



百医荐名医

早于疾病遇见名医 为健康找个参谋



中西医双栖肾病守护者——张勉之

张勉之教授,是一位“特别”的肾病专家,他师从我国中医肾病学奠基人国医大师张大宁教授和北京协和医院肾内科原主任郑法雷教授两位医学名家,荣获省级“名中医”与“名西医”双重称号。作为张大宁教授的学术继承人,他将张大宁教授创立的“补肾活血法”逐步推广普及。他主编的《肾脏甲乙经》更是一部融合传统理论与现代研究,兼具临床指导与国际传播价值的中医肾病学权威著作。他创立的“中西医结合慢性肾脏病一体化治疗单元”,以及研制的“肾衰排毒散”,为中医肾病临床提供了从危重症救治到慢病管理完整诊疗体系的实践指导。

单位任职及荣誉称号:

天津市中西医结合南开医院院长、中西医结合肾病专家、北京中医药大学东方医院肾病中心主任、天津市中医肾病研究所所长、全国政协委员、国务院特殊津贴专家。

天津广播电视台教育频道
《百医百顺》播出时间:每周日至
周四 20:10。

听见·新生

——与声音33年的“离”与“合”



本期专家:

王浩伟(图中)天津医科大学总医院耳鼻喉科副主任医师;张静(右一)天津医科大学总医院耳鼻喉科副主任医师。

“从3岁半听不见,到靠人工耳蜗重获声音,从科技公司职员到听力言语康复师,我走过的每一步,都藏着对‘听见’的渴望。”36岁的郭女士坐在镜头前,指尖轻触耳边的人工耳蜗,语气平静却藏着千般感慨。她在《百医百顺》分享自己跨越三十余年的听力逆袭路,也让更多人读懂听障群体的困境与希望,更在天津医科大学总医院耳鼻喉科专家的治疗中,重返有声世界,获得新生!

一场感冒,坠入无声世界

郭女士的听力悲剧,始于一场看似普通的感冒发烧。3岁半时,她突发高烧、头晕、畏光,母亲带着她辗转多家医院,却始终查不出病因。两周后,发烧头晕症状自行消退,本以为风波已过,不曾想,一场儿童传话游戏,揭开了残酷的真相——坐在她右侧的小朋友轻声说话,她却全然听不见,只能让对方换到左侧。“直到医生用音叉检测,才确认我有不可逆的听力损伤。”郭女士回忆道。

此后,母亲带着她穷尽所有办法,却没能阻止听力持续下降。上小学时,她的一侧听力损失达80分贝,另一侧更是高达100分贝,“只有放炮这种极响的声音才能听到,日常言语声几乎完全隔绝”。

为何一场感冒会夺走孩子的听力?节目中,天津医科大学总医院耳鼻喉科副主任医师王浩伟给出了专业解答。“儿童听力障碍发生率不低,先天性为1/1000到3/1000,加上后天因素,总比率达2/1000到5/1000,每年约有2万到6万儿童出现不同程度听力问题。”王浩伟主任表示,感冒发烧引发听力下降,要么是带状疱疹病毒、腮腺炎病毒等直接损伤听神经,要么是作为诱因,触发儿童先天发育问题,比如前庭导水管扩大。“郭女士当时的头晕、畏光,很可能是病毒同时损伤了听神经和前庭神经,因为这几根神经交互走形,一处受损易牵连其他。”

及时干预,守住希望之光

郭女士的父母在她4岁时就为她佩戴了助听器,抓住了6岁前的语言发育黄金期。“我3岁半已有一定语言基础,加上4岁及时干预,没有变成‘因聋致哑’。”郭女士说,这也是她后来能正常交流的关键。

王浩伟主任强调,语言发育就像长个子,6岁前是黄金期,3岁前效果最佳,错过这个阶段,再干预也难以达到理想效果,“郭女士属于语后聋,有语言基础,干预后才能保留良好的言

语能力”。但听力下降的趋势并未停止,十几岁时,郭女士的听力已严重到连助听器的报警声都听不到,16岁时,她彻底摘下助听器,开始靠读唇语和手语交流。

“上中学时我转到了聋校,学习了手语能正常沟通,可踏入社会后,麻烦就来了。”郭女士的第一份工作在科技公司,初期靠文字交流尚可,可公司转型后,大量的沟通需求让她举步维艰——接不了电话,需要同事代劳。“那是一种想融入却又被隔绝的感觉,无力又无奈。”

人工耳蜗,重启“听世界”大门

转机出现在人工耳蜗的植入。“当时人工耳蜗很贵,一侧就要20万,普通家庭根本承受不起,而且也不知道效果如何,一直没敢尝试。”是母亲的坚持给了她勇气,2017年,她接受了左侧人工耳蜗植入手术,“主刀医生建议先做听力相对好的一侧,因为有语言理解基础,恢复更快”。

关于人工耳蜗,天津医科大学总医院耳鼻喉科副主任医师张静详细科普:“它适合重度到极重度感音神经性耳聋患者,病变部位在耳蜗,且越早植入效果越好,儿童1岁左右即可植入,成人则需在听力损失时间不长时干预,避免听觉中枢退化。”王浩伟主任补充,人工耳蜗相当于成熟的脑机接口技术,外机吸收声音并转化为电信号,通过植入体传递到听神经,跨过鼓膜和听骨的传导环节,“植入体使用寿命约70年,手术现在在一个多小时就能完成,已从尖端手术普及为常规手术”。

2025年,国家将人工耳蜗纳入集采,价格从20多万降至5万左右,且可享受医保报销,家庭仅需负担2万多。借着这一政策,郭女士完成了右侧人工耳蜗植入,“两侧价格差了10倍,国家政策真的帮了我们这些听障患者”。术后的康复过程并不轻松,她听到的第一声音是陌生的电子音,“整个世界突然变得很吵,各种声音涌进来,完全分不清”。从听懂电子音到适应正常言语声,她用了半年时间。

以己渡人,从新生到传递希望

正是这段康复经历,让郭女士萌

生了转行的想法。有着亲身经历,又对这个行业充满热爱,她毅然转型成为一名听力言语康复师,至今已有五六年时间。

节目中外拍视频里,她耐心地指导听障患者练习发音,纠正舌头位置,结合手语和口语,帮助对方更好地理解声音。“绝大多数康复师不会手语,只能写字交流,一小时课时,半个小时都在写字,效率太低!”而既有这些经历,又会手语,成为郭女士作为康复师的优势。

“人工耳蜗只是打开了听见声音的大门,真正融入主流社会,还需要专业的康复训练。”张静主任表示,郭女士的经历很有意义,既展现了听障患者的康复可能,也体现了听力言语康复师的重要性。王浩伟主任提醒,除了儿童,成年人也需重视听力健康,60岁以上老人听力障碍比率约11%,65岁达30%,80岁以上更是高达80%-90%,而听力下降会增加老年痴呆风险,“出现耳闷、耳痛、听力下降等症状,一定要及时就医”。

百医百顺 专访

汇聚健康百态 探寻生命之光

女性健康核心密码——肝肾同养

今天由天津中医药大学第一附属医院肾病科林燕主任和心身科沈莉主任教给广大女性朋友几个养护肝肾的方法。

一、补肾

1. 厨房里的补肾汤:生熟地煲龙骨
食材:猪脊骨500克,熟地30克、生地20克、大枣3个、龙眼肉3个、生姜5片、盐少许。做法:猪脊骨焯水去腥,锅内重新加水,先放入熟地和生地,开锅后煮半小时。再放入猪脊骨、生姜片、大枣一起煲,开锅后小火煲一小时左右。关火前10分钟放入龙眼肉,少许盐调味。功效:适合于肾精不足人群,每周喝2次。注意:阳虚、平时大便溏泻者不宜。

2. 补肾养花茶:当归红枣茶

做法:红枣3-5枚掰开,当归3-5克切成薄片,沸水冲泡,盖上盖子焖10分钟后即可饮用。功效:补血益气养胃。适合气血不足、面色萎黄、疲乏无力、心悸失眠;或者体质虚寒、手足冰凉、怕冷的女性。注意:孕妇、月

量过多、感冒发烧、阴虚火旺、痰湿重的人不宜。

二、疏肝解郁的“三个一”工程

1. 按一按“开心穴”——膻中穴。膻中穴在两个乳头连线的中点。这个穴位是“气会”,用大拇指按揉这个位置,力度以感觉微微酸胀为宜,顺时针揉上两三分钟,专门调理情绪。

2. 搓一搓“消气带”——两肋。两肋是肝经循行的地方。双手沿着肋骨,从后往前,或者从上往下,来回搓,一直搓到感觉发热为止。这样能直接疏通肝经,把郁结的气散开。

3. 泡一杯“解忧茶”——重瓣玫瑰花。玫瑰花的芳香之气,能舒发体内的郁气,被称为“解忧扛把子”。它不仅疏肝,还能活血。对于肝气郁结导致的月经不调、经前乳房胀痛,都有很好的调理作用。

健康杂“获”铺

小方法大作用 为生活储备健康能量