八旬老人足部溃烂 却在市人民医院重获新生

近日，在株洲市人民医院老年病科安宁疗护病房，一场关于生命守护的温暖故事悄然发生。

80岁的周爷爷，确诊糖尿病10余年，3月前病情急剧恶化，左下肢溃烂、肾功能不全，经历血液透析治疗后，仍面临感染、多器官功能损伤等危机。

来到市人民医院后，考虑到老人合并有急性脑梗死、冠心病、高血压等多种慢性疾病，家属希望转入安宁疗护病房，寻求保守对症照护，让老人在最后的时光得到温暖照护。

然而，老年病科医护团队没有“放弃”，而是以“生命至上”的信念，为老人制定个性化综合治疗方案。

针对老人糖尿病足感染、多器官功能损伤等问题，医护团队一方面严格控制血糖，加强创面清创、抗感染治疗，运用专业护理技术促进伤口愈合；另一方面，关注老人整体状态，调整营养支持方案，改善心功能，缓解全身症状。同时给予心理安抚，即便面对留置胃管、尿管的复杂护理，也始终以耐心、专业守护老人。

奇迹就这样发生了。老人不仅退烧了，有精气神了，最令人惊喜的是，原本被评估“预后差”的糖尿病足，也在持续的精心治疗下得到有效控制，溃面逐渐愈合。

家属表示，这次成功的治疗，刷新了他们对“安宁疗护”的认知。“它不仅是临终关怀，更是以专业医疗技术为基础，结合人文照护，为危重患者争取转机的生命守护。”家属说道。

近年来，株洲市人民医院老年病科作为湖南省临床重点专科，用行动证明，只要有一丝希望，就会拼尽全力。这一场生命的逆转，是医术与仁心的交织，更是对“健康所系，性命相托”的诠释。未来，株洲市人民医院将继续以专业与爱为笔，书写更多关于生命守护的动人篇章。

（陈娜）

在安宁疗护病区，老人的感染得到有效控制。通讯员供图

别让“社恐”困住青春　正确认识与克服社交恐惧症

在当下，“社恐”一词频繁出现在人们的日常交流中。当不想参与社交活动，或是对当众演讲心怀恐惧时，不少人都会自嘲一句“我是社恐”。株洲市三医院心理咨询门诊医生指出，近年来，众多00后习惯给自己贴上“我是社恐”的标签，却未意识到，这其实是一个具有明确医学定义的病理概念。

15岁的高中生小馨，就深受其扰。每次上课，她都害怕被老师点名，常常不自觉地低头，回避老师的目光。一旦被老师叫到，便会面红耳赤、手心冒汗、呼吸急促，即便心中知晓答案，大脑也会瞬间一片空白。同学约她周末聚餐，她提前三天就开始失眠，最终只能以感冒为由拒绝参加。市三医院心理咨询门诊医生介绍，小馨的这些表现，并非性格内向那么简单，而是典型的社交恐惧症症状。

什么是社交恐惧症

社交恐惧症，又称社交焦虑障碍，主要表现为在社交场合中持续存在紧张或恐惧情绪，并以回避社交行为作为主要特征的一类焦虑恐惧障碍。

社交恐惧症有哪些临床表现

1.害怕在公众场合发言，一站到台上，大脑就一片空白，声音颤抖，手心出汗。

2.不敢与他人进行眼神交流，目光总是闪躲。

3.在社交聚会中极度不自在，觉得自己格格不入，不敢主动与人交谈，即便交谈也紧张得词不达意。

4.在不得不与人交流时，出现心跳加速、口干舌燥、汗流浃背、呼吸短促等生理反应。

青少年如何克服社恐

1.从小事挑战自我：从与一个陌生人打招呼这类小事做起，逐步扩大自己的社交圈子。比如，可以先在友善同学的陪伴下参加集体活动，慢慢结交朋友。

2.学会倾诉与倾听：当感到烦恼或恐惧时，向可信赖的人倾诉内心想法，他们能帮助你寻找解决办法。同时，要学会倾听自己的心声，不过分在意他人的言论。

3.改变生活方式：保持规律作息、均衡饮食、适度运动等。这些生活方式的调整，有助于改善身体和心理状态，增强自信心与抗压能力。

社交恐惧症的治疗

如果社交恐惧症已经严重影响到日常生活和工作，应及时前往医院，由专业的心理医生或精神科医生进行诊断和治疗。

1.药物治疗：抗抑郁药和抗焦虑药可有效缓解恐惧和焦虑情绪。

2.心理治疗：认知行为疗法（如暴露疗法）、社交技能训练、放松训练（如深呼吸、渐进性肌肉松弛）、情景模拟训练等。

3.神经调控治疗：重复经颅磁刺激治疗、脑电生物反馈治疗、虚拟现实技术（VR）治疗等。

株洲市三医院心理咨询门诊医生提醒，社交恐惧症患者并非异类，他们只是需要更多的理解与支持。如果你或身边有人正受社交恐惧症困扰，不要害怕，勇敢寻求帮助。迈出改变的第一步，终能走出社交恐惧的阴霾，拥抱精彩的社交生活。

（杨清桃）

房颤引发“腿梗”危机
七旬老人“血管内游走炸弹”2小时被拆

75岁的袁奶奶（化名）患有脑梗塞、糖尿病、肾功能不全、心功能不全以及房颤。近日，她突然感到左下肢剧烈疼痛与麻木，被紧急送至株洲市三三一医院。医院迅速为她完善相关检查，超声结果显示：“左侧股动脉急性闭塞，双下肢动脉硬化并伴有斑块形成”。若不及时治疗，袁奶奶的下肢可能出现缺血坏死，甚至面临截肢风险。

面对这一紧急状况，株洲市三三一医院立即组织MDT专家进行讨论，随后开启绿色通道，进一步完善检查。介入放射科章旭主任团队为袁奶奶实施了急诊介入取栓手术。

手术在局部麻醉下进行，外周血管介入团队在老人腹股沟处，通过一个不到2毫米的穿刺通道，将机械吸栓导管送入目标血管，精准“定点”吸出血栓，成功疏通了闭塞的血管。经过2小时的微创手术，闭塞血管顺利开通，袁奶奶下肢的动脉血液供应得以恢复。她的下肢疼痛和麻木感明显缓解，足背动脉搏动恢复，皮肤温度回升，成功保住了腿。

介入放射科主任章旭介绍，袁奶奶的情况是由房颤引发的急性下肢动脉栓塞。就如同“心梗”会导致心脏缺血死亡、“脑梗”会造成脑缺血偏瘫一样，下肢动脉被堵塞会造成缺血，也就是俗称的“腿梗”。如果不及时治疗，48小时内肢体坏死截肢的风险超过30%。

发病原因：心脏里的“定时炸弹”

房颤（心房颤动）患者的心脏就像一台“失控的引擎”，每分钟颤动350至600次。这种快速颤动会导致血液在心房内形成涡流，极易在左心耳处形成血栓。一旦这些血栓脱落，便会随着血流“漂流”到全身动脉。要是卡在下肢动脉（如股动脉、腘动脉），就会阻断血流，引发急性缺血。

房颤未规律抗凝治疗者，合并高血压、糖尿病、动脉粥样硬化者，心脏瓣膜病、心梗或人工心脏瓣膜术后患者等高危人群，需时刻保持警惕。

5个信号及关键时间窗

（1）急性下肢动脉栓塞的典型表现有5个信号，即“5P征”：疼痛（Pain）；苍白（Pallor）；无脉（Pulselessness）；感觉异常（Paresthesia）；运动障碍（Paralysis）。

（2）关键时间窗：发病后6至8小时是手术取栓的最佳时机，超过24小时，截肢率高达30%。

治疗：与时间赛跑的“血管保卫战”

1.药物治疗

抗凝：使用华法林、利伐沙班等药物，预防新血栓形成；溶栓：如尿激酶、阿替普酶，适用于早期部分栓塞情况。

2.介入治疗

创伤极小：仅有2毫米穿刺口，避免了传统开刀的较大切口；

精准高效：血栓抽吸术：用导管“吸出”血栓；导管溶栓：局部灌注药物，溶解残余血栓；球囊扩张/支架：处理合并的动脉狭窄；

医生手术中。通讯员供图

快速恢复：术后次日即可下床，3天左右便可出院。

3.外科手术：仅用于介入失败或肢体已坏死的情况，需要切开血管取栓或截肢。

预防：给心脏和血管上“双保险”

1.房颤管理：规律抗凝（定期监测INR值）、控制心室率；

2.生活方式：戒烟限酒、适度运动（如每日进行步行训练）；

3.定期筛查：房颤患者每半年进行一次下肢血管超声检查。

市三三一医院介入放射科主任章旭提醒，记住“5P”预警信号，及时就医并选择介入治疗，能让90%以上的患者保全肢体。别让心脏的“乱颤”，成为夺走你行走自由的凶手。

（罗美华）

首单落地！中国银行助力保险资金与金融市场“双向奔赴”

中国银行 BANK OF CHINA

3月25日，上海黄金交易所（以下简称“上金所”）支持首批保险机构参与黄金业务试点。上线首日，中国银行为首批保险机构提供交易报价、托管、保证金存管银行服务。

前，国家金融监督管理总局正式下发《关于开展保险资金投资黄金业务试点的通知》，标志着险资投资黄金正式开闸。该举措有助于进一步丰富我国黄金市场参与主体，拓宽保险资金运用渠道，优化保险资产配置结构，推动我国黄金市场健康发展。

作为上金所首批金融类会员和主板、国际板首批保证金银行，中国银行此前成功落地首单“上海金”定价交易，代理上金所主板及国际板会员数量位居市场前列，是上金所黄金询价市场最大做市商。中国银行将聚焦服务国家战略，持续发挥金融要素市场专业优势，不断提升金融服务质效，助力我国金融市场高质量发展。

（谭焱）

本周刊由
株洲市银行业协会
株洲日报　主办
协办单位：
中国银行　浦发银行　兴业银行
湖南银行　交通银行　工商银行

本报传真：28823908　广告热线：28835396　印刷厂：28823155　发行部：28823900　本报自办发行　年定价：396元　零售价：2元　广告经营许可证：株工商广字第4302004030087号　本报3:10开印6:30印完　株洲日报印刷厂印