

# 宝鸡运动医学领域的“梦之队”

## ——市中医医院关节中心运动医学科以匠心妙手赢得患者信赖

李晓菲

俗话说：伤筋动骨一百天。顾名思义，“动骨”就是“骨折”等骨科常见病，而“伤筋”则是肌腱、韧带、软骨等软组织的损伤，这些都是近年来热门医疗学科——运动医学的诊疗范畴。

近年来，随着全民健身热潮来袭，运动医学也被越来越多的人熟悉。2020年，市中医医院成立了全市首个运动医学科，填补了宝鸡运动医学领域的空白。自此，传承与创新在这里不断演绎，现代医疗技术与传统中医文化在这里不断融合，一支技术过硬、设备完善、综合实力领先的运动医学“梦之队”在这里逐渐成长，以匠心妙手让生命重新焕发健康活力。

### 练内功 提升团队硬核实力

火车跑得快，全靠车头带！市中医医院关节中心运动医学科虽然成立时间较短，但却有着骄人的业绩，这与科室的“灵魂人物”——科室主任、主任医师杨红梅密不可分。早在2005年，杨红梅就在北京积水潭医院进修运动医学专业，并率先在宝鸡开展了关节镜微创诊疗技术。经过近20年的精钻细研，如今，在我市运动医学领域，杨红梅的学术水平和诊疗技术可谓独占鳌头。

“学科想要传承发展，不能靠单打独斗，要竭尽所能去教育和培养更多的人才，要让团队的每一个人都有‘拿手绝活’。”杨红梅是这样说的，也是这样做的。4年来，杨红梅一方面结合科室现状积极分析、合理配置人才梯队，另一方面手把手示范和带教，促进年轻医生快速成长，提升专业技能。

科室成立之初就加入团队的王星，如今已经成为运动医学科副主任医师，对各种肩膝关节损伤，以及半月板撕裂、髌骨不稳及脱位等诊断及微创治疗游刃有余，是科室当之无愧的中坚力量。4月24日，在佛山市中医院举办的全国运动医学观摩培训班上，王星副主任医师还收到了国内关节镜领域的先行者——佛山市中医院赵立连主任的邀请，进行了一场精彩绝伦的关节镜下肩袖损伤修补手术直播演示，赢得了参会同行的啧啧称赞。

而科室主治医师冯玉涛也成了不少患者口中的“大咖”，去年他还参加了在西安举办的运动处方师培训班，准备在新领域大展拳脚，让运动有“方”可循；“90后”主治医师李少鹏虽然年纪不大，但学习勤勉，基本功扎实，目前正在上海学习交流的他时刻紧跟运动医学前沿，不断提升自己的医疗技术能力。

这几年，在医院大力支持

运动医学“梦之队”活力四射、昂扬向上，在专业领域精耕细作，守护群众稳稳的幸福。

### 强医技 小切口解决大问题

日前，市中医医院关节中心运动医学科接诊了一位82岁的特殊患者，老人右肩膀疼痛，在家人的陪伴下到医院检查，这是市中医医院关节中心运动医学科接诊年纪最大的患者。

度和范围，在损伤最小的前提下，对病变进行最直接的诊断和治疗，最大限度和最短时间内恢复伤者的运动能力与生活质量，真正实现了“小切口解决大问题”。

近年来，科室主攻的“拯救半月板”治疗方案正是这一诊疗理念的形象说明。“半月板作为膝关节的‘稳定器’和‘缓震器’，别看小小一点，但对于保护膝关节有巨大价



运动医学科医生正在查看患者恢复情况

下，市中医医院运动医学科蓬勃发展，逐年吸纳新鲜血液加入。在骨科临床工作20余年的副主任医师马宏胜，凭借丰富的骨科临床治疗经验，在运动损伤及微创治疗上驾轻就熟，除了扎实开展各类肩、膝关节镜微创治疗外，2022年他还专程前往北京学习髌关节镜微创治疗技术，致力于为髌痛患者提供更科学、更精准、更微创的治疗；爱思考、善创新的年轻医师张超，28岁就成了亚太地区骨科关节镜学会会员、国际骨科关节镜学会会员；擅长中医辨证医治的年轻医师白雪山，将中医辨证与西医辨病完美融合，满足了患者多元化就医需求。

随着新鲜血液的加入，市中医医院关节中心运动医学科人才梯队更加完善，团队实力愈发强大，人人苦练内功、追求卓越，诊疗有的放矢，术中得心应手、科研行有余力，这支运

“右肩疼痛主要是‘肩袖损伤’导致，通俗来讲，就是连接肌肉、关节的‘筋’断了，保守治疗还是手术需要和家属沟通。”杨红梅表示，老人毕竟80多岁了，虽然是微创手术但也会有风险，原本准备保守治疗。没想到，和老人家属沟通后，他们非常信任医护人员的专业技术，决定手术治疗。家属以诚相托，运动医学科诊疗团队必须对得起这份沉甸甸的信任！手术很快被安排妥当，仅在右肩开了4个5毫米左右长的入路，不到一小时手术便圆满完成。随后在医护人员的精心照护下，老人身体恢复得很快，不到一周时间就出院了。

紧密把握运动医学发展方向，立足微创化、精准化、智能化前沿，市中医医院关节中心运动医学科以关节镜微创技术为重点，利用全关节镜下或关节镜辅助下的微创技术，精准判断病变的程

值。”杨红梅介绍说，半月板损伤一般的处理方法是切除损伤部位，而他们科室则是根据患者病情采取阶梯化、个性化的治疗，在“量体裁衣”中实现个体化诊疗模式，尽可能缝合修复损伤半月板，最大限度维持半月板对膝关节的保护功能，为不少患者成功实施“拯救半月板”治疗，治疗效果良好，受到患者一致认可。

以患者获益最大化为出发点，市中医医院关节中心运动医学这支“梦之队”瞄准学科前沿，不断向运动医学高峰攀登，在宝鸡地区率先开展膝关节镜下复杂韧带重建、髌骨脱位微创治疗、肩关节镜下肩袖损伤修补术等。未来，他们还打算开展全内镜下重建前交叉韧带术，开设运动处方门诊等，聚力打造区域运动医学新高地，建设完善的运动损伤防护体系，以更好地指导广大运动爱好者科学健身。

## 渭滨区桥南街道川陕路社区 上门“双补”认证 助残服务贴心



本报讯（记者 段序培）近日，渭滨区桥南街道川陕路社区组织人员上门为辖区百余户残疾人办理“双补”认证，并积极帮助他们解决生活中的困难事。

残疾人生活补贴和重度残疾人护理补贴要通过手机进行认证，考虑到服务对象出行不便且大部分不能熟练操作智能手机，川陕路社区提前对辖区需要帮助的残疾人进行统计，并组织人员及时上门服务。“摇摇头、眨眨

眼，好了，认证成功了。”每到一户，社区工作人员都热情受理残疾人申请（见上图），耐心细致答疑解惑。在双残户麻珏英家，工作人员了解到她和孩子由于身体原因，洗澡比较困难，便及时为他们讲解辅具申请政策并现场在网上协助其申请浴凳。连日来，该社区已为106户残疾人上门办理了“双补”认证，在落实国家惠民政策的同时，实现了让群众少跑腿。

## 宝鸡儿童公园 打造“七彩花园”方便市民休闲



千鸟花、共享草坪、冰淇淋雪糕景观装饰……近日，宝鸡儿童公园改造的绿地微景观吸引了市民驻足观赏。4月初以来，工作人员自行设计，历时半月改造完成2300

平方米的“七彩花园”，并种植了飞燕草、角堇、须苞石竹等22个品种500余株花卉。另外，还开辟了共享草坪，供市民休闲露营。

（董璐）

## 为甜蜜“减负” 给幸福“加分” 凤县小伙举办“轻婚礼”受好评

本报讯（记者 白杨）不请接亲车队、不要伴郎伴娘，省去堵门等复杂流程，一切从简……今年“五一”假期，凤县小伙杨帆和爱人周双举办了一场“轻婚礼”，亲朋好友纷纷为两位新人喜事简办的做法竖起了大拇指。

5月2日，记者在杨帆的婚礼上看到，现场布置简单大方，新人入场后互相交换戒指，家人答谢讲话完毕，整个婚礼仪式就结束了，过程仅用了20多分钟。杨帆是凤县人，和新娘周双经历甜蜜的恋爱后，最终决定牵手共履人生。在筹备婚礼时，两人认为传统的婚礼

形式过于繁琐，既耗时又费力，经济上也是一笔不小的负担。经过商讨后，他们决定婚礼一切从简。

“轻婚礼”该不该提倡？记者采访了宝鸡文理学院马克思主义学院教授、人文社科类专家王红梅，她认为“轻婚礼”是年轻人追求简单、淳朴、实在生活的体现，这种婚礼形式更加符合现代人绿色环保、经济实惠的生活理念。“轻婚礼”让新人减轻了负担，更专注于两人与亲友间感情的交流，把婚礼办得更加温馨、有意义；同时，也引领了城市文明新风尚。

## 陇县北城社区创新开展志愿服务——积分换奖励 群众得实惠

本报讯（记者 罗锐）“‘商户+积分兑’志愿服务模式太好了，我闲暇时打扫卫生攒的积分，还能为孩子换课时券。”近日，陇县城关镇北城社区居民冯明芳在社区兑换到舞蹈课时券后高兴地说。今年以来，北城社区探索实行“商户+积分兑”志愿服务模式，让志愿服务由“要我参与”变为“我要参与”。

今年初，北城社区依托“双报到”志愿服务系统，探索出“商户+积分兑”志愿服务模式，辖

区志愿者通过注册登记，积极参与社区各项志愿活动赚取积分。社区工作人员根据服务时长、内容和质量等进行量化评分并进行登记（见左图），志愿者可根据积分在社区积分超市兑换小礼物，也可以与社区签约的教育培训机构、超市、物业公司等兑换相应的商品及优惠服务。

“‘商户+积分兑’志愿服务模式，既能让志愿者得到的积分兑换成奖励，又能为商户吸引客户，形成互惠互利的良性循环。”北城社区负责人说。



宝鸡市渭滨区红苹果幼儿园申请注销，统一社会信用代码：526103025902985121，请有关债权人、债务人于本公告见报日起四十五日内前来办理相关事宜，逾期不办，责任自负。联系电话：15891381687 宝鸡市渭滨区红苹果幼儿园 2024年5月7日

公告专栏 服务热线 3273352 法律 吴智丰律师 13309174321 顾问 程建兵律师 13992732277

挂失 以下证件遗失，现声明作废。

- \* 赵宏丢失身份证，号码为：610321198008263111。
- \* 宝鸡市渭滨区红苹果幼儿园丢失民办非企业单位登记证书正本，号码为：526103025902985121。
- \* 宝鸡传化速特公路港物流有限公司丢失开户许可证，号码为：J7930004496601。
- \* 宝鸡摩音嘉华餐饮娱乐有限公司丢失公章一枚，号码为：6103020057147。
- \* 见鹏飞丢失残疾人证，号码为：61032319880801801062。
- \* 谭小利丢失残疾人证，号码为：61032119740520181763。
- \* 宝鸡市渭滨区明泉村股份经济合作社丢失开户许可证，号码为：J7930005768401。
- \* 宝鸡市陈仓区永美粮种养殖家庭农场丢失公章一枚，号码为：6103040050009。
- \* 王园丢失宝鸡三迪房地产开发有限公司收款收据一张，号码为：03767673。
- \* 田斌丢失残疾人证，号码为：61032720040505431171。
- \* 何涛丢失残疾人证，号码为：61032119560224341942。

