为“全国妇科内镜综合培训基地”。

多年来,桓台县妇幼保健院妇科微创团队不断加强技术创新,先后完成十余项科研成

果,经省级专家鉴定,均达到国内领先水平,并获得淄博市科技进步奖。目前,医院微创妇科患者和学员来自全国各地,北有吉林、内蒙古自治区,西有新疆、陕西,南有浙江、安徽等。

据了解,成立山东省基层妇幼保健妇科微创培训基地,是为了在全省推广微创技术在妇科疾病诊疗方面的应用,进一步规范妇科微创技术操作,

提升我省基层医疗卫生机构妇科微创技术的整体水平。培训基地将定期设立培训学习班,做到内容丰富实用,理论与实践相结合,确保各位学员能够掌握扎实的妇科微创技术的相关理论知识与实践操作技术。同时,桓台县妇幼保健院将以此为契机,不断加强学习和钻研,积极探索妇科微创新技术,努力提升微创诊疗水平,让先进的微创技术更好地造福百姓。

## 淄博市中西医结合医院专家支招颈椎病自我预防

随着电脑、手机的普及,身边许多人都会受到颈部疼痛的困扰,通过治疗后多数症状得到有效缓解,但不能消除。淄博市中西医结合医院专家提醒要及时认识到颈椎病的自我保健康复,有效预防颈椎病。

颈椎病又称颈椎综合征,是由于颈椎间盘退变、颈椎骨质增生、韧带钙化或颈部肌肉损伤等因素导致脊柱内外平衡失调,刺激或压迫神经根、椎动脉、脊髓或交感神经等组织所产生的一组综合征。颈椎病的分型很重要,不同类型颈椎病的治疗方法和预后不一样。

神经根型颈椎病,主要表现为颈部或颈肩部阵发性或持续性的隐痛、剧痛或麻木,在一侧上肢、手背、手指等部位也可逐渐出现放射性疼痛并伴麻木感,疼痛呈烧灼样或刀割样;颈型颈椎病,临床上青年发病居多,主要表现为颈部肌肉僵硬、疼痛、酸胀及沉重不适感;脊髓型颈椎

病,多数以慢性、进行性四肢感觉及运动功能障碍为特征;交感神经型颈椎病,症状复杂,主要表现为枕部疼痛连及头部疼痛或偏头痛、眼窝胀痛、恶心、视物模糊、心悸、肢体怕冷、流泪、多汗、耳聋耳鸣等;椎动脉型颈椎病,典型临床表现为发作性头痛,以枕部、头顶部疼痛为主,可放射到颞部,多表现为发作性胀痛,伴有旋转性、浮动性或摇晃性头晕;混合型颈椎病。

日常生活中要保持正确姿势,还要避免长时间低头看手机、电脑,伏案工作时,坐位靠近桌子,以保持颈、胸部挺直。将桌和椅的高度调整到适当位置;前臂要与桌面平衡,避免工作时缩肩。在同一姿势下工作不要超过45分钟。要注意颈、肩、背部保暖,消除紧张情绪,多做颈部运动锻炼,增强颈部肌肉力量,增加颈部关节活动范围,提高颈部的自我代偿力,防止骨质疏松。

运动颈部,头部上下运动:

头慢慢后仰向上看,然后慢慢低头向下看,都稍停一会儿,尽量做到最大程度。每组重复15~20次。左右转动运动:头从正中开始,慢慢向右转,稍稍停一会儿,然后慢慢往左转,稍稍停一会儿,尽量做到最大程度。每组重复15~20次。后缩运动:要求肩部放松,头部水平后缩,运动时要缓慢。每次运动头都要回到中间位置,每组重复5~10次。头侧屈运动:右手往左侧推头,颈部右侧肌肉收缩,使头往右侧顶,形成“顶”劲儿,并稍停一会儿,力量训练维持5秒后,慢慢放松,然后换方向,重复15~20次。注意不宜用力过猛,不宜突然放手减压。头绕环运动:从头正位,看前方开始,头向下、向右、向上、向左回到前,为绕环一周,然后向相反方向再绕环一周,做到最大限度,缓慢重复做多次,重复15~20次,此方法根据具体情况练习。

郝素香

## 淄博市精神卫生中心专家赴西藏援藏支医

为进一步做好卫生健康援藏工作,根据国家卫生健康委关于严重精神障碍防治项目工作要求和西藏自治区日喀则市实际需求,按照山东省卫生健康委、淄博市卫生健康委的要求,淄博市选派淄博市精神卫生中心医务科白晓雷、疾控科李小鹏两位同志

8月22日下午2点左右白晓雷、李小鹏两位同志会同其他市地援藏支医专家抵达日喀则市和平机场后,日喀则市卫生健康委吴长远副主任、日喀则市疾控中心主任骆孝志等人到机场接机并敬献哈达。随后白晓雷、李小鹏两位同志与此次对口支援的昂仁县卫生健康委晋巴主任进行对接,根据昂仁县卫生健康委提出的要求,共同制定此次支医工作方案。日喀则昂仁县平均海拔4513

米,属于此次援藏海拔最高的县,两位同志为确保尽快完成工作任务,不顾高原反应造成的身体不适,于24日一早随同晋巴主任历经3个小时的山路到达昂仁县,并于当天积极投入到了援藏支医工作中。

截至30日两位同志不顾高原反应带来的身体不适,在昂仁县人民医院、疾控中心共计现场复核诊断、随访管理严重精神障碍患者200余人,制定治疗计划170余名患者,协助疾控中心开展国家严重精神障碍信息系统居家患者随访管理纸质版与电子版录入流程、非在管患者管理要求等工作。

接下来的工作中两名同志将随同昂仁县相关工作人员,进入到昂仁县辖区6个乡、11个牧区开展对于无法集中诊疗复核诊断的疑似患者进行现场复核、诊断、分型和随访管理工作并制定相应的治疗计划,同时指导当地疾控中心、乡镇卫生院严重精神障碍患者随访管理等工作。

## 想种牙?听完专家讲解再决定

# 晨报种植牙讲堂周六开讲

种牙疼吗?种牙贵吗?种牙安全吗?诸多疑虑,让缺牙人群犹豫不决不敢种牙。为解决这一难题,让更多的老年人尽享幸福晚年,鲁中晨报健康大讲堂将邀请专家为广大牙缺失者举办口腔健康讲座,零距离互动、精美伴手礼,让您轻松听讲座,明明白白看牙。

### 六旬老人种牙后体会真切

“牙齿疼痛困扰了我五六年!”家住张店的周大爷今年61

岁,年龄不大,但口腔问题却很多——出血、口气、牙齿缺失、牙龈红肿。因为血糖高,松动的牙齿也没有医生敢为他拔除,疼痛时不时找上门。去年,在医生的建议下,周大爷做了种植牙,如今一口好牙真是“吃嘛嘛香”。

据了解,我国60岁以上的老年人有1.3亿,大多饱受缺牙及活动假牙带来的困扰和折磨。在现实生活中,不少读者朋友对缺牙有哪些修复方式,还停留在镶活动假牙、做固定假牙等传统修复方式上,对种植牙了解并不多。

专家介绍,牙齿缺失对人体消化系统、口齿发音和面部美观等产生较大影响。更严重的是,一颗牙齿缺失后不修复,可能会导致邻牙没有依靠而渐渐歪斜、松动和脱落。种植牙被誉为“人类的第三幅牙齿”,相对于普通口腔修复而言,种植牙更坚固耐用,还可以防止牙骨萎缩,且在恢复牙齿咀嚼功能、维护口腔健康、维持面部外形方面,优势明显。

### 口腔讲堂恶补种牙知识

种植牙手术痛吗?牙槽骨萎缩,还可以做种植牙吗?种植牙可以用多久?种牙后要等多久可以使用新牙?血糖高不是不能种牙吗?很多读者已经意识到种植牙的优势,但对具体细节还存有很多疑虑。为了让读者更加了解种植牙,本周六,本报邀请口腔专家走进晨报健康大讲堂,为广大读者普及种植牙相关知识,开展口腔健康讲座,预防口腔疾病。如您存在牙齿缺失问题或有口腔健康方面的问题,可致电报名参加本次公益活动。

凡报名到场参加讲座的市民都可领取精美伴手礼。

鲁中晨报健康大讲堂,是一个旨在传播医学基础知识,提升市民健康意识的系列医学科普讲堂,来自淄博知名诊疗机构的医学大咖将在此轮流向大家进行健康科普。本期口腔医学专家将现身阐述“种植牙”,帮你解决口腔中的疑惑,还可享受免费的口腔健康检查。

报名热线:2270771

13864438936

时间:9月7日9:20

## 加强专业培训指导 提高儿童听力筛查率

全国儿童听力筛查诊断干预新技术研讨班在淄博举办

记者 翟咏雪 通讯员 张涛 报道

晨报淄博9月3日讯 8月31日-9月1日,由山东省妇幼保健协会、复旦大学附属儿科医院(国家儿童医学中心)、山东省新生儿疾病筛查管理与质量控制中心主办,山东省妇幼保健协会儿童耳鼻喉及听力保健专委会、淄博市妇幼保健协会、淄博市妇幼保健院承办的“第十四届全国儿童听力筛查诊断干预新技术研讨班暨山东省妇幼保健协会儿童耳鼻喉及听力保健专业委员会第一届二次会议暨山东省新生儿听力筛查与诊治技术培训班”在淄博举办。会议邀请到十余名国内外知名专家进行授课。

据《中国出生缺陷防治报告(2012)》数据显示,我国每年约23万新生儿患有听

力障碍,听力障碍已成为我国第二大出生缺陷疾病。有计划地开展儿童耳鼻喉及听力保健工作是各级妇幼保健机构非常重要的一项工作。与会领导希望市妇幼保健院不负重托,发挥好示范引领作用,为推动全市听力筛查诊断干预工作的规范化建设作出贡献。

淄博市妇幼保健协会会长、淄博市妇幼保健院党委书记、理事长、院长张立新在致辞中表示,淄博市妇幼保健院将筑牢与上级医疗保健机构和各位专家的合作关系,充分借助上海复旦大学附属儿科医院、省妇幼保健院的专家和培训资源,增强自身能力建设,不断健全新生儿听力筛查网络技术,发挥好服务基层的作用,将受益人群和影响力扩大到全省乃至全国。



**蟹王府**  
Xie Wangfu Yangchenghu  
名厨主理  
阳澄湖大闸蟹

**中秋送礼就送蟹王府 阳澄湖大闸蟹!**

地址:张店区华光路大润发往东100米! 电话:2288100