

市中医医院：

推动中医药康养与文旅深度融合

近日，市中医医院紧扣“做实泉城扁鹊堂工作、延伸中医服务网络、提升品牌影响力、构建广泛覆盖的基层中医服务体系”核心目标，举办泉城扁鹊堂提质增效研讨活动。

医院全面总结了“泉城扁鹊堂”建设以来在中医药服务供给优化、特色诊疗项目打造、中医药产业融合发展等方面取得的阶段性成效。针对后续提质增效工作，明确将从五大维度推进十四项具体措施：在人才与技术帮扶上，通过开

放免费进修通道、开展定制化特训、推行“一科扶一堂”精准模式及落实医保政策帮扶，夯实基层中医服务能力基础；在品牌宣传推广上，围绕“按症寻医、按需选择”导向丰富品牌内涵，依托微信公众号、视频号、抖音等新媒体及电视、报纸等传统媒体拓展渠道，强化泉城扁鹊堂品牌辨识度；在文化推广上，以“中医生活化、文化场景化”为原则，推进扁鹊文化“六进”活动及中医药文化体验活动，厚植中医药文化发展底

蕴；在产品体系上，联合优质企业研发康养产品，拓展线上线下销售渠道，成立药膳研究会推动药膳开发，统筹非医疗业务发展；在服务效能上，推广“全院一张床”模式、扩容中医适宜技术项目、完善治未病服务体系，持续优化群众诊疗体验。

皮肤科、医务科等相关科室及豫让桥社区卫生服务中心泉城扁鹊堂负责人围绕“泉城扁鹊堂”提质增效工作发言。市中医医院将以“泉城扁鹊堂”建设为

核心抓手，积极发展针灸、推拿、艾灸及扁鹊非遗疗法等中医特色治疗项目，高标准推进品牌建设与服务升级，全面发挥中医药在“治未病”、疾病治疗和康复中的独特优势，进一步扩大优质中医服务覆盖面，带动全市40家泉城扁鹊堂，构建起“一刻钟中医服务圈”，让“下楼即把脉，拐角遇良医”从愿景变为现实，让群众能够随时随地享受到便捷、高效的中医药健康服务。

（刚勇、李云虎）

市中心医院专家提醒：

颈椎病怎样治疗

►寻医问诊台 邢台市中心医院

【专家名片】王小卫，市中心医院神经外科四病区副主任医师，在神经脊柱脊髓、复杂头颈血管显微外科、神经介入、颅脑创伤、脑出血及颅内肿瘤方面临床经验丰富。

信都区张先生：最近总是感觉颈部僵硬不适，左手麻木，走路有踩棉花感，经检查发现是颈椎病，想问一下什么是颈椎病？

王小卫：众所周知，脊柱是身体的支柱，是由一节节椎体堆叠形成的，而每一块椎体都有一个椎孔，这样由一个个椎孔形成的管腔就叫椎管，主要包括脊髓、脊髓被膜、脊神经根、血管及少量结缔组织等。颈椎病是一种由颈椎部位的退行性病理改变引发的疾病，主

要原因是由于颈椎长期劳损、骨质增生或椎间盘突出、韧带增厚等因素压迫脊髓、神经根、椎动脉而引发的临床综合征。常见类型包括神经根型、脊髓型、椎动脉型和交感型四种。此病多见于长期伏案及低头工作的人群，尤其是办公室工作人员、使用手机和电脑的人群等。近年来随着智能手机等电子产品的普及和应用时间延长，发病率逐年增加，而且趋于年轻化。

襄都区赵先生：颈椎病有什么症状？做哪些检查才能发现？

王小卫：颈椎病的症状包括颈部疼痛、僵硬，四肢麻木无力，行走踩棉花感，头晕、视物模糊、耳鸣、恶心、呕吐等。交感型颈椎病伴有头晕、头痛、记忆力减退、心悸症状；食管型颈椎病一般表现为进行性吞咽困难等，严重时出现四肢瘫痪、大小便异常、性功能异常等症状。

针对颈椎病的检查项目最常见是颈椎MRI、颈椎CT、颈椎X片，他们各自检查的侧重点不同，形成互补。颈椎MRI是一种利用磁共振

成像技术观察颈椎结构变化的无创检查，能清晰显示椎间盘、脊髓、神经根及周围软组织，是明确椎间盘突出、椎管狭窄常用检查方法。颈椎CT，能看到颈椎骨质情况，查看是否有骨折、骨质增生、小关节退变、颈椎韧带骨化、先天性骨性畸形等。颈椎X线平片检查用于评估颈椎骨骼结构、生理曲度及关节关系等。

沙河市王女士：颈椎病需要手术治疗吗？生活中需要注意什么？

王小卫：大部分神经根型颈椎病患者可通过非手术方法治疗，如物理疗法、运动疗法、针灸、按摩、药物治疗等来控制症状，减少复发。脊髓型颈椎病和保守治疗2个月症状不缓解或症状加重的其他类型颈椎病，需要手术治疗。一般以前入路微创手术为主，如（ACDF）（ACCF）（ACAF）等。对于单纯神经根型颈椎病也可行后入路显微镜下单纯减压术治疗，神经外科把显微镜技术引入颈椎病治疗，具有手

术时间短、创伤小、减压充分，效果显著等特点。病变复杂且累及多节段的可行后入路单开门手术，双开门手术，也可前后联合入路手术。同时，生活方式的改善也是预防和治疗颈椎病的重要措施，如避免提重物，避免长时间低头、伏案工作，适当的颈肩部肌肉运动如游泳、打羽毛球、八段锦等对缓解颈椎病有帮助。

在此，特别提醒大家：预防颈椎病需从日常习惯入手，保持良好生活习惯，避免低头办公、查看手机时间过长，适当抬高办公电脑高度与眼睛持平，保持良好工作、学习姿势，控制用颈时间、加强体育锻炼，从而预防或延缓颈椎病进展。如果出现颈部僵硬不适、肢体麻木、走路踩棉花感等症状，请及时到医院就诊。若发现脊髓受压明显的脊髓型颈椎病，即使症状轻微，也建议积极手术治疗，避免出现轻微颈部损伤后肢体瘫痪、大小便失禁等严重后果。

（李燕蕊、王传利）

省眼科医院专家科普：

眼睛为何能提示血糖问题

文明健康

提到糖尿病，很多人第一时间想到的是血糖数值、胰岛素，却很少把它和眼睛联系起来。但在眼科医生眼中，眼睛是发现糖尿病的“天然警报器”——早在血糖异常影响全身器官前，眼底可能就悄悄发出了“求救信号”。今天我们就来聊聊，眼睛为何能提示血糖问题，出现哪些症状要警惕，以及发现异常后该如何应对。

一、眼睛为何能反映血糖异常？

我们的眼底视网膜上分布着许多细小血管，它们像一面镜子，能直观地反映出全身血管健康。当血糖长期偏高时，血液中过多的葡萄糖可能会慢慢损伤血管内壁，初期可能使血管壁变脆、通透性增加，随后可能出现

管腔狭窄、堵塞，甚至出现不健康的新生血管。

视网膜组织比较脆弱及敏感，一旦血管出问题，视网膜的供血供氧就会受影响，这些损伤在早期可能不易察觉，但通过专业的眼底检查，医生能清晰看到血管的细微变化，比如是否有出血点、渗出或者微血管瘤。因此，不少人没做过血糖检测，却在眼科检查时意外发现了自己早期血糖异常。

二、眼睛出现以下症状，可能是血糖在“报警”

当血糖异常影响到眼睛时，身体可能会出现以下表现，建议及时检查。

视力波动：如突然看东西模糊，看远处和近处切换时反应变慢，甚至白天看东西有“雾蒙蒙”的感觉，这可能与血糖波动引起晶状体渗透压改变有关。

眼前有“小影子”晃：如感觉有飞蚊、黑影或蜘蛛网状的阴影在眼前飘来飘去，尤其在看白墙、蓝天时更明显，这可能是眼底视网膜血管出血进入到玻璃体腔所导致的。

看东西变形、重影：如看直线变弯曲，视物变形，可能是血糖异常导致眼底负责精细视觉的黄斑区出现水肿所导致的；如看东西重影，可能是血糖异常导致的眼外肌麻痹，造成了眼球运动障碍；如视野中出现一块“黑影区”，看东西视野不全，这可能是血糖异常导致视神经损伤所致。

三、发现异常后这样做

第一步：进行基础检查，了解身体状况

建议去医院检测空腹血糖，餐后2小时血糖，必要时进行糖化血红蛋白或糖耐量测试，以评估血糖状况。同时，到眼科进行眼底检查

（如眼底镜、眼底照相），帮助判断眼底血管是否有损伤以及损伤的程度。

第二步：根据检查结果，进行针对性治疗

控制血糖是关键。无论是否确诊糖尿病，都应注意饮食均衡、适度运动，必要时在医生指导下使用药物，将血糖维持在合适范围内。良好的血糖控制有助于减缓眼部血管的进一步损伤。

眼底问题要及时治。如果眼底已经有轻微出血、渗出，医生可能会建议使用改善微循环的药物；如果损伤较严重，也可能需要做激光治疗或眼内注射，以保护视力功能。

温馨提示：即使没有眼部不适，糖尿病患者或血糖偏高的人群也建议每年进行一次眼底检查，要及时关注眼睛发出的信号，有助于更好地维护视力与身体健康。

（王艳辉）

左右；

1-2岁：平均每年长高12厘米左右；

2-3岁：平均每年长高8厘米左右；3周岁到青春期：平均每年长高5-7厘米左右。

1.胎儿时期孕妇要注重孩子宫内的营养，避免低体重儿、小于胎龄儿的出生；

2.婴幼儿阶段重视孩子的养育照护，发现有生长偏离及时纠正，为孩子的生长打下良好的基础；

3.学龄期定时进行生长发育监测，重视孩子的营养、睡眠、运动、心理、环境等因素影响，发现生长偏离及时干预；

4.虽然进入青春期有个相对长得快的猛长期，但整个青春生长也是有限的，不能盲目地等待。（鲁涛）

质量显著提高。该患者的成功治疗，充分展现了中医药在治疗2型糖尿病及慢性肾病方面的独特优势。

近年来，沙河市中医院在治疗慢性肾功能衰竭、改善肾功能等方面，与西医药配合治疗，发挥协同作用展现出良好的效果，形成了独特的优势。

（乔润佳、蔺伟华）

市人民医院儿一科：

巧取儿童消化道“致命金属”

4岁女孩误吞7颗磁力珠，X光显示珠体已在消化道内相互吸引成串，随时引发生命危险；1岁多男童玩耍时不慎将螺丝钉吞入胃内；6岁男孩吞下金属徽章，尖锐边缘已划伤食管黏膜。日前，三名患儿被紧急送到市人民医院儿一科就诊。

时间就是生命，市人民医院儿一科团队接诊后立即启动应急救治体系。他们联合内镜中心、麻醉科，凭借标准化应急流程与微创技术，力争在短时间内完成每一例取出术，最大限度减少误吞异物带给小患者的伤害。

由于异物位置深、体积小且材质锐利，传统手术创伤大。儿一科团队多方面综合评估风险考虑后，为尽快取出异物，最大程度减少对患儿的伤害，决定行“经内镜下网套取出术”。在多学科紧密配合下，该团队凭借丰富的经验和精

湛的技术，在不到10分钟的时间内（磁力珠仅用时4分钟），分别为三位患儿成功实施了“零开腹、零并发症”的消化道异物取出术。术后三名患儿均恢复良好，重新露出灿烂笑容。

市人民医院儿一科是我市唯一以诊治儿童感染性疾病和消化系统疾病为特色的专科科室。科室开设了幽门螺杆菌检测、儿童胃肠镜检查及治疗、小儿食物过敏专科门诊、营养不良及肥胖门诊。该科有床位41张，医护团队共27名，其中高级职称7名、硕士研究生导师3名、中级职称13名，技术力量雄厚。

作为邢台市医学会儿科专业委员会主体及市重点学科，全科医护人员将以高度的责任心、真挚的爱心、雄厚的医疗技术和先进的检查设备，为患儿提供高效、优质医疗服务。

（张丽丽）

临城县人民医院：

推进医德医风建设

为改善群众就医体验，近段时间以来，临城县人民医院持续深化医德医风建设，努力构建群众满意的医疗服务环境。

该院印发了医德医风提升行动方案，成立了由院领导任双组长的整治领导小组，通过定期召开专题会议，研判突出问题，制定改进措施，确保整治工作方向明确、推进有力。

为推动党建与医德医风教育深度融合，该院层层传导整治要求，增强全院职工对医德医风建设重要性的认识。特别是加强对青年医务人员、实习人员的专项培训和服务礼仪教育，推动“以患者为中心”的服务理念内化于心、外化于行。

邢台医学院第二附属医院东院区（邢台市肿瘤医院）专家提醒：

秋季腹泻防护指南,请您查收

对于免疫力较弱的儿童和老年人来说，深秋季节是腹泻的高发期，这是一个需要警惕的健康威胁。

秋季腹泻的高发人群

一、婴幼儿。6个月至2岁的婴幼儿消化系统尚未发育成熟，免疫功能也不够完善，对轮状病毒等病原体的抵抗力较弱。一旦接触到被污染的食物或水源，就容易被感染。此外，这个阶段的孩子常常有吃手的习惯，如果不注意手部卫生，就大大增加了感染病毒的风险。

二、老年人。秋季气候多变，老年人适应能力相对较差，胃肠道更容易受到寒冷刺激，导致功能紊乱。加上部分老年人可能患有慢性疾病，如糖尿病、心血管疾病等，长期服用药物也可能影响肠道菌群平衡，使得他们更容易受到秋季腹泻的侵袭。

三、免疫力较弱的人群。患有基础疾病（如艾滋病、恶性肿瘤等）、正在接受免疫抑制剂治疗或长期处于压力状态下的人群，由于自身免疫力较低，无法有效抵御轮状病毒的入侵，也属于秋季腹泻的易感人群。

四、饮食不规律的人群。在秋季，不良的饮食习惯会打乱肠道正常的消化节奏，导致肠道功能紊乱，削弱肠道的屏障功能。此时，肠道更容易受到轮状病毒等病原体的攻击，从而引发秋季腹泻。

全方位预防秋季腹泻

如何有效预防秋季腹泻呢?别着急，这里为大家准备了一份实用的预防指南：

一、饮食卫生是关键。俗话说“病从口入”，在预防秋季腹泻时，饮食卫生绝对是重中之重。

二、腹部保暖不可少。秋季昼夜温差大，一定要注意及时增添衣物，尤其是腹部的保暖。

三、增强免疫力是根本。拥有强大的免疫力是预防各种疾病的根本，预防秋季腹泻也不例外。

四、疫苗接种很重要。接种轮状病毒疫苗是预防秋季腹泻最有效的方法之一。

五、注意个人卫生。勤洗手是预防秋季腹泻最简单、最有效的方法之一。无论是在饭前便后，还是在接触公共物品后，都要用流动的水和肥皂（或洗手液）揉搓双手至少20秒，确保手心、手背、手指缝、指甲缝等部位都能清洗干净。

虽然秋季是腹泻的高发期，但只要我们掌握了科学的预防方法，养成良好的卫生习惯和健康的生活方式，就能有效降低感染的风险。让我们从现在做起，从身边的小事做起，为自己和家人的健康保驾护航，在这个美丽的秋季，尽情享受生活的美好，远离秋季腹泻的困扰。

（徐丹丹）



近日，华北医疗邢台总医院组织内

科、外科、妇科、儿科、眼科等科室医护人员，走进信都区浆水镇关帝峪村开展“义诊服务进乡村 送医送药送健康”活动。

（郝贝贝摄）

拍卖公告

受委托，定于2025年10月31日上午10时00分在沙河市公共资源交易中心四楼公开拍卖：沙河市水务局（朱庄南灌区）所属部分房屋三年租赁使用权。有意竞拍者请持有效证件及保证金（5000元/处）回执单（以实际到账为准）于2025年10月30日16时前到沙河市公共资源交易中心四楼换取保证金缴纳确认函并办理报名手续。

开户单位：沙河市公共资源交易中心
开户行：中国银行沙河支行
账号：101124297824
开户单位：沙河市公共资源交易中心
开户行：中国建设银行沙河支行
账号：13001656208050507145
展示时间：2025年10月29日—10月30日
展示地点：标的物所在地
咨询电话：0319-2296818
公司地址：邢台市信都区冶金北路律师大厦908室

河北晟荣达拍卖有限公司
2025年10月22日

公告

兹由邢台达圣建设工程有限公司于2024年5月12日至2025年10月21日实施的邢台路桥建设集团有限公司德鄆高速公路（德城）至高唐段工程桥涵施工已全部完成。《桥涵施工劳务分包合同》已按要求履行完毕。农民工工资已全部发放到位无拖欠，如有农民工工资纠纷均由我公司负责解决并承担一切后果。

特此公告！
邢台达圣建设工程有限公司
2025年10月21日

沙河市中医院：

治疗慢性肾衰竭疗效显著

近日，沙河市中医院肾病内分泌科收治了一位2型糖尿病伴慢性肾衰竭患者，通过中西医结合治疗取得显著疗效。

该患者住院期间，接受了结肠透析联合中药治疗。出院后继续进行中药调理，采用补肾健脾、活血化痰、利湿降浊等治

法，肌酐水平从三个多月前的548umol/L降至21307umol/L。同时，患者口干、乏力、嗜睡、夜尿频多等症状也明显改善，生活