

泰州市中医院 30 个科室专家最不希望您做的事……现在知道还不晚！



健康，源于生活的点点滴滴
泰州市中医院各
科室的名医大咖们
每人列出了一件
“最不希望大家做
的事”
快来看看吧！
如果您还在做，
赶快改掉，小心惹病
上身！

风湿病科 主
任：李丽萍

不希望您：麻辣小龙虾+啤酒、没完没了吃蚕豆

每年进入5月份，小龙虾、蚕豆大规模上市，都会出现一个痛风高发期。特别是小龙虾配啤酒，危害极大，小龙虾含有丰富的嘌呤，啤酒中含有分解嘌呤的催化剂，两者会发生化学反应，导致尿酸增高，诱发痛风，导致关节红肿、发炎，并带有剧烈的难以忍受的疼痛感。此外，泰州地区市民喜欢吃蚕豆，每年蚕豆上市，因为吃蚕豆就停不下来而引发痛风的市民非常多，豆类食物中含大量的嘌呤，过量食用也会引起痛风。

痛风多发于男性，一旦诊断为痛风，一定要控制饮食，不要以酗酒为庆祝，不要把大块肉当作乐趣，酒、动物内脏、荤汤、海鲜、豆制品都在限食之列。

儿科 主任：王爱珍

不希望您：宝宝感冒发烧，使劲捂，不出汗不要慌

春天气温反复，忽高忽低，孩子容易感冒发烧，有的家长认为发烧后多穿点多捂捂，以致出现一身汗来就能退烧，其实这种做法有害无益，尤其是新生儿、宝宝，极易造成“捂热综合征”，导致孩子出现大量出汗，虚脱、缺氧窒息，发生抽搐，甚至呼吸衰竭，严重者还可能引起心律失常和器官衰竭，抢救不及时可致患儿死亡。此时正确的方法是松解包被，或将衣扣稍微解开，以便充分散热，同时做到手脚保暖，宝宝感冒病情严重时应及时就医。

很多家长担心孩子受凉，睡觉时加盖过多的被褥，甚至用被子捂住头部，这些都容易导致孩子出现“捂热综合征”。

针灸推拿科 主任：邹勇

不希望您：久坐不动

许多上班族长期伏案，往往一坐大半天，长时间保持单一姿势，使得肌肉韧带疲劳，从而导致了颈椎、腰椎疾病的发生，同时，久坐不动还会导致血液循环缓慢，气血不通，长此以往则会引起高血压、高血脂，心脏机能衰退，尤其一些中老年人，久坐还容易诱发心肌梗塞和脑血栓形成。

所以，当非坐不可时，尽可能不要无精打采地弯着腰，而是要坐有坐相，挺直自己的胸膛，另外，要提醒自己每半小时起来走一走。

骨伤科 主任：王铎

不希望您：做“拇指族”、手机控

手机玩不停，拇指族的很受宠！如今“拇指族”随处可见：紧握手机，拇指飞快地拨动屏幕，发微信、刷微博，玩王者荣耀等等，拇指腱鞘炎发病率不断攀升。长时间反复多次运动，肌腱过度摩擦，会引发肌腱和腱鞘的损伤性炎症，拇指关节酸胀、发痛，屈伸困难、疼痛，手指无力，甚至还会出现“咯咯咯”的弹响声。

如果出现以上症状，也不必太过担心，关键是改变习惯，减少使用拇指的频率，如果症状一直没有消失，或者疼得厉害，应该及时就医。

老年病科 主任：谢桂香

不希望您：不生病，就不去医院

很多人觉得自己没有不舒服，就认为没病，从而忽视定期体检，一些中老年人常见病：高血压、高血脂、糖尿病等，在前期并没有症状，只有靠检查才能发现，但等到有了症状，并发病就已经来了，这时候治疗起来就比较棘手。无论如何，及早发现疾病是成功治疗的关键。

键，这主要靠定期体检，定期对身体各器官做评估，把疾病控制在萌芽阶段。

耳鼻喉科 主任：於荣铸

不希望您：爱抠鼻孔

从临床来看，90%的流鼻血现象都属于鼻腔内毛细血管破裂导致的血管性流血，与抠鼻孔有关，特别是小儿。除了爱抠鼻孔有些小孩还喜欢往鼻孔塞笔、橡皮、棉花等异物，鼻孔发炎，甚至存留于鼻腔的异物会不时刺激鼻黏膜，引起充血、肿胀，以致感染等。

有些小孩患有过敏性鼻炎或者鼻前庭湿疹，因制痒，就喜欢抠鼻，用塞东西摩擦来缓解痒症，所以如果发现孩子总是抠鼻孔，或者不明原因的流鼻涕、有臭味时要及时带孩子看医生。

心血管病科 主任：张永光

不希望您：感冒还进行剧烈运动

有些人认为感冒时去跳绳、打球、跑步，以为加强血液循环，出一身大汗便可以有效驱除感冒，这是不对的。引发感冒的病毒，可以直接感染心包及心肌组织，如果在心肌损伤初期，不注意休息，仍然从事剧烈运动，如跳绳、游泳等，可以使心跳加快，增加心脏负担，致使心脏得不到很好的修复，从而加重心脏病变，引起心肌梗，甚至可能引发暴发性心肌梗，非常凶险，威胁生命。

不是任何时候都适合运动，也不是所有运动都有利于健康。轻度感冒时可以适当运动，但只能进行温和的运动，放松身心。

肺病科 主任：丁元华

不希望您：一边治疗，一边吸烟

吸烟，不仅会大大增加冠心病、高血压等疾病的患病率，也是引起支气管管炎、肺癌等呼吸疾病的首要风险因素。有些市民直到生病住院医生生了，还会一边治疗，一边抽烟，有些患者生病时决定戒烟，但病情一旦得到缓解，再度复吸。

做不到控烟、戒烟，那么一切治疗都是徒劳！

眼科 主治医师：陆毅

不希望您：睡前关灯玩手机

长期在暗环境下看手机，很亮的屏幕与漆黑的环境，亮度对比度太大，会加剧眼睛的调节系统负担，引起视疲劳，眼干、眼胀、眼涩，异物感，视力模糊，甚至引发黄斑病变，造成不可逆的视力损伤。

在日常生活中，长期接触强光屏幕的人群要调整好手机屏幕的对比度，尽量在房间开一盏照明灯，缓和一下屏幕和环境间亮度的差距，这样能对眼睛起到保护作用。

内分泌科 副主任：顾建伟

不希望您：暴饮暴食、高盐高脂

长期暴饮暴食，不仅会造成消化功能紊乱，引起胃肠道病变，还会导致内分泌失调，血糖血脂瞬间升高，威胁健康；此外吃的太多太好，多余的“营养物质”堆积在体内，造成营养过剩，引起肥胖，肥胖又会带来包括心血管疾病、高血压、糖尿病、脂肪肝、胆囊炎等一系列疾病。

口腔科 主任：假文庆

不希望您：经常咬嘴唇，咬笔、咬指甲

你平常是不是也喜欢咬个嘴唇，耍个萌？！殊不知这个小动作，会让你患上下层粘液囊肿；口腔黏膜下组织内分布着数以百计，能分泌无色粘液的唾液腺，称为粘液腺，以下唇、软腭、舌尖腹面分布最多，经常咬嘴唇会使排泄管受到创伤，粘液外漏而形成囊肿；除了咬嘴唇，还有些小儿喜欢咬笔、咬指甲，这种不良的喜欢会引起上颌前牙前突，即平常所说的龅牙。

皮肤科 主任：王根林

不希望您：在不正规的休闲场所修脚、刮脚

经常修脚、刮脚会破坏皮肤本来的屏障保护作用，再加上公共娱乐场所环境卫生情况堪忧，而一旦其他人携带某种致病病毒，再使用污染的修脚工具通过损伤的皮肤和粘膜而引起交叉感染；临床上，因为喜好在休闲场所修脚、刮脚而感染丹毒、尖锐湿疣的患者屡见不鲜，严重者甚至会感染梅毒、艾滋病。

建议：尽量改变习惯，不去去休闲场所

修脚、刮脚，修脚爱好者的脚部或脚丫处出现水泡、流水、溃疡等症状要及时就医。

肾内科 主任：马腾

不希望您：经常憋尿

正常的排尿不仅能排出身体内的代谢产物，对泌尿系统也有自净作用。憋尿时膀胱胀大，膀胱壁血管被压迫，膀胱黏膜缺血，抵抗力降低，细菌就会乘虚而入，容易引起尿路感染，膀胱炎、尿道炎等泌尿系统疾病，严重者还会影响到肾脏功能。

脊柱科 副主任：沈绍勇

不希望您：葛优躺

“葛优躺”火了，很多人跟着模仿，躺在沙发看电视玩手机，一躺就是一下午，殊不知这样的动作非常伤腰，长期以往会导致腰肌劳损，引起腰疼疼痛，腰椎间盘突出，严重还会导致坐骨神经痛，痛坐一时爽，最后受害的还是自己。

坐有坐相、站有站相，保持住身体自然的曲线，对身体也是最健康的，生活里要避免久坐久卧、坐得太低，避免过度劳累，适当休息，合理进行腰背肌的伸展、锻炼。

情志病科 主治医师：张丽萍

不希望您：习惯性熬夜

生活习惯与心理、精神健康密切相关。长期的熬夜，会导致人体的褪黑素分泌不足，从而神经递质紊乱异常，从而出现各种情绪问题。日常生活养成规律的生活习惯，顺应自然，保证充足的睡眠时间。

脾胃病科 主任：肖建国

不希望您：总是趁热吃

趁热吃，有趁热的学问，吃不对，是要出事的。我们泰州是食管癌高发地之一，临床发现很多食管癌患者，他们有一个共同的特点，就是喜欢吃滚烫的食物，长期吃烫食，每顿饭都很不得刚刚出锅就吃，狼吞虎咽。人体食道黏膜非常娇嫩，只能耐受50℃至60℃的食物，超过这个温度就容易被灼伤破损发炎，长期进食过烫食物，持续的炎症刺激会导致过度修复，感觉是越来越不怕烫，实际上却慢慢从浅表性炎症、溃疡发展成恶性增生，最终形成癌变。所以，刚出锅的食物您得悠着点吃！

同时建议有家族史、长期抽烟喝酒、40岁以上的人每年做一次胃镜，检查食管和胃部情况。

妇产科 主任：王赛莉

不希望您：认为“洗洗更健康”，频繁冲洗阴道

女性阴道并不是像广告中说的那样“洗洗更健康”，有些女性朋友会自行去药店购买清洗药物，频繁使用药物、洗剂冲洗阴道，其实这样更容易染病。女性阴道有正常的菌群存在，其中乳酸杆菌，承担着抵抗外来病菌清洗、阴道自净的使命，频繁进行阴道冲洗，会扰乱阴道内正常的菌群环境，破坏阴道内的酸碱平衡，不利于乳酸杆菌的生长，造成自身抵抗力下降，更容易引起细菌滋生，从而导致妇科疾病。

所谓的“净”，其实不净。正常情况下，每天只建议用清水清洗外阴，做到内裤勤换勤洗即可。

产科 主任：张玉

不希望您：怀孕就是一个人吃，两个人补

准妈妈吃怀孕之后，想着肚子多了一个人就大吃特吃，殊不知摄入过多的营养会对自己和宝宝带来健康隐患。对产妇来说，不仅体重会超标、身材走样，还会诱发妊娠期糖尿病，不利于胎儿的生长，妈妈营养过剩，胎儿易长得过大，形成巨大儿，还可能引发难产。

准妈妈在孕期无需特别的进补，从孕中期开始，每天只需要比普通人增加200卡路里（算起来也就是多吃一两鱼肉蛋、一片面包，外加一份水果），保持营养均衡最重要；最好监测体重变化，孕中晚期每周体重增加半斤到八两是比较正常的，如果体重猛增，应当适当调整饮食习惯。

泌尿外科 主任：何国华

不希望您：喝太少、加咖啡饮料多喝水

肾脏是30岁到40-60岁之间的中年人、近年来逐渐呈现年轻化趋势，且特别青睐那些长期

久坐的白领，他们每天坐在电脑前，往往忙一个上午才会想起来喝口水，坐的时间长，活动时间少，水分补充少而流失多，尿液相对浓缩，结石基质容易聚集；也有些年轻人，为图口感，追求时尚，渴了不喝白开水，把咖啡、饮料当水喝，再加上熬夜、抽烟、饮食不规律等情况，都加速了结石的形成。

预防肾结石的方法主要是多喝水，尤其在高温环境下，同时要多活动，这样有助于细菌和易生成结石物质快速排出体外，减少肾脏和膀胱受累的机会。

脑病科 主任：全亚萍

不希望您：脾气暴躁，为点小事就大动肝火；爱生闷气、瞎操心

中风病的发生与情绪息息相关，其中特别要警惕成为易怒的“咆哮帝”以及情绪持续低落、爱生闷气的“林妹妹”。生活中有些人易怒，脾气暴躁，动不动就发脾气，大动肝火，血中有风，肝火大，脾气大，肝阳化风，血液就会凝固，容易发生脑梗、心梗；临床发现情绪暴躁、易怒性格的人出现中风的风险要比其他人高，有高血压的朋友更应该避免暴躁；有些女性朋友们爱生闷气，爱委屈就憋在心里，爱琢磨瞎操心，长此以往也会增加心脑血管疾病风险，甚至直接诱发中风。

肛肠科 主任：汤翔

不希望您：上厕所也抱着手机

长时间蹲厕所、玩手机，不仅不卫生，还会延长排便时间，让排便者长期保持排便姿势，造成肛门充血，长此以往会诱发痔疮；排便时间延长，还会造成直肠黏膜脱落等疾病；此外，玩手机必然会分散排便时的注意力，想便便的感觉不留神就错过了，这样就会导致便意迟缓或没了便意，人为引起便秘。

养成良好的排便习惯对健康非常重要，日常中应培养每天定时主动排便的习惯，用最短的时间排便，最好在3-5分钟内结束“战斗”。

微创外科 主任：张炜

不希望您：不关心自己的排泄物

冲厕所前看一眼，是一个相当好的习惯。大便就像一面镜子，可以反映出肠内环境；如果大便有出血情况，很多人会认为是痔疮，其实不然，诊断痔疮一定要排除直肠癌的可能，防止因误诊而延误治疗。正常的大便应该成形的、规律的：健康人群每日或隔日排便一次，为黄色成形软便；一旦出现黑便、血便或者不明原因的腹泻、便秘都要引起重视，及时就医。

了解大便的种种形态，就相当于免费体检，建议大家要像知道天气预报那样了解自己的排泄物，关心大便的颜色，形状，气味等。

影像科 主任：陆冰

不希望您：忽视定期做肺部的检查，特别是吸烟者

八成肺癌患者就诊时已是中晚期，因而定期做CT筛查肺部肿瘤很重要。中年以上、特别是有抽烟史人群，是肺癌的高危人群，除了尽早戒烟外，应每年进行定期胸部肺部检查（低剂量CT检查）；没有吸烟史的非高危人群，除了要做到拒绝被动吸烟，也要重视并积极治疗肺部慢性慢病。

提高筛查率、早期诊断率、早期治疗率是提高肺癌治愈率的最重要的措施，因为如果确诊为早期肺癌的，进行手术切除，5年生存率可达到80%以上，发现的早晚对肺癌患者来说，意义重大。

康复科 主任：杨波

不希望您：中风后不重视康复训练，从而错失黄金康复期

中风偏瘫患者的康复训练越早效果越好，得了中风7天后如果病情稳定，就可以开始早期床边康复，2周左右必须开始正规康复训练。黄金康复期是发病后三个月以内，时间越长越难恢复，早期进行专业的康复训练可以最大限度恢复患者运动功能。所以，中风偏瘫患者宜早康复训练。康复锻炼的方法也一定要正确，否则会导致肌张力异常增高，形成异常的偏瘫模式后就很难纠正了。

中风恢复期患者出院后也需要可以定期来康复科复诊，治疗师可以根据患者的具体情况制定新的锻炼计划，最大限度的帮助患者恢复运动功能。

（下转第3版）

新闻资讯

1、3月30日，由苏州市卫计委医政处处长带领的省专家组一行5人，对

我院医疗质量和医疗安全管理进行专项督查。专家组通过查阅资料、现场走访、人员访谈等形式开展督导检查，对危急值管理、手术分级管理、医疗安全报告制度、

医疗感染环节质控等医疗核心制度的落实情况进行了详细检查，尤其深入科室，对照标准，检查了医院疾控处、检验科、新生儿室、供应室、

手术室等重点科室，通过全面检查，督导组对我院医疗质量与安全工

作给予了高度评价。2、3月28日下午，我院财务科于门诊服务大厅收费处举办了2017年第一季度“岗位练兵，技能比武”活动，门诊收费处的收费人员参加了比赛。本次比赛的项目为10张手工中药处方划价，以划价速度与准确率来计算成绩，经过两个小时紧张有序的激烈角逐，按照最终总成绩结果评选出：温凤香获得比赛第一名，马庆红获得比赛第二名，吴静获得比赛第三名。本次比赛旨在提高门诊窗口收费人员的业务技术水平和专业素质，更好的为广大患者提供快捷、准确的收费服务，进一步提升我院的窗口服务形象。

3、4月24、25日，由江苏省中西医结合医院谢林副院长带队省专家组一行，到我院中医住院部进行规范化培训工作进行了督导。督查评估专家组进行实地检查，通过查阅资料、实地考察设施

和召开座谈会的方式，对医院的基地组织建设、管理规章制度、经费使用、保障措施的培训条件进行了核

查，在督导汇总与反馈中，督查评估组对我院规培工作的管理培训模式，特别是我院住培教学新形式“住培学员学习小组”给予了充分肯定。

4、今年国家从战略的高度全面开展医联体建设，我院于2015年10月27日在泰州地区率先成立了泰州市中医医疗联合体，拥有了66家成员单位，成为江苏省规模最大的医联体单位，辐射基层卫生机构最多的一家。泰州市中医医联体下设14个医疗工作小组，定期开展医联体成员单位科室管理沙龙，3月23日上午，我院医联体举办了泰州市中医医联体常务理事单位感染科主任管理沙龙，4月27日上午，我院医保、物价处举办了泰州市中医医联体常务理事单位医保、物价部门主任管理沙龙，4月27日下午，我院财务科举办了泰州市中医医联体常务理事单位财务科主任管理沙龙，医联体常务理事单位姜堰中医院、泰兴中医院、兴化市中医院、高港中医院、靖江市中医院、泰州中西医结合医院相关科室负责人参加了会议；会议过程中各负责人分享了本单位的亮点、重点与难点，彼此分享、交流和探索，取长补短，共同提升。

血压总降不下来？小心肾动脉出了问题

人人都知道高血压。以血压大于140/90mmHg为诊断标准，我国成年人高血压发病率超过四分之一。

高血压患者中，大部分为原发性高血压，也就是以血压升高为主要临床表现而病因尚未明确的高血压，这类患者大部分通过单纯药物治疗可获得满意疗效。而继发性高血压则具有较为明确的病因，病因复杂。这里需要警惕：因肾动脉狭窄引起的高血压，又称为肾血管性高血压，是继发性高血压的第二大病因！

介入治疗，治疗肾动脉狭窄

病因找到了，在与汪大爷及家属充分沟通之后，市中医医院心血管病科专家组为其实施了微创介入术，即在介入下将合适的支架放入肾动脉的狭窄处，“撑起”原本狭窄的血管，减轻汪大爷行腹主动脉CAT检查。



▲图为肾动脉CTA重建图，红圈处为肾动脉狭窄处

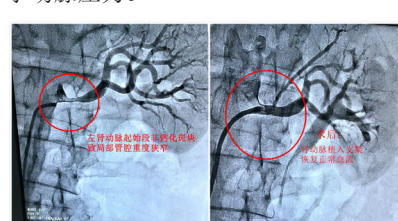
通过肾动脉CTA检查，结果显示：汪大爷腹主动脉及髂血管硬化，左肾动脉起始段非钙化斑块，致局部管腔重度狭窄（约80%）

介入治疗，治疗肾动脉狭窄

病因找到了，在与汪大爷及家属充分沟通之后，市中医医院心血管病科专家组为其实施了微创介入术，即在介入下将合适的支架放入肾动脉的狭窄处，“撑起”原本狭窄的血管，减轻汪大爷行腹主动脉CAT检查。

术后，汪大爷恢复良好，左腹部

小动脉压力。



▲肾动脉血管造影是诊断肾动脉狭窄的“金标准”

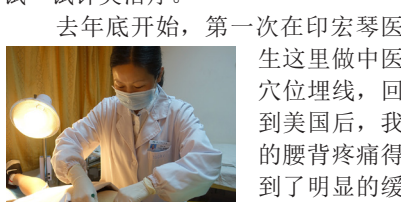
肾动脉狭窄的最主要治疗方法是介入治疗，微创、患者无痛苦、且疗效好、术后血压明显下降。相较于控制血压，肾动脉狭窄的积极治疗主要目的在于防止肾功能的进一步恶化，从而保护肾脏！

介入治疗后，效果显著

术后，汪大爷恢复良好，左腹部

中医穴位埋线治疗腰椎间盘突出症

试一试针灸治疗。



去年底开始，第一次在印宏琴医生这里做中医穴位埋线，回到美国后，我的腰背疼痛得到了明显的缓解，想不到中医穴位埋线效果这么好，4月22日，是我第三次复诊；每次就诊，印医生都会不厌其烦地为我讲解病情和治疗

方法，这也让我对治疗充满了信心，最关键的是效果很理想！”Stanley对印医生、对针灸的感激之情溢于言表。

Stanley常年住在美国德州，患腰椎间盘突出症多年，日常腰部一直隐隐的酸痛，随着年龄的增大，症状逐渐加重，腿突发作时，腰背整个发僵、疼痛难忍，只能佝偻着身子，站不了，也坐不了，晚上躺在床上翻身都痛……

Stanley多方求医，且他不愿意手术治疗，因而病情一直得不到有效缓解。直到，他来到泰州，感受了下这“来自东方的神秘力量”。

Stanley原音重现：

因为到泰州出差，听朋友的推荐，才决定到泰州市中医院针灸推拿科，（上接第2版）

急诊科 副主任：侯庆

不希望您：把冰箱当做“消毒柜”“保险箱”

随着气温升高，急诊科急性胃肠炎患者明显增加，基本都因为食用受细菌污染变质的食物引起的。很多市民一性性很多饭菜，吃不完通通放进冰箱，但冰箱不是“消毒柜”、不是“保险箱”，剩饭剩菜若存放不当，存放过久，细菌极易繁殖，而吃了这些污染的食物，很容易引起腹痛腹泻。

有些市民一旦腹痛腹泻，就自行吃两粒抗生素，以为只要止住泄好就行，其实不然，如果急性胃肠炎不经过彻底治疗以消灭细菌，会导致胃肠道抵抗力下降，转变成慢性炎症，会反复发作，后患无穷，所以当出现腹痛、腹泻、呕吐等症状，应立即到医院就医，以对症治疗。

西药房 主任：秦后权

不希望您：害怕吃药、照搬他人的用药经验

很多人因为害怕西药有毒副作用而不吃药，可他们并不知道，西药副作用对人体的伤害远远小于慢性病的危害。希望大家都能改变这些不良习惯，善待自己的身体，它就会回报以健康！

愿天下无病，宁药架满尘

希望大家都能改变这些不良习惯，善待自己的身体，它就会回报以健康！

根据Stanley先生的个体情况，印医生为他选择了中医穴位埋线，这样可以避免Stanley先生来往返波的不便。中医穴位埋线治疗腰椎间盘突出，治疗次数少，治疗后一般即刻起效，1个月达最佳疗效，疗效持久，且不易复发，疗效显著。

穴位埋线是根据针灸学理论，通过针具和药线在穴位内产生刺激经络、平衡阴阳、调和气血、调整脏腑，达到治疗疾病的目的。

启程回国前，Stanley特意定做了一面锦旗，送给印医生！

他说，他将会把中医、针灸以及

穿透子宫再进入膀胱 层层“越狱”的节育环上长出结石

黄女士，今年31岁，5年前于当地医院

上环，自上环后1年出现不规则腹痛，两月前出现频繁的下腹坠痛伴尿频，自行服用抗生素后症状稍好转，近一月来疼痛加重，曾至当地医院查B超提示节育环嵌顿，查腹部CT提示节育器嵌顿，穿透子宫，头端位于膀胱内，周围有结石形成，腹盆腔积液。随后，她辗转多家医院，均取环失败，深受折磨。

经亲友推荐，她来到我院妇产科，找到王赛莉主任。

妇产科+泌尿外科联合会诊 成功为患者拆除“定时炸弹”

在充分了解沟通病情后，王主任为黄女士制定了“膀胱镜→宫腔镜→腹腔镜”三部曲的策略，并邀请了泌尿外科张长庚主任上台会诊。

两位主任一齐上阵，妙手联合，分别在膀胱镜和宫腔镜下发现这枚一端还在宫腔，但是另一端已经伸入膀胱的“出轨”的节育环，而且在伸入膀胱的这一端节育环上已经布满了灰白色的结石，这在临床上很少见。

在经过张长庚主任的钦激光碎石之后，王赛莉主任利用宫腔镜下看到了节育环的另一端，并确定其位置，小心翼翼的取出这枚“出轨”的节育环，最后张主任再度上场，取出打碎的小碎石。

王赛莉主任利用宫腔镜下看到了节育环的另一端，并确定其位置，小心翼翼的取出这枚“出轨”的节育环，最后张主任再度上场，取出打碎的小碎石。

王赛莉主任利用宫腔镜下看到了节育环的另一端，并确定其位置，小心翼翼的取出这枚“出轨”的节育环，最后张主任再度上场，取出打碎的小碎石。

王赛莉主任利用宫腔镜下看到了节育环的另一端，并确定其位置，小心翼翼的取出这枚“出轨”的节育环，最后张主任再度上场，取出打碎的小碎石。

王赛莉主任利用宫腔镜下看到了节育环的另一端，并确定其位置，小心翼翼的取出这枚“出轨”的节育环，最后张主任再度上场，取出打碎的小碎石。

王赛莉主任利用宫腔镜下看到了节育环的另一端，并确定其位置，小心翼翼的取出这枚“出轨”的节育环，最后张主任再度上场，取出打碎的小碎石。

王赛莉主任利用宫腔镜下看到了节育环的另一端，并确定其位置，小心翼翼的取出这枚“出轨”的节育环，最后张主任再度上场，取出打碎的小碎石。

王赛莉主任利用宫腔镜下看到了节育环的另一端，并确定其位置，小心翼翼的取出这枚“出轨”的节育环，最后张主任再度上场，取出打碎的小碎石。

王赛莉主任利用宫腔镜下看到了节育环的另一端，并确定其位置，小心翼翼的取出这枚“出轨”的节育环，最后张主任再度上场，取出打碎的小碎石。

王赛莉主任利用宫腔镜下看到了节育环的另一端，并确定其位置，小心翼翼的取出这枚“出轨”的节育环，最后张主任再度上场，取出打碎的小碎石。

疼痛消失，困扰他许多年的高血压也逐渐恢复正常。

特别提醒，如果出现下面的情况：一直服药但血压降不下来，或者年纪轻轻血压高于180mmHg，突然间血压升高并伴随这腹部疼痛……都需要进行肾动脉造影检查，看看是否是由肾动脉狭窄引起的高血压。

肾动脉狭窄是导致高血压与肾功能损害的“隐匿杀手”，但只要我们了解这个“杀手”的特点，就能早期发现肾动脉狭窄，及时治疗，就能避免疾病，保护我们的肾脏功能。

泰州市中医院 心血管病科 0523—86611076

您的健康，我们与您一起守护。