

持续高烧，竟是喂鸽子惹的祸

——市中心医院多学科联手揪出“鹦鹉热”元凶

邵阳日报记者 唐颖 通讯员 罗琪 阳媚

反复高烧 40℃、寒战乏力、血糖忽高忽低……市民刘先生怎么也没想到，平日喂鸽子的小爱好，竟让他半个多月“钉”在了病床上。近日，市中心医院全科医学科收治了这样一位病情危急的患者。经多学科团队抽丝剥茧，最终锁定“真凶”——鹦鹉热衣原体感染。康复出院当日，刘先生特意将一面写有“真情医德暖人心，精湛医术解病痛”的锦旗送到科主任孙向华手中。

“元凶”藏身鸽子毛

“本来以为就是重感冒，扛一扛就过去了。”回忆起发病经历，刘先生仍心有余悸。入院前，他已持续多日高烧不退，体温一度飙至 40℃，伴寒战、全身乏力、食欲全无。更棘手的是，原本控制平稳的 2 型糖尿病突然“失控”，血糖值大幅波动，随时可能诱发酮症酸中毒，危及生命。

一个看似不起眼的细节，成为破案关键。管床医生柳菲菲在问诊中发现，刘先生长期在通风不佳的室内喂养鸽子，经常与禽类亲密接触。结合持续高热、肺部感染征象及糖尿病史，团队高度怀疑，这很可能不是

普通肺炎，而是人畜共患的鹦鹉热。

多学科联手斩断“恶性循环”

鹦鹉热衣原体肺炎临床相对少见，症状与普通感冒、肺炎极为相似，极易误诊漏诊。为尽快明确病因，全科医学科迅速启动多学科协作机制。孙向华带领团队联合感染科、呼吸与危重症医学科、内分泌科、影像科、临床药学等多科室专家会诊，很快达成共识，并为刘先生量身定制了个体化治疗方案。

严重感染叠加糖尿病，形成一个恶性循环：感染导致应激性高血糖，高血糖又削弱免疫力、加重感染。全科医学科发挥多病共管优势，统筹感染控制、血糖精细化管理、营养支持和并发症预防，将治疗从单纯“治病”升维到系统“管人”。经过半个多月的系统治疗，刘先生体温逐渐恢复正常，肺部炎症明显吸收，血糖趋于平稳，最终顺利出院。

“谢谢你们救了我一命”

“孙主任，各位医生护士，本以为只是感冒发烧，没想到差点酿成大问题。谢谢你们救了我一命。”刘先生激动地说道。锦旗虽轻，情

谊千钧。孙向华表示，为患者提供连续、全面、个体化的医疗服务，是全科医护共同的追求。科室始终践行全人、全程的健康管理理念，尤其针对老年多病共存等复杂病例，充分发挥“促、防、诊、控、治、康”六位一体的全生命周期服务优势，守好群众健康的第一道防线。

专家提醒：接触禽类务必做好防护

鹦鹉热是由禽类传播的人畜共患传染病，病原体藏于禽类分泌物及羽毛粉尘中，清理笼舍时吸入气溶胶即可感染。其早期症状与感冒、肺炎相似，易被忽视。若出现持续高热 39℃ 以上、退热药效果不佳、干咳加重、剧烈头痛、精神萎靡等症状，或按普通肺炎治疗一周无好转，应尽早就医，并主动告知禽类接触史。老年人、糖尿病患者及免疫力较低人群感染后病情进展更快，重症风险更高。

预防措施包括：接触禽类或清扫笼舍时佩戴口罩、手套，勤洗手、多通风，定期消毒笼舍，避免直接接触病死禽鸟。医生强调，生活中的细小习惯常是疾病的线索，主动提供职业、爱好或旅行等信息，有助于更快明确诊断，争取宝贵治疗时间。

近日，市中心医院泌尿外科三区成功开展膀胱功能障碍微创注射诊疗新技术，为长期受排尿异常困扰的患者提供了全新的个体化治疗方案。

30 岁的李先生（化名）因中枢神经系统疾病，9 个多月来饱受严重尿频、尿急、尿失禁及排尿困难折磨，还出现双肾积水。辗转多家医院无果后，他来到市中心医院就诊。该院泌尿外科三区主任罗彦斌教授团队为患者完善超声影像尿流动力学检查，结果显示：逼尿肌过度活动、膀胱顺应性重度降低、双侧膀胱输尿管反流，膀胱安全容量不足 100 毫升，病情十分棘手。

罗彦斌立即组织功能泌尿团队开展多学科会诊。尿控学研究室主任肖宁教授判断，患者因神经源性膀胱导致下尿路症状及肾积水，治疗核心在于改善膀胱功能、保护肾功能。王建峰副教授向家属详细介绍膀胱局部注射、骶神经调节、膀胱成形等方案，家属最终选择膀胱局部微创注射。6 月 12 日，罗彦斌、肖宁、王建峰团队密切协作，借助膀胱内镜顺利完成操作，术中平稳，无并发症。

据介绍，该疗法通过调节膀胱神经肌肉传导功能，舒缓异常收缩的膀胱肌群，效果通常维持 6 至 9 个月。国内外诊疗指南均推荐用于常规药物保守治疗效果不佳的难治性膀胱过度活动及神经源性逼尿肌功能异常患者。经检索，该技术在湘西南区域尚无同类临床应用报道，此次成功落地填补了区域空白，标志着湘西南泌尿功能障碍微创诊疗迈上新台阶。

近年来，市中心医院泌尿外科持续加强学科建设，近期顺利通过国家临床重点专科建设项目验收复核。科室还与桂林医科大学

微创小手术解决排尿大麻烦

邵阳日报记者 唐颖 通讯员 肖宁 阳媚



泌尿外科三区团队开展手术中。

第二附属医院合作，搭建湘桂交界区域泌尿功能障碍慢病管理体系，近 5 年承担 4 项省部级科研课题，发表学术论文 20 余篇，已成为湘西南功能泌尿诊疗和研究中心。此次新技术落地，进一步完善了疑难泌尿系疾病诊疗体系，提升了专科救治能力。从“患者追着技术跑”到“技术围着患者转”，市中心医院泌尿外科用一项项新技术的落地，诠释着“以患者为中心”的医者初心，也让“大病不出市”的愿景一步步照进现实。

左右周身拍打，可全方位疏通全身经络，打通气血循环，缓解身体僵硬酸痛。

不同于烦琐的养生功法，这些源自民间的养生智慧，最大的优势便是自然随性。它融入走路、休息、发呆的碎片化时间，无需刻意发力，顺应身体本能，契合中医“润物细无声”的养生理念。

养生从无捷径，贵在日常点滴。这些流传千年的无意识小动作，是老祖宗留给我们的健康宝藏。摒弃复杂的养生误区，从举手投足的小事做起，顺应身体节律、调和周身气血，便能在日积月累中收获健康体魄，感受传统养生文化的独特魅力。

除此之外，诸多下意识动作各有妙用：撞墙、撞树可疏通背部经络，帮助身体排浊祛湿；双手交叉紧握，能收敛心神、静心养神，缓解浮躁焦虑；轻拍胸口可疏通胸腔气机，养护心肺功能；拍打腋窝能疏通肝经气机，舒缓肝气郁结；轻拍臀部、

体检查出乳腺增生？专家：无需过度治疗

邵阳日报记者 陈红云 通讯员 苏澳华

不少女性在体检中查出乳腺增生后，容易恐慌，担心会癌变。市妇幼保健院对此科普解读，普通乳腺增生无需过度治疗，也不等同于癌变，大众应科学认知、理性看待。

据介绍，乳腺增生是女性常见的乳腺亚健康状态。女性经期体内激素周期性波动，乳腺组织会随之反复增生、修复。长期熬夜、情绪不佳、内分泌紊乱等，可能导致乳腺修复不彻底，从而形成增生。需要明确的是，乳腺增生仅为亚健康表现，与乳腺结节、乳腺肿瘤、乳腺癌有本质区别。

临床显示，乳腺增生多与生活习惯相关。长期易怒、焦虑、作息不规律、高糖高油饮食、运动缺乏及月经不调等，都是常见诱因。

乳腺增生的典型表现较为规律：多数患者月经前出现乳房胀痛，经期结束后疼痛自行消退；乳房触摸有颗粒感；情绪波动或熬夜后，疼痛加重。

针对大众最关心的癌变风险，专业科普明确：普通乳腺增生基本不存在癌变概率，仅极少数特殊类型有风险，女性无

需过度焦虑。

日常干预中，误区需纠正：切勿随意服用保健品或长期自行服药；避免在美容院进行非专业乳腺按摩，不当操作易造成组织损伤；不必频繁检查，以免过度治疗。

科学养护是调理核心，建议四点：保持平稳心态，减少负面情绪；坚持规律作息，杜绝长期熬夜；调整饮食，减少甜食、油炸食品，保持清淡均衡；坚持适度运动，穿戴宽松内衣，减少乳房压迫。

同时提醒，若出现以下异常症状，应及时就医：乳房持续性疼痛，触摸到质地坚硬且位置固定的肿块、乳头溢液或形态改变、乳房皮肤凹凸异常等。

复查方面，单纯性乳腺增生人群，每年做一次乳腺彩超即可；若伴有结节、囊肿，可每半年至一年复查一次，动态监测。

乳腺增生多由不良生活习惯引发，是身体的健康预警。规律作息、调节情绪、养成健康生活方式，即可有效调理，无需盲目就医或过度治疗。树立科学认知，方能轻松守护乳腺健康。

七面锦旗见证三年抗癌路 患者感慨“中医针灸让我重获新生”

邵阳日报讯（记者 唐颖 通讯员 余翠娥）近日，市中医院收到恶性肿瘤患者徐莉菲及家人送来的七面锦旗和两封感谢信。近三年来，该医院成了她与病魔搏斗最坚实的“后方”。

徐莉菲回忆，2023 年 9 月的一次紧急手术最为凶险。该院多学科团队迅速会诊，为其制定从手术到康复的周密方案，一次次将她从死亡线上拉回。更令她感动的是，医院为癌康协会会员免挂号费，减轻了经济负担，“让我重新燃起信心”。

治疗中，针灸康复诊疗中心是关键。她右腿长期疼痛麻

木，廖朴、周晓希、颜超沅三位医生用银针精准施治，被患者称为“妙手神针”。几针下去，疼痛缓解，免疫力提高。更惊喜的是，在金庆满主任调理下，她几十年的乙肝病毒竟彻底转阴并产生抗体。“少了一个心头大患，抗癌更有底气了。”

锦旗上“妙手神针”“仁心治麻木”几个字，是她最朴素的褒奖。

此外，该院妇科、妇科及检验科医护人员的细致关怀，也让她倍感温暖。她在感谢信中写道：“贵院不仅治好了我的病，更以‘良医益友’般的温情，给予我和家人莫大的心理慰藉。”

温柔护“繁花” 专业守健康 ——记市妇幼保健院盆底与产后康复科主任伍小燕

邵阳日报记者 曾彦菲

“产后康复真是所有产后妈妈的福音。”6 月 8 日，27 岁的李女士在市妇幼保健院完成产后康复治疗后感慨道。2025 年底，她因胎儿偏大顺产，导致膀胱、子宫脱垂，产后频繁漏尿，身体的后遗症让她倍感自卑。

抱着试一试的心态，李女士来到该院盆底与产后康复科。在科主任伍小燕团队的指导下，她完成了呼吸运动矫正、盆底肌电磁疗等个性化康复项目，身体状况大幅改善。重获健康的她主动在社交平台为团队点赞。

2024 年 8 月，市妇幼保健院盆底与产后康复科正式开科。作为科室负责人，伍小燕深耕女性盆底功能障碍防治与产后康复领域，以耐心倾听、温柔安抚和精准治疗，治愈了很多被盆底问题困扰的女性。

更年期患者谢女士因雌激素骤降出现严重阴道干涩，夫妻生活受影响，又得不到家人理解，深陷焦虑与自卑。伍小燕耐心疏导，为她定制理疗加药物的综合方案。一个多月后，谢女士身体不适消除，重归幸福生活。

30 岁的徐女士因顺产巨

大儿，经历产钳助产、会阴侧切，产后下半身麻木、大小便感知失灵，盆底肌力降至 0 级。伍小燕采用特色盆底手法唤醒受损肌群，搭配运动康复方案，指导她居家训练。两个月后，徐女士盆底功能基本恢复。

伍小燕发现，50% 至 70% 的中年女性存在漏尿、小腹坠胀等盆底功能障碍，但多数人因观念束缚选择隐忍。她带领团队走进社区、招聘会开展公益科普。在城南公园一场招聘会上，应聘者邓女士对症就诊，仅一个疗程便根治了多年的漏尿难题。

“帮助女性走出病痛、改善生活质量，是我的初心，更是我的责任。”伍小燕说。她自费外出学习先进技术，持续迭代诊疗方案。从重度产后损伤修复到更年期盆底调理，从身体治愈到心理重塑，她用心守护每一位女性，助其重拾自信，活出健康人生。

跟着中医来养生·本周话题

藏在日常小动作里的华夏养生智慧

邵阳日报记者 阳恬甜 通讯员 刘璐

（扫码观看视频）

节奏的生活需求。

传统中医讲究“通则不痛，气血和则百病消”。民间流传的日常小动作，核心便是疏通经络、调和气血。闲暇时搓搓手，便是最简单的提神养心之法。双手遍布穴位，反复摩擦生热，能快速促进手部血液循环，刺激末梢神经，缓解大脑疲惫、唤醒精神状态。久坐办公、用脑过度时随手一做，便能舒缓身心。

日常中不经意的踮脚动作，则是低调的养肾良方。中医认为，足为精气之根，踮脚可拉伸腿部经络，刺激足底涌泉等关键穴位，助益肾气升腾；同时能疏通下肢气血，改善久坐导

致的双腿酸胀、四肢乏力，长期坚持有助强健腰腿、提振元气。

很多人闲来无事揉揉肚子，更是老少皆宜的养脾胃古法。腹部汇聚脾胃经络，轻柔打圈按摩，能够促进肠胃蠕动、疏通腹部气血，改善脾胃虚弱、湿气淤积等问题，帮助消化运化，调理身体亚健康状态。

除此之外，诸多下意识动作各有妙用：撞墙、撞树可疏通背部经络，帮助身体排浊祛湿；双手交叉紧握，能收敛心神、静心养神，缓解浮躁焦虑；轻拍胸口可疏通胸腔气机，养护心肺功能；拍打腋窝能疏通肝经气机，舒缓肝气郁结；轻拍臀部、

跟着中医来养生