



◎养脾胃听宫调:《月儿高》《春江花月夜》《平湖秋月》◎泄肺郁听商调:《黄河》《潇湘水云》  
◎疏肝气听角调:《江南丝竹乐》《鹧鸪飞》◎振精神听徵调:《喜洋洋》《步步高》  
◎助睡眠听羽调:《月光奏鸣曲》《梁祝》

# 省立同德医院6月启动“五音疗疾”

记者 葛丹娣 通讯员 应晓燕

**本报讯** 浙江省立同德医院第七届“病友节”昨天开幕。医院副院长孙元水说,今年的病友节除了传统的义诊、健康讲座、教市民养生保健操外,还成立了“甲乳有你-医网情深”病友会、胃肠肿瘤病友会、中医肿瘤康复病友会等16个病友会,每个病友会都开设了微信公众号或病友群,及时向患者发布健康管理信息,随时提供答疑解惑,有需要的患者可前往相应科室咨询。

## 宫、商、角、徵、羽,五音疗疾 肿瘤治疗用上新方法

“病友节”开幕式上,一个“音乐疗法”的小品,让现场病友眼前一亮。《春江花月夜》《金蛇狂舞》《喜洋洋》《平湖秋月》,这些经典的民族音乐,成了治疗肿瘤的“药”。

“肿瘤是个多因素引起的疾病,需要综合治疗。在治疗过程中我们发现,很多患者会出现不同程度的失眠、焦虑、抑郁、暴躁等症状。”省立同德医院肿瘤科主任冯正权说,“早在两千多年前,《黄帝内经》就提出了‘五音疗疾’的概念,即,根据五行相生相克的规律,运用宫、商、角、徵、羽五个不同的音调,来影响人体气机运化,平秘阴阳,调理气血,保持体内气机动态平衡,进而改善人体的健康状况,该理念与西方‘音乐疗法’不谋而合。”

冯主任说,在医院的音乐诊疗室正式开展音乐疗法前,科室会有专业医生结合肿瘤患者的生理、心理、睡眠等进行评估,继而判断患者是否适合音乐治疗,并帮助选择适合的曲目。播放时,有可能是同一首循环两三次,有可能是不同曲目。“不同的音乐对不同的患者,作用是不一样的,不能一概而论。以一个脾气暴躁的肝癌患者为例,中医认为,角对肝,肝属木。因此,这类人适合听一些类似金戈铁马的曲目,使他迅速进入一个亢奋的状态,随后,再慢慢地平缓下来。”

“养脾胃听宫调,宫调式音乐风格悠扬、庄重、低沉委婉,如,《月儿高》《春江花月夜》《平湖秋月》;泄肺郁听商调,商调式音乐高亢、悲壮、雄伟、铿锵有力,能发泄心头的郁闷,摆脱悲痛,如,《黄河》《潇湘水云》;疏肝气听角调,角调式音乐曲调亲切、清新,如《江南丝竹乐》《鹧鸪飞》;振精神听徵调,徵调式音乐旋律热烈、欢快、活泼、轻松,如《喜洋洋》《步步高》;助睡眠听羽调,羽调式音乐风格清纯、凄切、哀怨、苍凉、柔润,能镇静安神,如,《月光奏鸣曲》《梁祝》。”冯主任说,目前,曲库已有五六十首歌曲,均为民族音乐,他们将邀请音乐学院的老师,结合音乐的特点,增加一些现代曲目,该疗法将于今年6月正式推出。

## “四心”+扎实医技,共筑健康梦

沙阿姨去年做了子宫全切手术。作为病友代表,她在

“病友节”开幕式上即兴发言——

“我是个孤寡老人,家里没什么钱。去年,我因子宫癌拿着报纸找到这里的妇科主任吕雯,她毫不犹豫地看了病,还亲自给我做了手术。”

“术后,吕主任一直很关心我,每次查房,都会来摸摸我的脚,看我是不是冷、恢复得好不好?”

“有一天,她看门诊看到下午3点钟,午饭都还没吃,一听说我的情况有变化,就又马上赶到病房,了解情况。”

正如原浙江医科大学校长郑树教授所说的,“拉近医生和患者距离,不是每天给患者打针开药,而是打心底里关心患者,从点滴做起。当你做了,病人自然看在眼里、记在心里。我们只有用爱心、耐心、关心、细心,以及扎实的医疗技术,才能传递正能量,共筑健康梦。”

郑教授从医从教六十余年,每次门诊时,要是看到病人皱着眉头进来,她第一件事是用手抚平病人的眉头,然后告诉患者:“我可以给你开药、做手术,但不能保证你开心,而疾病的康复也需要心态的调节。家里的事情,放心地交给另一半;遇到事情,先想一想能不能够挽回?如果可以,那就努力一把,如果不可以,那就随它去。”

“病人信任我们,我们定当全力以赴。”郑教授说,“健康所系,性命相托。医生的成长,离不开病人的帮助和支持,没有碰到过的病例,促使我们去研究和探索,这在一定程度上可以说,患者是医生的老师。治疗过程中,我们从患者身上学到了知识。”

# 小鸡鸡无小事! 包皮要不要割? 什么时候割? 怎么割得漂亮? 杭州复旦儿童医院携手我省小儿泌尿外科带头人 为你家小儿把把关 限号150个 拨打快报健康热线85051456咨询预约

记者 章贝佳

孩子的包皮过长,要不要做手术,对不少家长来说是一件很纠结的事。

“其实这个问题不难解决,判断标准就在于,包皮有没有长到已经发生病理性问题,或将有高风险发生。”

浙江省小儿泌尿外科带头人、泌尿外科主任医师、杭州复旦儿童医院坐诊专家徐珊主任说,不是所有男生都要割包皮,但有些男生是一定要割的;一些家长不太关注孩子的包皮健康和阴茎发育,总要等到包皮发炎或包皮过长、过紧,影响发育这些急性状况了,才来医院要求手术,往往又因近期排不上手术而着急。记者了解到,小儿包皮环切手术普遍集中在七八月,有些大医院单月手术量就突破800例,现在预约至少排队半年,有的甚至得等上一年。

## 家长不要自作主张判断病情

## 孩子发生哪些情况应尽快做手术?

小儿泌尿外科副主任医师黄勇,也是杭州复旦儿童

医院的坐诊医生。他接诊过一个4岁的男宝,包皮包裹住了小鸡鸡,妈妈说孩子包皮已经反复发炎多次,希望能提前排期做手术。

“由于包皮很长,这位妈妈一直以为自己的孩子是隐匿性阴茎。她上网查资料,误认为隐匿阴茎不需要做手术,于是就放松了警惕,没有及时就诊。其实孩子的情况是包皮过长,第一次发炎时就应马上割了。”黄医生提醒,家长千万不要自作主张,一定要到专业小儿泌尿外科专家那里咨询孩子是否需要做包皮环切术。

黄医生列举了以下三种情况,提醒家长——

**要割**——男宝宝在出生后几乎都会有包茎,这是生理性包茎。如果孩子3岁后包皮还不能翻起,就是病理性包茎了,一定要割;

**尽早割**——包皮红肿痛、阴茎头反复发炎;

**赶紧就诊**——解小便时,尿很细,包皮口像吹气球一样大起来。

## 复旦儿童医院五一假期免费为患儿诊治

## 如需手术立即治疗 免专家点刀费 名额有限

“杭州现在的天气不冷不热,可降低伤口破裂、感染的可能,又避开了夏天的手术高峰期和感染可能性,是最佳手术时间。”黄勇医生说。

4月29日-5月3日,杭州复旦儿童医院携手省级泌尿儿科专家团队为儿童免费诊治,限号150个;此外还预留了30个专家手术名额,免专家点刀费,名额有限,先约先得。

**坐诊专家:**徐珊(浙江省小儿泌尿外科带头人)、黄勇、陈光杰(均为小儿泌尿外科资深专家)

**预约方式:**今日起至5月2日,8:00-23:00,拨打快报健康热线85051456咨询预约。

杭州复旦儿童医院是以小儿泌尿外科、小儿内分泌科、儿童生长发育行为科为主要特色的一所集儿童医疗、预防、保健、健康教育为一体的涉外少儿医院,杭州省级儿科专家团队长期在院坐诊。

# 35岁胡女士脖子不适做了个按摩 结果第二天晕倒了

“颈椎不好的亲,千万不要随便去做按摩,我就吃了这样的亏啊。”前两天,胡女士在微信群里发了这样一条善意的提醒。她说,她因颈椎不适,到家边上的按摩店做了按摩,结果按出了“颈动脉一过性缺血”,第二天上午在办公室晕倒了。微信群里的朋友看了,立马炸开了锅,很多人都听说过颈椎乱按摩会按出问题,但都以为那是运气很糟的人才会碰到,没想到发生在自己身边。

记者 葛丹娣 通讯员 胡惠娟

## 做个按摩缓解一下僵硬的脖子

## 结果第二天晕倒了

胡女士35岁,从事文字工作,每天需要长时间地对着电脑,整理资料,写报告、总结、策划,一天下来,脖子僵硬酸痛,扭头的时候特别难受。渐渐地,落下了颈椎病。这几天,单位要接受两项大检查,作为科室主力之一,压在她身上的工作量自然有不少。于是,一进办公室,她就坐到电脑前开始干活了,有时候忙得连水都没时间倒。

前两天,下班回家的胡女士觉得脖子特别不舒服,“就是那种扳不了的感觉,转都不好转,很难受。后来,想起家附近有家按摩店,我就去做了个全身按摩,包括颈椎。”胡女士说,“按摩店的人,手法有点重,按得我大叫起来了,我就让他轻一点,他说,那已经是他最轻的了。我想躺都躺下来了,也没办法,就忍了。”

四十多分钟后,胡女士做完按摩回到家,她说:“身体感觉好一点,放松了,但颈部没太明显改变,还是不大舒

服。”

第二天上班,胡女士明显感觉脖子更加难受,几乎不能动了,还出现恶心、想吐的症状,就决定去医院推拿科找专业的医生看一下。“我还没去看医生呢,整个人就不行了,直接从椅子上滑下去了,把我的同事都吓坏了,一个按人中穴,一个按虎穴,就差人工呼吸了。”胡女士说,没多久,她就醒了,但把周围的人都吓得够呛。

随后,同事把胡女士送到了杭州市红十字会,经检查,被诊断为颈动脉一过性缺血,引起恶心、呕吐,以及短暂性的昏迷。经过积极治疗,已无大碍。

## 看颈椎病的胡国强医生

## 有两个保护颈椎“秘诀”

杭州市红会医院风湿免疫科胡国强主治医师的门诊病人中,颈椎病、肩膀痛约各占30%。他说,门诊中,像胡女士这样因不恰当的按摩按出问题的患者并不少见,他差不

多每次门诊都能碰到。最严重的一个患者,按摩第二天路都走不了,是家人抬着送到医院的。

“颈椎病主要是由于颈椎长期劳损、骨质增生,或椎间盘脱出等原因引起的,因颈椎脊髓、神经根或椎动脉受压,出现一系列功能障碍。”胡医师说,“与普通人相比,颈椎病患者颈部肌肉群较为紧张,血液循环相对较差,此时,不恰当的按摩,不仅无法使肌肉得到放松,反而会使颈部血液循环更加不畅,从而引起颈动脉一过性缺血。”

胡医师说,他51岁了,也是长期伏案工作的,但颈椎至今一点问题都没有。他有两个“秘诀”,一个是睡觉用“婴儿枕”,他的枕头约30厘米×15厘米,网上买的,已经用了五六年了。用“婴儿枕”的好处是可以让颈部保持正常的生理弧度,不至于过弯或过屈;另一个“秘诀”是中午躺15-20分钟,躺一躺,一方面是休息一下,缓解一下疲劳,更重要的是缓解颈椎的压力,一个人不管是坐着,还是站着,颈椎都是会受力的,受力越久,颈椎就越容易出问题。