

不开刀也能治腰突? 市三三一医院射频消融术微创治痛



射频消融术。通讯员/供图

弯腰取物时突然腰背如遭电击?久坐后站起,腰腿麻木如同灌铅?咳嗽、打喷嚏也诱发腰部钻心剧痛?株洲市三三一医院脊柱外科专家介绍,这种折磨很可能源于腰椎间盘突出,我们脊柱中那一个个柔软却“任劳任怨”的缓冲垫出了问题。当椎间盘中央如“果冻”般的髓核突破坚韧如“轮胎”的纤维环外层,压迫到敏感的神经根时,炎症、肿胀与剧痛便接踵而至。面对这种苦痛,传统的卧床休息、药物治疗,乃至物理疗法有时显得力不从心,而开放性手术又令

人望而生畏。腰椎间盘突出射频消融术,作为一种相对温和的微创手术,近年来为许多饱受腰痛困扰的患者带来了新的选择。

什么是射频消融术

医生操作一根与缝衣针大小的特制穿刺针,在X光或CT的精准导航下,将其安全送至病患间盘突出核心位置。针尖处连接着一根微型的“电热丝”,通过特定频率的电流,在目标区域形成可控的高温场——通常设定在70℃至90℃之间。这一温度足以精准地“凝固”导致疼痛的神经末梢及部分异常组织,同时使受压迫的神经根周围炎症物质消散,从而显著缓解疼痛。整个过程在局麻下完成,患者全程清醒,可及时反馈感受。

哪类人群适合这项技术

射频消融术并非万能钥匙,医生需严格评估。1.明确适应症:经影像学(如MRI)证实为轻度或中度的包容性椎间盘突出,其症状(腰痛、下肢放射痛、麻木)与受压神经根定位吻合,且保守治疗至少4至6周效果不佳。2.关键禁忌证:椎间盘突出严重脱出或游离,椎管显著狭窄,脊髓明显不稳或滑脱,椎间盘已严重退变塌陷等情况并不适宜,凝血功能障碍者亦需谨慎。需要注意的是,射频消融术整个过程约30至60分钟,穿刺点微小,仅需覆盖敷料,住院3天左右即可

出院,术后几天内穿刺部位可能有轻微酸痛,避免剧烈活动。

射频消融术常见疑问解答

- 效果如何?对于严格筛选的患者,有效率可达70%至80%,疼痛缓解常在术后1至2周逐渐显现。
- 会复发吗?存在一定复发率(文献报道约5%至10%),尤其术后未重视康复或脊柱负担过重者。
- 有风险吗?射频消融术属微创手术,总体安全。但任何操作皆有风险,如局部感染、出血、神经损伤(罕见)等,医生会详尽沟通。
- 费用如何?射频消融术相比开放手术费用显著降低,但具体费用因地区、医院、耗材等差异较大(通常在数千元级别),医保政策亦有不同,需提前咨询。

专家提醒

腰椎间盘突出射频消融术凭借其微创、恢复迅速、安全性高、费用较低的优势,为众多符合适应证的顽固性腿腿痛患者提供了选择。株洲市三三一医院脊柱外科专家温馨提示,任何医疗决策都需要专业医师的严谨评估,若腰痛反复纠缠,生活备受困扰,建议主动就医,与医生深入沟通。在科学指导下选择适合自己的方案,告别疼痛的枷锁,重新拥抱自由舒展的生活。(李志刚)

暑热伤神?市三医院中医推荐 这些食物助你“心”安一夏

夏季暑热蒸腾、湿气渐盛。中医认为“暑易伤气、湿易困脾”,心理疾病患者因体质偏虚或气机失调,更易受时令影响,出现烦躁易怒、失眠多梦、食欲不振等不适。株洲市三医院中西医结合心理科专家表示,合理的饮食调理能帮您调和阴阳、安神定志,为病情稳定筑牢基础,以下结合中医理论为您提供夏季饮食指导。

饮食总原则:清补养心, 避伤脾胃

- 清热祛湿,解“暑湿之扰”
推荐食材:绿豆、冬瓜、黄瓜、莲子、薏苡仁、赤小豆、荷叶、苦瓜。
中医解析:夏季暑湿交织,易致口干口苦、身体困重。这类食材甘凉清润,能清热利水、化解湿邪,让身体“轻畅”度夏。

食谱示例:

绿豆百合粥(绿豆30克、干百合10克、粳米50克同煮);清蒸同时兼顾润肺安神。
冬瓜薏仁汤(冬瓜200克、薏苡仁20克、生姜2片煲汤);利水消肿,适合午后乏力者。

2. 养心安神,稳“情志之根”

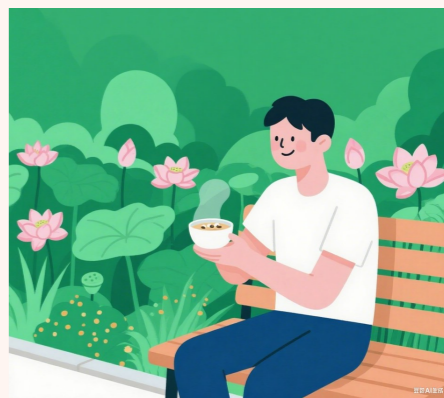
- 推荐食材:小麦、红枣、酸枣仁、桂圆、百合、茯苓、莲子心。
中医解析:心主神志,夏季心火易旺,酸枣仁“补肝宁心”,百合“清心安神”,搭配茯苓健脾,能从根源缓解焦虑、失眠。

食谱示例:

甘麦大枣汤(甘草5克、小麦30克、红枣5颗煮水);经典古方,适合情绪波动大者。
百合茯苓粥(鲜百合20克、茯苓粉15克、小米50克煮粥);助眠同时养护脾胃。

3. 忌口清单: 这些食物易“添乱”

忌辛辣刺激:辣椒、花椒、生姜等易“助火生痰”,可能加重躁动、胡



图片来源于网络

言乱语。
忌油腻难消:烧烤、炸鸡、肥肉会加重脾胃负担,滋生“痰湿”,影响情绪稳定。

忌生冷寒凉:冷饮、冰水果易伤脾胃阳气,导致腹胀、腹泻,间接引发情绪低落。

对症食疗:按症状选方更精准

- 吃动结合:餐后1小时可散步10至15分钟,帮助脾胃运化,避免积食生“火”。
- 用药忌口:服用抗精神病药物期间,严禁饮酒(可能加重镇静副作用),忌大量饮浓茶(影响药物吸收),慎吃柚子(可能干扰代谢)。
- 灵活调整:若合并糖尿病,可用玉米须代替冰糖调味;高血压患者少用桂圆、红枣等偏温补食材。
- 观察反馈:若食用某类食物后出现不适(如腹胀、烦躁加重),及时停用并咨询医生。

夏季养生,“食”力为先

市三医院中西医结合心理科专家表示,饮食的智慧能悄然调和气血、安抚心神,为身体康复添力。若对自身有牵挂或疑问,建议到专业医疗机构,我们会为您定制个性化方案。愿您与家人安然度夏,身心康泰。(张君)

市人民医院急诊团队在省急诊年会斩获多项荣誉

7月17日至20日,2025年湖南省医师协会急诊医师分会第三届学术年会暨第九届湘湘急诊重症与呼吸治疗论坛在长沙举行。株洲市人民医院急诊医学团队在此次活动中表现抢眼,不仅在多场竞赛中斩获佳绩,更获省级平台权威认可。

7月19日,第二届院内应急演练快速反应团队实景大赛率先拉开帷幕。在这场汇聚全省36支精英队伍的角逐中,株洲市人民医院组建的快速反应团队顶住压力,展现出过硬的实战能力。主治医师江伟岸、主治医师罗润、主管护师罗丹、主管护师郭珊、

主管护师谭莉组成的5人小组,在模拟病例救治中,从病情研判到应急处置一气呵成。精准的诊断思路、高效的操作流程以及队员间默契的配合,呈现了急诊“黄金时间”内的规范救治流程,最终以优异成绩斩获二等奖,赢得评委的高度评价。

次日举行的“危而不惧”病例竞赛中,该院主治医师罗荣带来的《迷雾重重:发热待查背后的真相》病例报告,凭借清晰的诊疗逻辑和对疑难病症的深度剖析,在众多参赛作品中脱颖而出,一举拿下优秀奖及最佳人气奖两项荣誉。

除了竞赛佳绩,医院还收获了沉甸甸的“省级认证”,被正式授予湖南省急诊联盟理事单位。同时,作为株洲市首家开设动物致伤门诊的公立医院,急诊医学科负责人许谨受邀在动物致伤会场及病例竞赛分会场担任主持与点评专家,进一步彰显了该院在该领域的专业影响力。

“以学促干,以赛砺能”。此次荣誉而归,不仅是对株洲市人民医院急诊团队实力的肯定,更激励着他们持续提升救治能力,为守护市民生命健康、建设健康株洲贡献更多力量。(廖静兰)



市人民医院急诊团队参与代表。通讯员供图

理财·周刊

责任编辑:郭家杰

中国银行协助发行首笔主权国家政策性银行“云吞债”



近日,中国银行作为结算交割行、联席牵头经办人兼账簿管理人及货币交叉互换交易行,协助韩国进出口银行

首次发行港元“云吞债”。“云吞债”指由国际多边机构、政策性机构、金融机构及企业在香港离岸市场发行的以港元计价的公债券。募集资金用于满足机构对港元资金需求,有助于丰富香港离岸债券市场品种。本次债券评级为穆迪Aa2、标普AA及惠誉

AA-,发行规模为3年期24亿元,定价2.969%,簿记建档峰值订单规模达87亿港元,订单倍数高达3.625倍,创“云吞债”发行倍数新高。本次发行的债券是全球首笔由主权国家政策性金融机构发行的“云吞债”。中国银行首尔分行、中银香港密切

联动,推动债券发行高效落地,进一步展现了中国银行在跨境金融服务领域的专业优势。中国银行将继续发挥全球化网络优势,为客户提供更加多元化、专业化的金融支持,助力共享亚太地区经济社会发展新机遇。(谭焱)

株洲市银行业协会
株洲日报 主办

本周刊由
协办单位:
中国银行 交通银行
浦发银行 工商银行
湖南银行 珠江农商银行

小微企业如有融资需求,请扫此码

工商银行株洲车站路支行两度拦截电信诈骗 筑牢反诈屏障

7月18日下午,一位67岁的老人在民警的陪同下来到了工商银行株洲车站路支行营业室,紧紧握住工作人员的手连声道谢:“多亏了你们的坚持和负责,不然我的养老钱就打水漂了!”

7月18日当天,通过工行车站路支行工作人员与警方的快速响应,两度拦截诈骗转账行为,成功为客户守住了27万元财产安全。

当天上午,该客户来到奔龙支行,称需转账27万元给“特价房介绍人”,计划前往外地购买特价房。工行车站路支行

工作人员在沟通中察觉该交易存在异常,结合反诈工作经验判断可能涉及诈骗,当即联合赶到现场的110民警对客户进行劝阻。面对客户的不解,工作人员耐心开展反诈宣传,详细讲解此类“特价房”诈骗的常见套路,最终明确拒绝了其转账及取现请求,暂时阻断了风险。

然而,诈骗分子并未放弃。中午时分,该客户竟与一名陌生男子一同出现在车站路营业室,再次提出转账27万元的需求。支行营业室工作人员接到需求后,结合客户上午的情况,迅速判断该笔

交易风险极高。为避免群众财产受损,工作人员当机立断再次报警。民警接到报警后迅速二次抵达现场,将该客户及同行陌生男子带走进一步询问。经警方深入核查,确认该转账行为已涉嫌诈骗,最终成功避免了该客户的财产损失。

此次事件中,支行网点与警方的高效联动,彰显了警银协作反诈的强大合力。下一步,工行车站路支行将持续深化警银反诈协作机制,通过强化风险预警、细化宣传引导,筑牢守护群众财产安全的坚固防线。(陆睿)

金融赋能,企业腾飞的强劲引擎

资金是企业发展的血液,而中小企业因资产规模有限、抵押物不足,常常面临融资难、融资贵的困境。株洲珠江农商银行通过深入了解企业需求,近年来创新推出“科技贷”“园区贷”等一系列金融产品,优化服务流程,提升服务效率,给中小企业提供更为便捷的资金支持。

白关支行依托“科技贷”,创新推出“技术流”评价模式,从科技企业人才队伍、科技资质、知识产权等9个维度进行综合评分,给科技企业评级。这一举措对拥有核心技术、发展潜力巨大,但财务数据不够亮眼的科技企业

提供了“重新认证”机会。

株洲某新材料公司处于海外业务拓展阶段,对资金需求量大增,但因应收账款未及回收,导致资金流向不佳,难以获得传统银行大额授信。白关支行运用“技术流”评价模式,深入调研企业的技术实力和市场前景,为其提供500万元的授信,有效缓解了企业的现金流压力,助力企业在制造业领域快速发展,业绩突飞猛进,2024年营收额相较于2020年提升了400%。

除了创新产品,服务流程上的优化也为企业带来了极大便利。株洲珠江农商银行针对中小企业贷款审批实行

优先受理、优先调查、优先排会,大幅缩短从提交申请到贷款发放的时间,及时满足企业资金需求。

白关支行客户经理团队对株洲某硬质合金公司实地考察后,启动“快速响应机制”,申请开通绿色通道,从得知信贷需求到完成放款仅用了4天时间,顺利解决企业因订单量激增而面临的资金缺口问题,助力企业规模扩张。

未来,株洲珠江农商银行将不断推进金融创新,持续提升服务水平,继续为企业发展保驾护航。(刘银杰)

交通銀行 办社保卡 到交行

活动时间:2025年3月10日至2025年6月30日

首次开卡
40元支付贴金券 + 30元支付贴金券

首次代发养老金
30元支付贴金券

免跨行ATM取款费 免年费 免短信提醒费 免开卡工本费

首次开卡礼
活动期间,首次在交通银行湖南省分行开立湖南省社会保障卡实体卡并激活的客户可获得:40元支付贴金券+30元支付贴金券;

养老代发礼
活动期间,交通银行湖南省社保卡首次实现养老金代发且首次代发金额满100元,再得:30元支付贴金券。

奖励将在达标后的10个工作日内发放,可通过交通银行APP-生活-点击“社保卡”活动图片或扫码进入活动页面领取奖励,需在活动结束后前领取完成。

扫码了解活动详情 微信扫码关注湖南省社保卡

浦发銀行 SPD BANK

要消费 选浦闪贷

线上办理、自动审批
按日计息、随借随还
期限最长7年、额度最高100万元

电话:28661000

湖南銀行 BANK OF HUNAN

幸福食光 “幸福零售”系列品牌活动

满10元减5元
有效核销券使用
最高可叠加优惠20元

活动途径
微信扫描二维码关注湖南银行官方微信公众号,选择“融生活”栏目的“借记卡活动专区”,点击“幸福食光”进入活动页面,选择进入“品牌商户”或“本地商户”优惠券领取页面,验证我行预留手机号后即可参与活动。