

全面解读疝病防治新观

疝是一种常见疾病,好发于老人和小儿,主要表现为身体某处出现时有时无的包块。最常见于腹股沟区,轻者影响日常生活,降低生活质量;重者引起肠梗阻、肠坏死等严重并发症,嵌顿时间过长可能导致肠坏死、穿孔,甚至危及生命。对于小儿,若疝内容物为睾丸或卵巢,可能影响其正常发育;成年男性可能影响精索血液循环,进而影响睾丸生殖功能和生殖能力。

什么是疝气?

腹腔内的脏器或组织连同腹膜壁层,经腹壁薄弱点或孔隙向体表突出形成的包块,通俗而言即“体内器官越狱”。疝可出现于身体很多部位,其中以腹部的疝居多,腹部的疝中又以腹股沟疝最为常见。本文主要就腹股沟疝给大家进行介绍。

腹股沟疝最典型的症状为腹股沟区出现可复性肿物,站立、行走、咳嗽等腹压增加时出现或增大,平卧或用手按压时缩小或消失。随着病情发展,患者可能感到局部坠胀不适,长时间站立或行走后更明显;疝气发生嵌顿时(突出的脏器或组织不能回纳),患者会出现剧烈疼痛,伴有恶心、呕吐、腹胀等肠梗阻症状。

疝气是怎么形成的?

疝气的形成主要与腹壁强度降低和腹内压力增高两大因素密切相关:

一、腹壁强度降低:这是疝气发生的基础。

先天性因素如鞘状突未闭、腹白线发育不全等;后天性因素包括手术切口愈合不良、外伤、感染、年老体弱、肥胖导致肌肉萎缩等。老年人腹壁肌肉萎缩是腹壁强度降低的主要原因之一,

因此老年人疝气发病率较高。

二、腹内压力增高:这是疝气发生的诱发因素。慢性咳嗽、长期便秘、排尿困难(如前列腺增生)、腹水、妊娠、婴儿经常啼哭等,均可导致腹内压力增加。此外,不良生活习惯如吸烟、过度肥胖等,也可能导致腹壁肌肉松弛,增加发病风险。

如何治疗疝气?

关于治疗,唯一可以根治的方法就是手术。疝气手术的主要目的就是修补缺损。对于儿童,我们单纯在缺损的部位进行环状结扎结,因为伴随儿童的生长发育,局部肌肉组织会自行加强,从而达到缺损修复的目的。一般行日间手术,24小时内出院。

对于成人,缺损大,我们除了要关闭缺损,还要对缺损部位进行加强。目前,成人主要开展腹腔镜下疝无张力修补术,对于有美容需求的患者可以仅从肚脐眼打一个孔进行手术,在缺损的部位放置一个补片来关闭并加固缺损部位,真正做到“微创”。较传统手术而言,手术创伤小、恢复快,当天即可下床活动,两三天出院。

如何预防疝气?

疝气的发生主要与腹壁强度降低和腹腔内压力增高两大因素相关,预防疝气需针对这两点采取综合措施。不同人群的预防重点略有差异,但共同目标是通过生活方式调整和健康管理降低发病风险。

一、婴幼儿疝气的预防要点:多因先天性鞘状突未闭合,需重点避免腹压增高和保护腹壁发育。

1. 避免腹压过高:不要将腹部裹得太紧,

避免过早站立导致肠管下坠;减少大声啼哭、剧烈咳嗽。

2. 保障消化系统健康:多吃易消化、高纤维食物(如蔬菜泥、水果泥),保持大便通畅,避免用力排便。

3. 喂养时保持情绪平稳,减少哭闹诱发腹压升高的情况。

4. 定期观察与护理:定时检查腹股沟或阴囊部位是否有肿胀或时隐时现的肿块,早发现早干预。

二、成人及老年人疝气的预防措施

1. 避免腹内压增高的关键行为

(1)控制慢性疾病,积极治疗咳嗽、便秘、前列腺增生等问题,避免长期腹压升高。如便秘者可通过乳果糖、便乃通茶促进排便;前列腺增生患者口服保列治、哈乐胶囊改善排尿。

(2)戒烟以减少慢性咳嗽风险,吸烟还会影响腹壁组织修复能力。

2. 合理用力与活动

(1)避免搬举重物、久蹲久坐、剧烈运动(如快跑、举重),老年人尤其需注意避免搬运煤气罐、大桶用水等重物。

(2)肥胖者需减重,体重过重会增加腹壁压力。

3. 增强腹壁强度与健康管理

(1)科学锻炼:进行腹壁肌肉训练:如平板支撑、仰卧起坐、俯卧撑等,或选择太极拳、游泳、体操等低强度运动,避免突然发力。避免过度节食导致肌肉力量减弱,均衡饮食保证蛋白质和维生素摄入。

(2)饮食调理:多吃高纤维食物(新鲜蔬果、粗粮),多喝水,预防便秘;少吃油腻、辛辣食物,减轻肠道负担,养成定时排便习惯。

(六安市人民医院普外科四病区 荣芳)

精神科护理中的沟通艺术

在精神科护理的日常场景中,常能见到“说教式”沟通的身影——患者说“我总听见有人骂我”,家属立刻反驳“没人骂你,是你自己想多了”;护理人员板着脸说“你得听医生的,别胡思乱想”。这种沟通像堵无形的墙,把患者内心真正的需求和情绪挡在墙外。而真正有效的沟通,往往始于一次安静的倾听——不是急着纠正,不是忙着给建议,而是先让患者把话说完,把情绪表露出来,这种倾听才是打开患者心门的钥匙。

精神科患者的情绪像被放大镜照过一样敏感复杂:有的因听害怕得缩在角落,有的因抑郁整天不说话,有的突然情绪激动摔东西。这些表现背后,常常藏着没被看见的心理需求:害怕被伤害、渴望被关注、觉得自己没价值。当护理人员能安静听患者说“我害怕时总觉得有人盯着我”,而不是立刻说“别怕,没人盯你”,患者反而更愿意说出心里的害怕,护理关系也会因此更温暖紧密。

真正的倾听要“放下自己”:患者哭着讲过被欺负的经历,护理人员不能急着说“你应该忘记过去”,而是专注地看着患者眼睛,轻轻点头说“那段经历真的让你很痛苦,你愿意多说说当时的情况吗?”这种“非评判性倾听”不评价对错,只传递接纳与理解,能让患者放下防备,觉得对方真的懂我。肢体语言也很重要:保持眼神接触,身体前倾、点头示意,这些动作都在说“我在认真听”;若总看手机、打断说话或心不在焉,患者会立刻感到不被重视,情绪更糟。有时候,一句

“我明白”或轻拍肩膀,比说一大堆道理更能安抚情绪。

倾听后的回应也有讲究:患者说“我觉得自己什么用都没有”,回应“你觉得自己没价值,这让你很难过”比“别这么说,你其实很好”更容易被接受。这种“共情式回应”让患者的感受“接”过来再“送”回去,让患者觉得被理解。通过回应还能观察患者的状态:若突然反说“活着没意思”,可能郁郁加重;若总躲着别人眼睛不说话,可能藏着被害妄想或社交恐惧。

对精神科患者来说,“被倾听”本身就是一种治疗。很多患者因生病被误解忽视,心里压着没机会说的情绪。当护理人员耐心听他们说“被监视”的害怕或“没人关心我”的委屈,这些情绪像被阳光照到的阴影,慢慢变淡,心理压力也会减轻。倾听不是说教的对立面,而是需要平衡:光说教会让患者觉得被控制,光倾听又解决不了实际问题。最好的办法是“先倾听,后引导”——先通过倾听建立信任,再在适当时候给予支持。比如患者担心吃药有副作用,先听他说说具体怕什么,再解释药的作用和可能反应,比直接说“必须吃药”更容易被接受。

这种沟通艺术对护理人员要求不低:需要专业知识,更需要同理心、耐心和自我觉察。要控制自己的情绪,别被患者带着走;还要保护好心理边界,别因太投入而消耗自己。在家庭护理中同样有用:当患者抱怨“没人理解我”时,家属可以回应“你希望我怎么做才能让你觉得被理解”,而不是急着辩解,

这种互动能减少争吵,让患者感受到安全和支持。

在实际护理中,倾听技巧需不断练习反思:通过记录沟通案例、参加培训、交流经验提升能力;关注患者反馈调整方式,确保倾听发挥作用。对患者而言,被倾听的感觉可能比吃药更安心,当感受被重视理解时,更愿意相信护理人员,并配合治疗护理。这种信任是精神科护理最重要的基础,也是康复的关键一步。

精神科护理中的倾听不仅是技巧,更是深刻关怀。它要求放下固有判断说教习惯,真正站在患者角度感受理解。以倾听为核心的沟通艺术,在提升护理效果的同时,让人与人的联结更温暖真实。当我们学会“听见”患者内心声音,才能真正走进他们的世界,给予最需要的支持陪伴。这种沟通方式需要耐心与坚持:不是一次倾听就能解决所有问题,而是在日复一日的互动中,通过每一次认真的倾听、每一次共情的回应,慢慢建立信任,帮助患者走出困境。它不是“魔法”,却能在精神科护理中创造奇迹——让患者从封闭自我到打开心门,从对抗治疗到主动配合,最终走向康复与回归社会的道路。(皖西卫生职业学院附属医院精神三科 范泽娟)



关于对减容两年以上专变客户销户的公告

尊敬的电力客户:

因贵公司的专变减容已超过两年时间,按照《供电营业规则》第二十五条第二款及第三十五条相关规定,我公司对您的专变用电户予以销户处理(销户名单见附件),本公告自发布之日起满三十(30)日后,将对附件名单所列用电户正式执行销户、销户

后,原用电户号将失效。后期如您有继续用电需求,请通过网上国网APP或前往当地供电营业厅办理新装用电手续。

如您电费账卡尚有余额,请携带相关证明材料到当地供电所营业厅办理退费手续。退费的企事业单位客户须提供统一社会信用代码证、与公

司名称一致的开户银行证明(加盖公章)、经办人身份证复印件、法人身份证复印件、授权书、缴费证明。

如有任何疑问,请致电咨询电秒 帮 24 小时服务热线:0564-6010777。

国网霍邱县供电公司

用电户编号	用电户名称	用电户编号	用电户名称
3407852330003	兴林米厂	3407850230015	田大军
3407851130005	霍邱县永红新型建材有限公司	3407852430287	安徽岩土钻凿工程有限责任公司
3407851730000	马井精制厂	3407822485656	鞍山市嘉宾工矿配件贸易有限公司
3407852030007	霍邱县奇利米业有限公司	3407822486210	霍邱县和鑫塑业有限公司
3407851330005	杨永龙	3407822516056	霍邱福润肉类加工有限公司
3407852030050	京皖彩色地砖经营销售处	3407822513770	霍邱县昌达琉璃瓦有限公司
3407852230001	三郢铁沙厂	3407851930048	辉浩有限公司
3407850330000	李先兵	3407822528415	雷家付养殖场
3407851730002	五岗轮窑厂	3407822543861	霍邱县冯井镇双圩村庆丰块石加工厂
3407852030064	牛庙窑厂	3407822672053	安徽永丰纺织有限公司
3407852430013	霍邱县磊豪工程机械租赁服务有限公司	3407852930644	安徽民丰种业有限责任公司
3407850230366	霍邱县红旭新型建材有限公司	3407822667262	安徽徽邦化工有限公司
3407852030014	王道平	3407822667565	霍邱县天缘粮食种植专业合作社
3407852430012	刘平养猪厂	3407822643314	六安市华茂金属制品有限公司
3407850730336	杨尚标	3407850330017	陈智全
3407852230018	开培虎	3407822729010	霍邱县金星新型墙体材料有限公司
3407852330241	郑义兰	3407822803114	安徽庆发集团临淮港务有限公司
3407850730020	冯银李金玉米厂	3407822867734	霍邱县王截流乡刘台木材厂
3407851630038	朱氏牧业	3407822833205	安徽合安汉隆铸造有限公司
3407852330133	分水中学	3407822895500	霍邱县从明木材销售有限公司
3407851901847	天马厂	3407852330006	霍邱县佳乐米业有限公司
3407850330024	安徽龙源米业有限公司	3407823148966	霍邱县城关镇大众浴池
3407851930179	徐士林	3407822731075	霍邱兴达矿业有限责任公司

3407850330028	安徽鑫溢米业有限公司	3407822860300	霍邱县王截流乡兄弟模板厂
3407852330364	闫永良	3407852030036	霍邱县石店镇天马矿业有限公司瓦房石场
3407852430010	信心学校	3407823216364	霍邱县周集镇富矿村秸秆回收加工中心
3407852430025	陈家新窑厂	3407823139290	六安市霍邱县周集镇卢庙村秸秆回收加工中心
3407850530206	霍邱县孟集镇武装部特种黄淮白山羊养殖专业合作社	3407823181507	霍邱县王截流乡老圩村秸秆回收加工中心
3407850630160	霍邱县磊霸畜业有限公司	3407822949021	霍邱县田园农业种植专业合作社
3407852130053	开元中学	3407850230022	临淮造船厂2
3407852930040	王湛	3407852430289	霍邱县怡想商贸有限公司
3407852930060	霍邱内再旅游制品有限公司	3407823139320	六安市霍邱县周集镇园艺村秸秆回收加工中心
3407852930342	安徽友斯实业有限公司	3407850430105	王郢窑厂2号
3407851730636	霍邱县麥西新型建材有限公司	3407852430020	范起茂
3407852330000	张怀连	3400103318243	霍邱县荣森秸秆综合利用专业合作社
3407850330004	王坤信	3407827620233	霍邱县宝丰秸秆综合利用有限公司
3407851930076	霍邱县华旺商业有限公司	3407827370460	霍邱县龙潭镇梁启勇粮油经营部
3407823473266	霍邱县临淮岗乡祥顺服装厂	3407827070285	霍邱县尚塘粮食种植专业合作社
3407823820219	霍邱县长山畜禽综合养殖家庭农场	3407831370395	霍邱县冠亚铸造有限公司
3407823751010	霍邱县强红农业种植家庭农场	3407857445347	安徽环山沂青混凝土有限公司
3407824547689	万本梅服装窗帘加工厂	3407858655664	霍邱宝业建筑工业化有限公司
3407824657292	霍邱县君林木材加工厂	3407861150396	合肥名邦物业服务有限公司霍邱分公司
3407822847891	霍邱县金富恒商贸有限公司	3407860746352	霍邱经济开发区中心学校
3407824131561	霍邱县纤辉商贸有限公司	3407860460340	霍邱县周集镇三江水产养殖场
3407822545362	安徽禾粒源食品有限公司	3407822773262	霍邱县永乐纺织制品有限公司
3407852930515	霍邱县佳兴商砼有限公司	3407856980526	霍邱县冯井镇白庙初级中学
3407842820546	霍邱县周楼生态园有限公司	3407862745432	霍邱县康家俱有限公司
3407833870217	霍邱县经济开发区社区卫生服务中心	3407865755410	安徽鸿达再生资源资源综合利用有限公司
3407861480460	霍邱县万连农林废弃物综合利用厂	3407868300424	霍邱县黎达公共交通有限公司周集站
3407864055489	霍邱县长集镇爱尚嘉铁艺加工厂	3407869065430	安徽省伟梦电力设备有限公司
3407859555415	霍邱县锦鸿假日酒店有限公司	3407864875485	安徽延通新能源科技有限公司
3407877090673	安徽万物新型包装材料有限公司	3407864710410	霍邱县桂林生猪养殖专业合作社
3407863705426	霍邱县梦盛畜禽废弃物资源利用科技有限公司	3407874670504	霍邱县万土丰秸秆加工厂

二十年公益坚守 九千学子圆梦大学

2025年“福泽江淮 彩惠民生一福彩助困难学子上大学”活动圆满完成

为践行“民政为民,民政爱民”的理念,弘扬中国福利彩票“扶老、助残、救孤、济困”的发行宗旨,六安市民政局2025年继续在金安区、裕安区和叶集区开展“福泽江淮,彩惠民生——福彩助困难学子上大学”公益活动。本次活动共资助300名困难大学新生,为每位学子一次性资助4000元。目前,这笔满载着爱与期望的助学金已陆续发放到受助学生手中。9月4日,记者分别赴金安区三十铺镇和裕安区丁集镇,看望部分受助学生家庭。

困难生活磨砺坚强意志

对于到访的4位受助学子来说,他们虽然成长于困难家庭,但却拥有不输于同龄人的勤奋和顽强,他们用坚强意志和努力成就了自己的大学梦。

家住三十铺镇枣园小区的韩同学高中就读于毛坦厂中学期间奶奶一直陪着,奶奶患有脑梗身体不好,腿脚也不方便,平时买菜都是邻居帮忙带。父亲残疾,全家就靠母亲一人在外务工及低保保障金生活。家里的墙壁上张贴着大量奖状,都是姐弟俩小学到初中和高中期间获得的,这些奖状正是他们顽强求学历程的“佐证”。韩同学今年考上的是合肥师范学院,他的姐姐目前在安庆师范大学读大四,2022年也是福彩助学金资助的受助学子。对于这份连续的福彩爱心助学,奶奶更是流泪激动地连连说:“感谢大家关心帮助我们家!”

同样,三十铺镇另外一名韩同学也是家庭十分困难,

54岁的父亲残疾无法工作,50岁母亲也是视力残疾没有稳定工作能力,仅能从事零星临时工作,主要依靠低保维持生活。但是他学习十分刻苦,从未让怎么读过书的父母操心,今年录取于皖西学院。他告诉大家:“感谢福彩助学金帮我们家解决了燃眉之急,在大学四年我会更加努力,不辜负大家的关心帮助,以后有能力了更要回报社会。”

丁集镇丁南村的徐同学今年考取的是上海海洋大学。父亲前几年去世了,他从初中开始一直在六安市区求学,妈妈就一边陪读一边干临工。虽然家庭生活困难,但是他十分开朗乐观,平时除了爱学习看书,也喜欢打羽毛球、骑车。对于这份福彩助学金帮助,徐同学觉得自己已非常幸运,感受到社会上有这么多大愛之人、好心人,非常感谢大家,不仅大学要更加努力去考研,也要传承福彩爱心帮助更多人。

丁集镇云居村王同学,父亲身患疾病,全家也就靠母亲打零工和低保保障金生活。

不一样的苦难,但都一样的励志,受助学子家里墙壁上的奖状见证了他们求学路上的坚定与努力。这些受助学子衷心感谢社会各界的关心和帮助,表示福彩助学金解决了他们眼前的困难,让他们可以无顾虑继续求学,只有继续努力学习,才能不辜负大家的关爱,希望将来能关爱的受益者,逐步成长为关爱的传递者,未来能为国家和社会做出自己的一份贡献!

奖上奖”即开票营销活动。

2025年9月9日0时至2025年10月10日24时(以销售管理系统实际兑奖时间为准),购彩者在我省购买“万事如意”游戏,单张兑奖40元等级时

可额外获赠20元刮刮乐彩票,单张兑奖1000元等级时可额外获赠500元刮刮乐彩票。

活动期间计划赠票资金376万元,若活动期内赠票资金不足500元,则活动提前结束。

注意事项:符合条件的中奖者应在活动时间内及时兑取中奖奖金并获

得赠票,未能在活动时间内兑奖的,视为主动放弃赠票。赠送即开票由销售场所负责兑奖时发放,赠票游戏品种不限。活动期间,同一购彩者累计获得赠票总金额不得超过



6.25亿彩票公益金支持“励耕计划”

以“扶老、助残、救孤、济困”为发行宗旨的福利彩票始终与教育事业同行,将购彩爱心汇聚成彩票公益金为教师的坚守添力。2024年,中央专项彩票公益金投入10亿元用于教育助学项目。根据中国教育发展基金会发布的《2024年中央专项彩票公益金教育助学项目公告》显示,其中中宣计划20000万元、励耕计划62500万元、润雨计划17500万元,实际支出97641.03万元,结转2358.97万元,结转结余资金按国家有关结转和结余资金规定进行管理。

中央专项彩票公益金教育助学项目主要包括滋蕙计划、励耕计划、润雨计划三部分。

滋蕙计划

资助中西部地区通过高考、高职单招考入全日制普通高等院校(含高职)的家庭经济困难新生,一次性补助其从家庭所在地到被录取院校之间的交通费和入学后短期生活费。

2024年,中央专项彩票公益金滋蕙计划安排资金20000万元,支出19687.55万元。资助中西部22个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团普通高校家庭经济困难新生31.67万人,一次性补助其从家庭所在地到被录取院校之间的交通费和入学后短期生活费,资助标准为考入省(自治区、直辖市)内院校的新生每人500元,考入省(自治区、直辖市)外院校的新生每人1000元。

励耕计划

一是资助家庭经济特别困难的幼儿园、小学初中、普通高中和中等职业学校;

二是支持中西部地区符合条件的县城或乡镇中心学校音乐、体育、美术专业教师,到师资力量薄弱的农村学校开展本专业教学工作;

三是面向中西部地区中小学幼儿园(含特殊教育学校)教师群体开展特殊、急需的教师培训。

2024年中央专项彩票公益金励耕计划安排资金62500万元,支出60775.40万元,资助中西部22个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团家庭经济困难教师5.61万人,资助标准为1至5万元;资助音体美走教教师2355人次,培训中西部地区心理教师等4600人。

润雨计划

2024年中央专项彩票公益金润雨计划安排资金17500万元,共支出17178.08万元,用于资助遭遇突发灾害、紧急事件或在教育发展过程中遇到特殊困难的学校,项目资金均及时拨付急需资助的学校。

从滋蕙计划点亮学子求学路,到励耕计划筑牢教师育人根基,再到润雨计划为校园遮风挡雨,每一笔公益金都化作教育路上的公益之光,承载千万购彩者的善意,与教育者同行、与学子相伴。

福彩风景线

皖西日报 联合主办
市福彩中心