

望闻问切寻国潮

用指尖温度“圈粉”

中医康复师杨美娜：每个环节都融入康复师的经验和思考

在母婴护理行业蓬勃发展的今天，“产后康复”逐渐成为年轻妈妈们关注的热词。然而，当市场被良莠不齐的机构充斥时，一位深耕康复领域10余年的85后医师，选择用专业与真诚，为每一位产妇托起健康回归的桥梁。她叫杨美娜，一位以脉象为语言、以银针为笔墨的中医康复师。

产后康复不是奢侈品
是生命的必修课

初见杨美娜，她正专注地为一位突发耳痛的患者进行热敷、推拿治疗，目光沉静如水。“我主要开展产后康复理疗，这位阿姨是产妇带过来的，早上突然耳朵疼，经过患者叙述，综合判断应该是上火所致。”杨美娜一边介绍，一边为患者推拿背部，随后又为患者进行热敷等治疗。

如今，杨美娜在莱山区河西社区卫生服务中心担任中医康复师，守护着产后妇女的健康。从业13年，杨美娜的转型颇显时代印记。从学生时代到早年工作，她一直学习康复学专业，接触各类康复科患者。近两年，康复专业迎来细分，而恰巧她曾在公交车上目睹了一位60多岁的老年人，因年轻时产后骨盆错位未及时矫正致漏尿。“那时我意识到，产后康复需要更



在鱼龙混杂的市场中
做一盏不灭的灯

精细的专业划分。”很快，她便考取了中医康复师资质，运用中医调理的理念改善产后修复，将传统切脉与康复理疗相结合，针对盆底肌修复、腹直肌分离等核心问题，设计出个性化方案。

“很多妈妈以为腰酸背痛是带娃累的，其实是盆底肌松弛和经络淤堵带来的连锁反应。很多产后问题不会在产后立即展现出来，而是在几十年后给老年生活带来不便，所以我们中医讲究治未病，通过提前调理预防病痛，产后康复不是奢侈品，而是每个产妇应该关注的健康问题。”杨美娜说，中医康复的魅力在于，将中医经典理论与康复知识相结合，适当地调整生活习惯，为身体自愈提供良好的环境。

“现在有些机构把产后康复包装成‘美容项目’，用仪器随便照几下就收费上万，甚至因不当治疗使得产妇骨盆错位更严重，这是对生命的漠视。”谈及行业乱象，杨美娜的语气显得格外严肃，她说，自己就曾接诊过一位在美容院接受机器暴力治疗导致二次损伤的产妇，“中医推崇讲求‘柔中带刚’，绝不是越痛越好。”

“随着时代的发展，越来越多的产妇能够意识到产后康复的重要性，但是不少人容易掉进不良机构的消费陷阱，

不但治疗后没效果，还会越治越严重，所以越来越多的人开始不信任产后康复，甚至拒绝做这种项目。”杨美娜介绍，正规的康复师在做产后康复前，会先“辨证”，一百个骨盆有一百种歪法，不可能都使用同一种疗法，所以要结合把脉问诊，辨别症状、原因，再制定治疗方案，“在治疗中，注重手法与仪器相结合，从而达到最好的治疗效果，其中每一个环节都融入了康复师的经验和思考。”

不光要治愈身体
更要疗愈心灵

杨美娜见过太多产妇的泪水，也看被理解被治愈后的微笑：一位30多岁的产妇产后骨盆错位，使全身力线产生歪斜，进而引发手脚变形疼痛。经过骨盆修复、通经络、调整生活习惯等治疗，疼痛减轻了，她笑着说对自己迎来了“新生”；一位白领在产后频繁漏尿，导致缺乏自信，拒绝重返职场，在经过两个月的针灸治疗配合呼吸训练后，她找回了自信；而更让杨美娜感动的是，那些藏在病症背后的故事——有位生了二胎的妈妈，在每次接受治疗时，都默默地流泪，后来才坦言其丈夫认为“产后康复是矫情”。

“真正的康复，是让妈妈们从身体到灵魂，都得到安慰。我常对家属说，产妇的焦虑不是脆弱，是身体发出的求救信号。”杨美娜说，希望越来越多的人能够提高产后康复意识，希望每个产妇都能像重视产检一样重视康复治疗。

YMG全媒体记者 张萍 摄影报道

烟台业达医院神经内二科主任李静——

守护“头”等大事 筑牢脑健康防线

持下和神经内科全体医师的共同努力下，目前医院脑卒中急性期的静脉溶栓均纳入急诊绿色通道管理，可以先诊疗、后付费，均可在急诊室内一站式完成。同时，在影像科的大力支持下，科室也开展了脑梗死患者的急诊一站式CT+CTA+CTP以及急诊磁共振的检查，有大血管狭窄的患者可同时启动急诊取栓治疗。

70多岁从南京来烟旅游的王大爷突患急性脑梗，右侧肢体完全瘫痪、失语，家属面对突发状况手足无措。李静带领团队迅速启动绿色通道，通过精准评估，迅速判断并成功实施了取栓手术。出院时，患者已能独立行走，语言功能完全恢复。“当时我们什么都不懂，是李主任的专业判断给了我们信心。”患者家属至今感念。

医者仁心
科技与人文双重守护

10年来，李静始终坚持科主任大查房制度。在她看来，每一次查房都是对病情的一次全面梳理，也是对治疗方案的一次及时调整。

面对病情复杂、危重的患者，她倾注了更多的精力，认真询问病史，不放过任何一个可能影响诊断和治疗的线索。她耐心地倾听患者及家属的诉求和担忧，用通俗易懂的语言解释病情和治疗方案，确保患者和家属能够充分理解并积极配合治疗。正是这份坚持和严谨，让无数患者得以康复，

重新拥抱健康的生活。“医疗技术的突破，最终要转化为患者的获得感。”李静表示，在工作中常常会遇到一些急性脑卒中的患者，因为就诊不及时、对脑卒中的识别不及时而留下了身体的残障。为了提高居民对脑卒中的认识，在繁忙的工作之余，李静还积极参加医院组织的义诊、科普讲座等活动，宣传脑卒中的预防和急救知识。

这种人文关怀与技术创新并重的理念，贯穿科室发展的始终。面对人工智能掀起的医疗革命，她的思考颇具深意：“科技能分析十万份影像，但无法替代医患紧握的双手；数据能预测疾病风险，但难以计量生命的尊严。”她始终坚信，科技是延伸医者能力的羽翼，而仁心才是医疗永恒的灵魂。

强基固本
打造神经内科“精锐之师”

“学科发展既要‘顶天’对接前沿，更要‘立地’服务百姓。”作为学科带头人，李静深知学科建设和人才培养的重要性。

为了更好地推动科室发展，她为科室做了长远谋划。近几年，在医院的大力支持下，科室每年都会选派优秀青年医师到北京天坛医院、宣武医院、301医院等国家重点医院进修、学习。科室每周还会组织疑难病例讨论和指南学习分享，也会组织科室大夫参加线上、线下学术会议，通过进修、学习，让年轻医师迅速成长。

经过几年的努力，神经内二科各个亚专科实力逐渐显现，目前已经设立了帕金森病、认知障碍、眩晕等专病门诊，达到专病专治、精准诊治。科室副主任钱文军带领的介入团队积极进取，近几年陆续开展了颅内外支架植入术、脑动脉慢闭再通手术以及动脉瘤的介入栓塞手术，成功完成多例急性蛛网膜下腔出血的动脉瘤栓塞治疗，均取得了良好的预后。

在科研方面，她带领神经内二科积极参与天坛医院、宣武医院的多项科研课题，通过参与国家级医院的科研课题，一方面可以提高临床大夫的科研思维，同时可以将新的治疗手段、治疗药物应用到临床，更好地服务患者。

深耕结出硕果。经过多年的发展，在李静的带领下，神经内二科不仅加入了中国卒中中心联盟单位，山东省卒中专科联盟理事单位，也是烟台市临床重点专科，并成为了烟台市静脉溶栓与动脉取栓地图医院。

从急诊的争分夺秒到诊室里的谆谆叮嘱，从青年医师的培养到国家级课题的攻坚，李静以几十年如一日的坚守，诠释着“大医精诚”的深刻内涵。在她的带领下，这支神经内二科团队正以技术创新为刃，以人文关怀为盾，在守护百姓脑健康的征程上砥砺前行，为“健康中国”战略写下生动注脚。

YMG全媒体记者 王修齐
通讯员 孙雨晴

抢救“电风暴”心梗患者
滨医烟台附院胸痛中心硬核打造“黄金救治圈”

本报讯(YMG全媒体记者 慕溯 通讯员 丛昕)近日，滨医烟台附院胸痛中心以通畅救治流程和多学科无缝配合，成功抢救一名急性下壁心肌梗死合并“电风暴”高危患者的生命，再次彰显了医院“黄金救治圈”硬核实力。

65岁的曲大叔，因“反复胸痛5年，再发加重6小时”到滨医烟台附院急诊科就诊。急诊科医务人员接诊后立刻按照胸痛中心流程，开通生命“绿色通道”，1分钟完成心电图并明确做出诊断——急性下壁心肌梗死，并第一时间传输到胸痛中心微信群。患者到达急诊抢救室4分钟左右突发意识不清伴抽搐，心电监护为室颤，急诊科李阳、高丽香主治医师以及王晓峰主管护师等急诊团队立即给予电除颤、胸外心脏按压、静推肾上腺素、胺碘酮等抢救措施。经过4次电除颤和高质量持续心肺复苏，患者终于恢复自主心律。

手术过程中，患者反复出现室颤、室速，立即给予其胺碘酮推，但是效果差。考虑患者系心肌缺血引起电风暴，遂给予其艾司洛尔泵入，4名护理团队成员精准配合监护、给药、除颤、胸外心脏按压等操作，与此同时，手术仍旧在有条不紊地进行，于养生与陈梦瑶主治医师在持续胸外按压的极端条件下，凭借强大心理素质、精湛的技术精准开通冠脉闭塞部位并成功置入支架，完成了血运重建。患者出院1周后，经电话随访，其已逐步回归正常生活。

近年来，滨医烟台附院围绕“一个急诊急救大平台，六大中心”的建设目标，建成“以时间轴为核心的急危重症救治”的“零通道”医疗服务新模式，不断创造生命奇迹。胸痛中心每年接诊胸痛患者2000余例，心梗患者的门球时间控制在50分钟以内，该中心具备一支训练有素、团结协作、精准高效的医护团队，时刻准备为区域百姓提供优质服务。

从就诊到去世不到10分钟

急性会厌炎为何如此致命

本报讯(YMG全媒体记者 刘晋 通讯员 李成修 王婧)近日，“女生喉痛从就诊到去世仅10分钟”的话题冲上热搜。记者了解到，导致这名26岁女孩仅10分钟就窒息离世的罪魁祸首名叫急性会厌炎。

烟台毓璜顶医院耳鼻喉头颈外科主任医师陈秀梅在昨日接受记者采访时，对这一病例做了详细解答。“会厌，作为人体喉部的重要结构，在吞咽时负责封闭气道防止食物误入。当发生急性炎症时，这个部位会迅速肿胀，可能完全阻塞气道导致窒息。”据介绍，这种起病急骤的急危重症，会让患者在数小时内出现最高可达40℃的高热，并伴有剧烈咽痛，甚至出现难以吞咽唾液、言语含糊等症状，最严重时会因气道梗阻而死亡。

陈秀梅告诉记者，急性会厌炎的症状主要有剧烈咽痛、流口水、异物感、发音含糊、呼吸困难等方面。“从起病到出现呼吸困难，一般在4到6个小时之间，病情进展非常迅速。这个时候如果没有得到及时处理，呼吸困难会越来越重，严重的会危及生命。”

陈秀梅表示，导致急性会厌炎的原因有细菌感染、病毒感染、过敏反应、咽喉外伤、邻近器官炎症蔓延等四大诱因，而冬春季是该病的高发期。但需要注意的是，急性会厌炎全年都可能发生。

陈秀梅提醒，如果出现异常咽喉疼痛，尤其伴随呼吸困难，必须立即就医；过敏人群要严控接触过敏原；保持口腔卫生、戒烟限酒、规律作息可降低发病风险；糖尿病患者及免疫力低下者更需提高警惕。

银龄康养 疾控赋能

两部门探索老年健康服务新路径

本报讯(通讯员 张路平)14日上午，烟台市老年福利服务中心与市疾控中心正式签署“疾控赋能·银龄康养”建设合作协议，旨在整合疾控专业力量与养老服务资源，探索老年健康服务新路径。

此次合作以“优势互补、共创双赢”为理念，是破解老龄化难题的关键举措。通过打破部门壁垒，实现资源效能最大化，在疾病预防、健康管理、健康教育等领域展开深度协作，进一步优化老年人健康服务的供给能力，为提升我市老年人健康管理服务水平提供创新实践路径。下一步，市老年福利服务中心将与市疾控中心联合建立监测预警、疫情报告等长效机制，搭建信息共享、联合培训等合作平台，共同创建疾控养老协同服务品牌。



4月11日，运动减重全国多中心临床研究烟台试点启动仪式暨体重管理能力提升培训班在莱山区黄海明珠社区举办。烟台各区市卫健局疾控科负责人，各区市疾控中心分管领导及慢病科、营养与食品卫生科负责人，滨州医学院公共卫生学院科研团队部分教师代表以及各附属(教学)医院从事慢病防治和体重管理相关科室医护人员、社区居民等400余人参加了启动仪式。YMG全媒体记者 徐峰 通讯员 常静 摄

无偿献血

让生命更健康让烟台更文明