

我院成功承办内蒙古医学会骨科分会第三届微创脊柱外科学组学术年会暨“十三五”国家重点研发计划项目双通道技术专家研讨会



2021年7月30日——31日,由内蒙古自治区医学会骨科分会微创脊柱外科学组、中国肢残康复专委会主办,内蒙古医科大学第二附属医院承办的内蒙古医学会骨科分会第三届微创脊柱外科学组第一次学术年会暨“十三五”国家重点研发计划项目双通道(BESS/UBE)技术第六次专家研讨会、中国肢残康复专委会OVCF诊疗技术规范化培训基地巡讲(呼和浩特站)成功召开。

来自全国各地共20余名国内知名脊柱微创领域的专家、教授,通过线上、线下相结合的形式,为我院脊柱外科医生“传经送宝”,共同分享了微创脊柱外科学组最新成果。本次会议内容充实,收获颇丰,进一步推动了自治区微创脊柱外科的发展。

7月30日下午,首先进行了内蒙古医学会骨科分会第三届微创脊柱外科学组换届选举,内蒙古医科大学第二附属医院微创脊柱外科主任吴一民教授当选内蒙古医学会骨科分会第三届微创脊柱外科学组组长,李树文教授当选副组长兼秘书长,白明、杜志才、曹振华、孟格栋当选委员。

7月31日,大会正式开幕。大会主席银和平教

授致开幕辞。科技部“十三五”国家重点研发计划项目双通道(BESS/UBE)技术项目临床首席负责人、中国人民解放军陆军军医大学新桥医院脊柱外科教授、中国肢残康复专委会主任委员周跃教授,以及项目牵头单位钰仁医疗集团相关负责人为内蒙古医科大学第二附属医院微创脊柱外科授予科技部“十三五”国家重点研发计划项目双通道(BESS/UBE)(2019YFC0121400-006)脊柱微创多中心临床研究基地,并举行了授牌仪式,标志着科技部“十三五”国家重点研发计划项目多中心临床研究基地正式落地内蒙古医科大学第二附属医院微创脊柱外科,这是我院首次入选,同时也是内蒙古自治区唯一一家人选单位。

内蒙古医学会副秘书长兼办公室主任张亚茹女士代表医学会对会议的召开表示了衷心祝贺,对微创脊柱外科学组的发展给予了肯定,鼓励学组再接再厉,努力奋进。

周跃教授就微创脊柱外科的发展及双通道脊柱内镜项目做了详细阐述,同时对银和平教授团队为微创脊柱外科的发展做出的突出贡献给予了高度评价。

中国肢残协会主任委员、《中国矫形外科杂志》主编孙磊教授,对中国肢残康复专委会脊柱压缩性骨折OVCF诊疗技术规范化培训基地巡讲进行了阐述,指出学组成立的目的,强调了OVCF诊疗技术规范化培训的重要性及必要性,并表示通过培训进一步提高医生的技能水平,为健康中国做出贡献。

内蒙古医科大学第二附属医院副院长邢文华教授代表医院对本次会议的成功召开表示热烈祝贺,对远道而来的各位专家表示衷心感谢,他简单介绍了医院的历史及现状,对医院搬迁后的发展做出了展望,同时对银和平教授及微创脊柱外科长期孜孜不倦的努力给予了充分肯定。

科技部数字诊疗专家组领导对“十三五”国家重点研发计划项目提出了建议,要求多中心积极参与数据整理及文章撰写,完善系统培训体系,提高基层医院技术水平,同时尽快制定技术使用规范。

周跃教授就“Endo-LIF的历史与未来”做了精彩的阐述,指出脊柱内镜下椎间融合技术的优势,对比了现有内镜下融合不同方式的优缺点,展望了微创脊柱外科数字化、智能化发展前景。

中山大学第三附属医院戎利民教授通过线上形式就“脊柱微创融合:通道/内镜”在线上进行了阐释,深入浅出的将内镜及通道微创融合各种方式进行了对比,指出了适应症选择的重要性。

天津医科大学总医院冯世庆教授通过线上形式就“UBE技术带给我们的思考”阐释了UBE技术

的发展历程,指出了单通道与双通道技术的技术的优势与不足,指出了三通道脊柱内镜的可能性。

中国肢残协会主任委员、《中国矫形外科杂志》主编孙磊教授介绍了《中国矫形外科杂志》基本情况,并对如何撰写脊柱微创外科论文做出了详细论述。

上海交通大学附属同仁医院骨科主任叶晓健教授就“脊柱外科的瓶颈与探索”进行了深入剖析,从多个方面分析了脊柱外科的瓶颈,提出了解决问题的方法,并对未来的科技化、智能化发展进行了展望。

成都体育学院附属医院熊小明教授通过线上就“TLIF的MIS之争?内镜VS通道”进行了阐述,指出了PE-TLIF的优势,强调了需要大样本及长期随访的研究。

内蒙古医科大学第二附属医院银和平教授将最新研究成果“水介质MED的临床研究与应用”进行了展示,这是水介质MED问世以来在全国学术会议的首次亮相,介绍了该技术水-气自由切换、操作简单易行,不受软组织束缚、减压范围广等特点,对水介质MED的研发现状进行了汇报,并对其未来的应用前景进行了展望。

空军军医大学唐都医院钱济先教授介绍了颈椎病的微创治疗策略,指出了全内镜颈椎前路手术的微创化的代表,指出PECD是保留颈椎运动结构的手术方式之一。

在经皮穿刺椎体成形术以及脊柱内镜手术讨论中,来自全国各地的知名专家各抒己见,畅所欲言,就微创脊柱关键技术和未来发展展开探讨。

最后,内蒙古医学会微创脊柱外科学组新任组长吴一民教授作了大会总结,他指出本次会议通过线上、线下形式为大家提供了一场学术盛宴,内容囊括了脊柱微创最新技术及焦点问题,各位与会专家进行了精彩解读,收获颇丰。最后他对银和平教授多年来对微创脊柱外科发展做出的巨大贡献表示衷心感谢!

大会主席银和平教授对会议的成功举办以及吴一民教授当选学组组长表示祝贺,他回顾了学组成立到现在的发展历程,并对学组提出了殷切希望:一是要给微创脊柱外科青年医生做好模范及指导作用,让微创事业展现出勃勃生机与活力;二是科研、技术要追求不断提高与创新。最后祝愿微创脊柱外科学组在吴一民教授的带领下继往开来、砥砺前行,再续华章,推动内蒙古地区乃至全国脊柱微创事业的蓬勃发展!

微创脊柱外科 孟格栋



女性该多吃这些食物,可以补充微量元素更年轻!

在平时的生活中,人们对于饮食健康还是非常关注的,比如很多女性朋友都非常的爱美,希望能够通过日常饮食的方法来延缓衰老,补充营养的效果,下面的这些食物吃越早健康。

1.苹果
苹果里面含有丰富的有机酸,能够有效杀灭口腔细菌,具有保护牙齿的作用,能够有效改善牙龈炎,苹果中所含有的营养物质比较丰富,在有效补充营养的过程中,还可以有效提升人体的免疫力,具有减少生病的效果,苹果本来就是一种非常不错的美容食品,如果多吃就可以让肌肤更加的细腻,可以有效达到补充水分的效果。

2.木耳
木耳是一种比较常见的菌类食物,可以达到排毒美容,补充维生素,补充铁元素等效果,木耳具有百搭的作用,可以和西兰花搭配,也可以选择直接熬汤,拥有着很出色的减肥护肤效果。

3.樱桃
成熟的樱桃玲珑剔透,颜色鲜红,拥有丰富的营养价值,而且医疗保健作用也比较出色,在樱桃中含有的铁元素比较丰富,同时也会含有天然多糖以及维生素C,能够预防色素沉着,具有出色的美白效果,比较适合消化不灵或者是体质虚弱的人群。

4.桃子
桃子是一种比较常见的水果,具有美味多汁的效果,如果能够多吃桃子,就可以有效补充人体的气血,而且还可以有效促进肠胃的蠕动,具有加速分解的效果,在减肥的过程中,桃子也能够发挥好的作用,桃子里面所含有的天然收敛成分比较多,可以有效促进肠道的弹性,能够增强肌肤的弹性,可以促进肠道吸收水分,随时都可以保持排便干燥,可以预防便秘。

5.猕猴桃
猕猴桃里面所含有的有效成分比较多,这些有效成分对于人体的健康也有帮助,同时也会拥有着出色的药用价值,可以达到改善气色,具有滋润肌肤的效果,里面所含有的纤维质可以发挥清热降燥的效果,非常适合在日常生活中多吃一些。

对于女性朋友而言,都希望自己能够拥有着完美的容颜,可是伴随着岁月的飞逝,很多人都会发现肌肤容易出现明显的衰老现象,要想达到改善的作用,不妨就选择多吃苹果、樱桃、桃子、猕猴桃或者是木耳,这些食物都具有延缓衰老的效果,能够补充所需要的营养物质。

主 审:刘万林
王国强
主 编:李晓涛
责任编辑:王静冰
程 妍
版式设计:刘 倩



内医二附院报

院训:崇德精医 信实济世
内蒙古医科大学第二附属医院宣传科主办 全国优秀医院报刊
2021年08月15日 总第271期



我院党委召开学习贯彻“习近平总书记在庆祝中国共产党成立100周年大会上的重要讲话”专题研讨会

按照学校《关于组织开展学习贯彻习近平总书记庆祝中国共产党成立100周年大会上的重要讲话专题辅导班及专题研讨的通知》文件要求,8月10日,我院党委理论学习中心组召开学习贯彻“习近平总书记在庆祝中国共产党成立100周年大会上的重要讲话”专题研讨会。学校党委委员、发展规划处处长、党史学习教育第三巡回指导组组长刘小红一行三人到会指导。医院党委领导班子成员参加会议并做交流研讨发言。会议由党委书记刘万林主持。

医院党委对开好此次专题研讨会高度重视,做了认真准备。会上,党委领导班子成员观看了习近平总书记庆祝中国共产党100周年大会上的重要讲话视频,共同学习了习近平总书记在庆祝中国共产党成立100周年大会上的重要讲话和在“七一勋章”颁授仪式上的讲话,领导班子成员各自结合学习内容和本职工作撰写了学习研讨心得并做交流发言。

我院组织党员干部参观“不忘初心 牢记使命——中国共产党历史展览”



为深入学习贯彻习近平总书记庆祝中国共产党100周年大会上的重要讲话精神,推动党史学习教育走深走实,按照学校党委党史学习教育的安排部署,8月5日下午,医院领导班子成员、全体党员干部共同前往内蒙古展览馆,参观“不忘初心、牢记使命”中国共产党历史展览。

展览由“建立中国共产党,夺取新民主主义革命伟大胜利”、“成立中华人民共和国,进行社会主义革命和建设”、“实行改革开放,开创和发展中国特色社会主义”、“推进中国特色社会主义进入新时代,全面建成小康社会,开启全面建设社会主义现代化国家新征程”四个部分组成。大家认真听取讲解,仔细观看展出的文物实物、档案资料、图片视频和复原景观,认真学习一百年来中国共产党带领全国各族人民开辟的伟大道路、创造的伟大事业、取得的伟大成就。

参观结束后,党员干部们表示,这次参观是一堂砥砺初心、牢记使命的党性修养课,让大家更加深刻认识到中国共产党为什么能、马克思主义为什么行、中国特色社会主义为什么好。同志们纷纷表示,作为医务工作者,要自觉从党的百年奋斗的光辉历程中汲取开拓前进的智慧和力量,深入学习贯彻习近平总书记庆祝中国共产党100周年大会上的重要讲话精神,将继续好、弘扬好伟大建党精神同做好医院各项中心工作紧密结合,传承红色基因,赓续红色血脉,为人民健康事业奋斗终身。宣传科 王静冰

神:各附属医院整体水平理所当然处于全区医疗卫生领域“领头羊”地位;在教学、科研、学科建设方面理所当然成为“排头兵”。

最后,党委书记刘万林代表班子做总结发言。他表示,医院党委一定严格落实学校党委党史学习教育领导小组办公室及巡查组的相关要求,组织各党支部和党员干部开展党史学习教育内容的学习研讨,做好“我为群众办实事”、参观学习、党委成员带头讲党课等相关事项。

刘书记强调,学习宣传贯彻习近平总书记“七一”重要讲话精神,是医院当前和今后一个时期的重大政治任务,医院全体干部职工要做到全面系统学习,坚持原原本本的学,认真读原文、悟原理,吃透精神实质,抓住核心要义;要主动做到结合实际学习,把学习宣传贯彻习近平总书记重要讲话精神同做好当前疫情防控、新医院搬迁、学科建设、人才引进、大型医院巡查整改等工作结合起来,进一步推动医院各项工作更高质量发展。

喜讯:我院4项科研成果荣获自治区科学技术奖励

8月9日,内蒙古自治区人民政府印发《关于2020年度自治区科学技术奖励的决定》。我院作为第一完成单位共有4项科研成果荣获自治区科学技术奖励,其中自治区自然科学一等奖1项,自治区科技进步二等奖3项。这是我院继2017年和2018年度获自治区自然科学一等奖后,科研成果获数量和质量再次取得历史性突破,含金量创新高。

以祝勇教授为主的脊柱外科团队完成的《分解、合成代谢因子在椎间盘退变中的相互作用机制研究》获得2020年度自治区自然科学一等奖;以郭世娟教授为主的骨肿瘤外科团队完成的《肢体巨细胞瘤个体化外科治疗关键技术及临床应用》获得2020年度自治区科技进步

【铭记党史 以考促学】我院开展党史学习教育“学习夜校”党史知识测试

为进一步推进党史学习教育扎实开展,从党的光辉历史中汲取砥砺奋进的力量,检验我院干部职工党史学习教育学习成效,7月23日晚,我院在东北三楼会议室组织开展了党史学习教育“学习夜校”党史知识测试,医院全体环节干部、支部书记、支委参加了集中测试,各支部、科室组织普通党员和职工自行测试。

测试紧紧围绕习近平《论中国共产党历史》、《毛泽东、邓小平、江泽民、胡锦涛关于中国共产党历史论述摘编》、《习近平新时代中国特色社会主义思想学习问答》、《中国共产党简史》、《习近平总书记在党史学习教育动员大会上的讲话》、《习近平总书记在庆祝中国共产党成立100周年大会上的讲话》等内容,采取闭卷答卷方式进行,参考人员态度端正,严格遵守考场纪律,认真审题、专注答卷,均在规定时间内完成答题。

通过测试,全面检验了我院党员干部党史学习教育的学习成效,进一步增强了党员干部对开展党史学习教育重要性的认识,提升了党员干部的理论知识水平,达到了以考促学、以学促用的目的,充分调动了大家的学习积极性、自觉性和主动性,展示出了我院党员干部良好的精神风貌和比学赶超的浓厚氛围,为推进党史学习教育各项工作措施落地落实打下了坚实的理论基础。宣传科 王静冰



务,医院全体干部职工要做到全面系统学习,坚持原原本本的学,认真读原文、悟原理,吃透精神实质,抓住核心要义;要主动做到结合实际学习,把学习宣传贯彻习近平总书记重要讲话精神同做好当前疫情防控、新医院搬迁、学科建设、人才引进、大型医院巡查整改等工作结合起来,进一步推动医院各项工作更高质量发展。

【铭记党史 以考促学】我院开展党史学习教育“学习夜校”党史知识测试

为进一步推进党史学习教育扎实开展,从党的光辉历史中汲取砥砺奋进的力量,检验我院干部职工党史学习教育学习成效,7月23日晚,我院在东北三楼会议室组织开展了党史学习教育“学习夜校”党史知识测试,医院全体环节干部、支部书记、支委参加了集中测试,各支部、科室组织普通党员和职工自行测试。

测试紧紧围绕习近平《论中国共产党历史》、《毛泽东、邓小平、江泽民、胡锦涛关于中国共产党历史论述摘编》、《习近平新时代中国特色社会主义思想学习问答》、《中国共产党简史》、《习近平总书记在党史学习教育动员大会上的讲话》、《习近平总书记在庆祝中国共产党成立100周年大会上的讲话》等内容,采取闭卷答卷方式进行,参考人员态度端正,严格遵守考场纪律,认真审题、专注答卷,均在规定时间内完成答题。

通过测试,全面检验了我院党员干部党史学习教育的学习成效,进一步增强了党员干部对开展党史学习教育重要性的认识,提升了党员干部的理论知识水平,达到了以考促学、以学促用的目的,充分调动了大家的学习积极性、自觉性和主动性,展示出了我院党员干部良好的精神风貌和比学赶超的浓厚氛围,为推进党史学习教育各项工作措施落地落实打下了坚实的理论基础。宣传科 王静冰

医院纪委开展全方位监督确保疫情防控工作落到实处



7月26日、8月3日、8月4日、8月5日，医院党委委员、纪委书记带领医务科、护理部、门诊部、感染科、总务科、保卫科负责人及纪委工作人员对我院疫情防控工作开展专项检查。

在检查中，跟锁书记对门急诊的巡诊、预检分诊人员的工作纪律，门诊诊室内人员管控，一楼大厅的

秩序维护情况，发热门诊工作情况，住院部病区防疫工作等进行了详细的检查。对检查中发现问题，要求相关责任人立即整改，纪委对问题的整改保持持续的追踪，保证监督检查工作落到实处。

跟锁书记在检查中提出：目前疫情形势依然严峻，希望全院各部门高度重视，认真履职，严格按照国家和

自治区卫健委及学校的要求，做好各项防控跟踪、站好岗、守好门，同时做好个人防护；如遇紧急突发情况，一定要按照疫情防控工作要求，第一时间报告，及时处理。各病区要切实做好流调登记记录，对进入病区的陪床家属及其他人员实行严格管控。全院共同努力，打好疫情防控这场硬仗。

纪委会办公室 那日松

医院纪委召开2021年第四次全委(扩大)会议



7月22日下午，医院纪委召开2021年第4次全委(扩大)会议，医院党委委员、纪委书记跟锁，医院纪委委员、各党支部纪检委员及纪委工作人员参加会议，会议由纪委书记跟锁主持。

会上，各党支部纪检委员关于纪委会议精神传达、监督检查工作落实、“我为群众办实事”实践活动、大型医院巡查、新医院搬迁对各自上半年工作开展情况进行汇报，同时对纪委工作提出意见和建议。

跟锁书记传达学校校长赵云山、学校纪委书记、自治区监委驻内蒙古医科大学监察专员苏振荣在学校行政干部廉政教育工作会上的讲话精神；跟锁书记从聚焦主责主业、协助党委开展全面从严治党、党风廉政建设和反腐败工作；筑牢思想防线，持续深化廉政警示教育；强化政治监督，发挥党的政治建设统领作用；加强日常监督，健全完善廉政风险防控机制；精准专项监督，把握重点领域提升监督成效；严格执纪审查，依规依纪处理各类问题线索；持续正风肃纪，打造医院廉政文化宣传阵地；注重自身建设，打造敢于善于斗争的纪检铁军八个方面对纪委上半年的工作进行了总结。

纪委工作人员部署医院廉政文化建设相关工作，要求各党支部纪检委员广泛宣传，引导全院职工积极参与到廉政文化建设中。

最后，跟锁书记对各党支部纪检委员提出三点要求，一是在党支部会议和科室例会上及时传达本次会议精神；二是各党支部纪检委员要履职尽责，做好大型医院巡查准备的监督检查工作；三是对本支部及有关科室的新医院搬迁准备工作进行监督，保证相关工作的有序开展。纪委会办公室 那日松

我院运动医学科任逸众教授团队在国际运动医学著名期刊《Orthopaedic Journal of Sports Medicine》发表髌股关节疼痛膝关节与腕关节功能锻炼对比的研究成果

Is Isolated Hip Strengthening or Traditional Knee-Based Strengthening More Effective in Patients With Patellofemoral Pain Syndrome? A Systematic Review With Meta-analysis

Yuyun Na,¹ MD, Changqun Han,¹ MD, Yuting Shi,¹ MD, Yong Zhou,¹ MD, Yitong Ren,¹ MD, and Wanhua Lu,¹ MD. Investigation performed at the Department of Arthroscopy and Sports Medicine, the Second Affiliated Hospital of Inner Mongolia Medical University, Hohhot, Inner Mongolia Autonomous Region, China.

近期，《Orthopaedic Journal of Sports Medicine》(IF:2.73) 期刊以“Is Isolated Hip Strengthening or Traditional Knee-Based Strengthening More Effective in Patients With Patellofemoral Pain Syndrome? A Systematic Review With Meta-analysis”为题，发表内蒙古医科大学第二附属医院运动医学科任逸众教授团队的最新研究成果。该研究对目前已发表的髌股关节疼痛膝关节与腕关节功能锻炼对比研究进行系统性分析，比较了两种锻炼方法的临床结果。

本研究纳入5篇高质量（证据等级I或II）髌股关节疼痛膝关节与腕关节功能锻炼对比的研究，并对膝关节疼痛缓解及功能性结果进行比较。

1. 膝关节疼痛缓解的比较结果
所有原始研究都使用VAS量表评估疼痛程

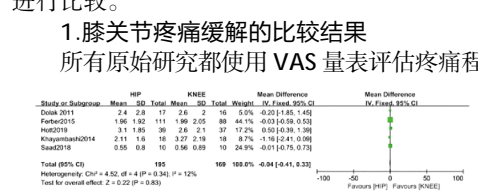


Figure 2. Hip-strengthening exercises compared with knee-based exercises for visual analog scale pain score. IV, Inverse variance.

度。与基线数据相比较，膝关节与腕关节功能锻炼都可显著改善髌股关节疼痛程度(P<.05)。

虽然膝关节与腕关节功能锻炼之间比较并未显示统计学差别，但是其中两项研究表明腕关节功能锻炼组髌股关节疼痛缓解要早于膝关节功能锻炼组(P<.05)。

2. 功能性评分的比较结果
三项研究使用AKPS评分比较功能性结果。与基线数据相比较，膝关节与腕关节功能锻炼都可显著改善髌股关节疼痛患者的AKPS评分(P<.05)。膝关节与腕关节功能锻炼的对比并未显示统计学差别。

本研究对目前已发表的髌股关节疼痛膝关节与腕关节功能锻炼对比研究进行系统性分析，进一步突出腕关节功能锻炼在早期改善髌股关节疼痛及功能中的重要性。该论文第一作者为运动医学科主任任逸众教授和内蒙古医科大学第二附属医院党委书记刘万林教授。该研究得到内蒙古自然科学基金项目(No. 2016MS0366, 2020MS08119)资助。原文链接 <https://doi.org/10.1177/23259671211017503>

运动医学外科 韩长旭

夏季儿童热感冒高发? 主要是这3大因素在作妖, 要注意防范!

夏季气温升高, 是儿童热感冒高发的季节。很多家长疑惑气温上升, 为什么孩子还容易感冒? 其实在夏季当中一些被忽略的生活细节, 也容易让孩子不小心患上热感冒, 所以要注意了解清楚, 并且远离诱因。

夏季孩子容易患上热感冒跟哪些原因有关?

1. 忽冷忽热
夏季因为气温高, 空调是必不可少降温产品, 但室内室外温差大, 孩子忽冷忽热是导致热感冒的原因之一。若是室内与室外温度相差太高, 孩子没有完全适应就进入过冷或者过热的环境中, 就容易导致感冒。

2. 食欲不振
因为天气炎热让人食欲不佳, 营养摄取不足易导致抵抗力下降让细菌有机可乘。在有良好的作息影响下病菌会趁虚而入, 导致呼吸道感染而引发感冒。

3. 吃变质食物
夏季温度高, 各种病菌繁殖的速度较快, 食物也容易变质。买回来的食物没有做好保鲜措施, 容易变质。孩子的肠胃较弱, 若是摄取到变质的食物, 肠胃功能受损, 病菌大量繁殖就会引起消化道呼吸道感染。另外夏季炎热, 若经常吃冷饮, 也会影响肠胃功能, 提高感冒发病率。

夏季热感冒要如何护理?

1. 合理使用空调
患上感冒后并不是一味禁止空调, 合理使用空调不仅不会加重疾病, 反而有利于退烧。高温环境下会导致体温不断上升, 使身体不能让感冒有效被控制, 所以要合理使用空调。空调风对着身体直吹, 室内室外温度相差不要超过5℃, 每使用三小时空调就需通风10分钟左右。

2. 用热水擦拭
感冒伴随着发烧会大量出汗, 用热水擦拭不仅能使皮肤舒适, 也能防止细菌在表面滋生。同时温水擦拭也可以起到有效降温, 只是注意在用热水擦拭时要避免有风, 防止寒气入侵。

3. 多喝水
身体缺水不仅不利于散热, 也易因为脱水而导致疾病加重。所以要补充水分, 可以多摄取流质类食物, 保持足够营养。

温馨提示:
夏季虽然气温高, 但也是感冒的高发季节, 因此父母要注意让孩子保持卫生, 不吃生冷食物, 多运动提高抵抗力, 多喝水补充水分, 才能防止病菌入侵而诱发感冒。除此之外也要注意, 避免长时间在太阳底下暴晒, 防止中暑。

我院成功举办 MITEK 菁英会内蒙古地区“肩入佳镜”第一期肩关节镜学术沙龙

我院运动医学外科于2021年7月24日成功举办 MITEK 菁英会内蒙古地区“肩入佳镜”第一期肩关节镜学术沙龙。学习班邀请了北京大学第三医院机场院区副院长印钰教授, 北医三院罗浩博士等国内知名专家以及来自自治区多所盟市医院运动医学专业同道参加。本期学术沙龙由我院运动医学外科韩长旭教授任执行主席, 我院运动医学外科主任任逸众教授任大会主席。

中国医师协会运动医学分会委员、中国医师协会内镜分会委员、国际关节镜-膝关外科骨科运动医学联合会会员, 内蒙古医师协会运动医学分会副主任委员、我院运动医学外科主任任逸众教授致开幕辞。

任逸众教授表示, 内蒙古医科大学第二附属医院运动医学外科在2019年成立内蒙古自治区骨科联盟关节镜外科技术培训中心以来, 多次举办针对

全区各级医师的关节镜培训班及大型巡讲, 受到广大医师的一致好评, 极大地提升了我区关节镜技术水平。

任教授强调, 目前我区很多医院的关节镜医生只开展膝关节手术, 甚至还没有开展肩关节镜手术业务, 本次学术沙龙特邀国内知名肩关节镜专家为我们带来一场精彩的“肩入佳镜”培训, 为我区广大骨科医生提供了一站式从理论到实践的诊治水平, 更好的为区内广大患者服务。

本期学术沙龙, 印钰教授为我们讲授了肩关节镜的诊断, 罗浩教授介绍了肩关节手术缝线管理经验, 韩长旭教授对冻结肩与肩袖撕裂的鉴别诊断进行了讲授, 深入浅出的为我们讲解了肩关节疾病相关的诊断、鉴别与治疗相关知识。

同时, 由内蒙古国际蒙医医院的姜永辰主任

以“一例肩袖手术的思考”为题目, 对肩袖损伤镜下与切开修复的优缺点进行了探讨; 锡林郭勒盟医院孙立国医师以“巨大肩袖撕裂的修复病例分享”为题目, 探讨了巨大肩袖撕裂无法修复病例或修复困难病例进行反肩置换的可行性; 我院满达医师以“ASA+Bankrat 损伤修复治疗慢性肩关节前向不稳病例分享”为题目, 介绍了关节镜下“三明治”手术治疗复发性肩关节前脱位的手术经验; 包头市第三医院闫宇旺主任以“一例肩袖撕裂病例汇报”为题, 对开展肩关节镜手术的经验与认识进行了介绍。

各参会同道与大家分享了各自肩关节镜手术病例以及工作中的相关经验与疑问, 同各位专家教授积极交流, 共同探讨。大家纷纷表示, 在本次学术交流中, 理论、实践得到了双提升。

运动医学外科 韩长旭

【我为群众办实事】

肩痛患者超声义诊公益活动

为迎接建党100周年, 扎实开展党史学习教育活动, 实现党史学习教育与“我为群众办实事”同频共振。内蒙古医科大学第二附属医院功能科为肩痛、肩关节不适患者开展免费肌骨超声筛查活动。

活动内容
针对出现肩痛、肩关节不适患者, 开展大型免费超声筛查公益活动。就诊期间免收专家挂号费, 免费进行肩关节超声扫描。

针对基层医院医生开展技术培训。免费为全区各基层医院、卫生院提供肩关节超声扫描技术及相关肩痛的超声介入治疗。

超声检查优势
肩关节病变是严重困扰中老年人的关节疾病之一, 中老年人肩痛的主要原因是肩袖撕裂、滑囊炎等, 尤其是肩袖撕裂, 若病情不加以控制, 会严重影响生活。很多人对于肩关节疾病的认识多限于“肩周炎”, 但事实上如肩峰撞击症、肩袖撕裂、肱二头肌长头腱疾病等才是肩痛更为常见的原因。

超声成像技术具有无创、便捷、无辐射、检查费用低等优势, 在肩关节疾病的诊疗方面发挥着重要作用。通过超声实时观察肌肉收缩与舒张动态状态下肩袖结构, 可以准确评估肩袖损伤程度, 并对肩关节疼痛相关疾病进行诊断与鉴别诊断, 超声以其便捷、灵活、实用等优势适用于肩痛患者的康复随访。通过超声介入可视化技术手段对肩关节疾病进行治疗更具有准确、微创、有效、快速等优势。

活动时间
2021年7月开始
每周二提供5个免费义诊名额
报名须知
报名时间
预约电话: 0471-6351210 15904878431
(时间: 上午: 08:30-11:30; 下午: 15:30-17:30)

报名流程
(1) 报名时需提供患者姓名、电话、身份证号码, 报名者按报名时间先后顺序排号, 号满为止。
(2) 所有报名参与活动的患者需要至少提前1天预约, 无预约者无法享受免费筛查活动。预约成功, 按预约时间就诊, 就诊时需持有有效身份证件。
(3) 免费肩关节超声检查后, 专家会诊, 如需进一步住院或者手术治疗, 可按医院诊疗流程进行。

地点
内蒙古医科大学第二附属医院
二楼 功能科3号诊室

熟悉又陌生的痛

——肌筋膜疼痛综合征

随着气候的变冷, 腰腿疼的患者明显增多, 最近一段时间, 我们科来了好多“腰部不适”的年轻患者, 在通过肌骨超声细致的检查后, 诊断为胸腰肌筋膜炎者最多, 其次为肩胛提肌筋膜炎、棘上韧带炎、菱形肌筋膜炎、腰方肌筋膜炎。

为什么这些筋膜炎盯上了年轻人, 而且几乎成了现代人的通病?

这与现代人的生活方式密不可分。长期低头看手机、伏案工作姿势可导致胸部前侧肌肉过于紧张, 身体后侧的背部肌肉无力, 加上日常缺乏腰背肌训练, 导致胸、腰背部肌群力量不平衡, 长期的颈、肩、腰背部肌肉力量不平衡导致颈、肩、腰背部的肌源性或腱性筋膜所承受的压力与功能超出其所能承受的能力而不能代偿, 进而产生肌筋膜慢性劳损。

慢性劳损可使肌筋膜炎及肌组织发生水肿、渗出、肌纤维变性, 久而久之也势必造成颈、肩、腰背部肌肉、肌群及其肌腱的功能减退, 加重筋膜炎病变粘连, 造成颈、肩、腰背部筋膜局部组织血液循环受阻, 毛细血管通透性增加, 炎性致痛物质堆积, 形成无菌性炎症而出现酸麻胀痛等一系列临床症状。

何为筋膜:
筋膜是一类结缔组织, 结缔组织除了筋膜还有其他表现的形式, 如腱、韧带、腱膜和疤痕组织。在不同的地方结缔组织也有着不同的名称: 脑和脊髓周围的是脑膜; 骨周围是骨膜; 心脏周围是心包; 腹腔内表面的是腹膜; 在皮下层包围整个身体和封闭肌肉和肌群的叫筋膜。

筋膜实际上是人体除了皮肤以外的又一道防护系统, 凡肢体躯干的每一个微小的精细运动, 都离不开筋膜的参与运行, 其既具有润滑肌肉运动的功能, 减少肌肉与肌肉之间的相互摩擦, 又有保护肌肉过度运动和缓冲肌肉受到外来压力和暴力冲击和刺激的作用; 其结构虽虽薄如纸, 但所承受的压力与功能任务却巨大, 换言之, 筋膜由于运动频繁、劳动强度过大而极易导致损伤。

肌筋膜炎疼痛的发生机制

常见病因
寒冷、潮湿; 外感风寒所至的全身筋骨痛也是全身筋膜炎的一种急性反应。
损伤: 急性损伤或创伤性筋膜炎、慢性筋膜炎、持续疲劳运动筋膜炎、长期睡眠不足导致的筋膜炎、习惯性不良姿势筋膜炎、自然退变所至的筋膜炎。
疾病性筋膜炎: 如风湿、类风湿病所至的滑膜

囊筋膜炎、强直性脊柱炎所至的筋膜炎或硬化症等。

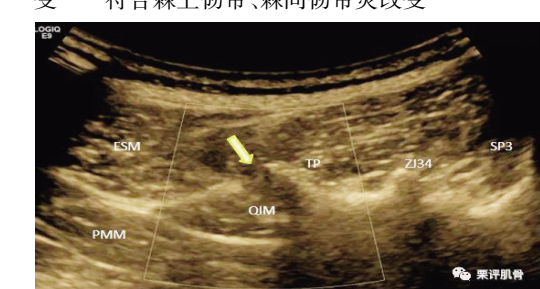
精神因素: 长期处于紧张状态诱发本病。
单一姿势过久诱发本病。
风湿症、痛风等或某些病毒感染易诱发本病。
内分泌失调, 如糖尿病性骨关节筋膜炎等。
常见筋膜炎

临床上较常见的筋膜损伤主要是慢性劳损, 自上而下: 头直肌筋膜炎、项韧带筋膜炎、胸锁乳突肌筋膜炎、冈上肌筋膜炎及斜方肌筋膜炎等, 肩胛间区的菱形肌筋膜炎、肩胛区的冈下肌、小圆肌、大圆肌筋膜炎、腰背部的棘突上筋膜炎、椎旁韧带筋膜炎、竖脊肌筋膜炎、胸腰筋膜炎、腰骶部肌筋膜炎、臀峰上筋膜炎、骶髂关节囊后筋膜炎、臀部各块肌肉筋膜炎及各部位的滑囊上筋膜炎等。

影像学检查:
首选肌骨超声检查。X线及CT无明显异常, 实验室检查多无阳性表现。肌骨超声在软组织损伤方面有其独特的优势, 对筋膜炎诊断的敏感性和特异性均很高, 可以对肩、腰背部等各类型的筋膜炎能够做出快速诊断。



L3-L4、L4-L5 棘上与棘间韧带增厚、回声减低, 其内可见多个低回声裂隙, CDFI: 点状血流信号; 浅筋膜回声杂乱, 厚度不均, 呈波浪样改变——符合棘上韧带、棘间韧带炎改变



ESM: 竖脊肌; PMM: 腰大肌; QIM: 腰方肌; TP: 横突; ZL34: 腰3腰4 关节突关节; SP3: 棘突; 箭头所指: 腰方肌筋膜局部连续性消失
功能科 栗平

我院辅导员受到内蒙古医科大学2020年辅导员素质能力大赛表彰



近日学校召开2021年学生工作工作会议, 会上对2020年辅导员素质能力大赛中涌现出的先进个人进行表

彰, 我院教学部辅导员王圆被评为学校2020年度优秀辅导员称号。

为深入学习贯彻全国高校思想政治工作会议精神, 提升学校辅导员理论水平、专业素质和职业能力, 学校组织开展了2020年辅导员素质能力大赛, 全体辅导员参加了比赛, 经过基础知识测试、案例分析、谈心谈话、理论宣讲四个比赛环节, 我院辅导员王圆取得了大赛二等奖的成绩, 并在案例分析、谈心谈话、理论宣讲

三个环节中取得三项单项奖的个人荣誉。

2020年11月24日、25日, 我院辅导员王圆代表学校参加了内蒙古自治区第七届全区高校辅导员素质能力大赛, 本次大赛由自治区教育厅、自治区教科文卫体工会主办, 内蒙古电子信息职业技术学院承办, 来自全区48所高校的57名辅导员参加比赛。比赛历时两天, 分为两轮共计四个环节: 理论知识、案例分析、谈

心谈话、理论宣讲, 经过激烈角逐, 王圆荣获本次大赛二等奖。

近年来, 我院学生工作在学校和医院党委的坚强领导下, 始终秉承“博学、尚行、精诚、至善”的校训, 尽职尽责, 用师者大爱助力临床医学生成长成才, 得到了学校和师生的高度赞誉, 为内蒙古医科大学的学生工作、人才培养、教育教学改革、校园安全稳定等工作做出了应有贡献。

教学部 王圆