



看到乳腺炎，可能大家想到的是哺乳时因为堵奶等原因引起的炎症。乳腺炎根据发病期不同，可分为哺乳期乳腺炎、非哺乳期乳腺炎。哺乳期妈妈会得哺乳期乳腺炎，也会患非哺乳期乳腺炎。其中，非哺乳期乳腺炎分为导管周围乳腺炎(又称浆细胞性乳腺炎)、肉芽肿性乳腺炎。近年来，发病率呈逐步增高趋势。

非哺乳期乳腺炎起病急、进展迅速，炎症容易蔓延，病程长，病情易反复，迁延不愈。一般以乳房疼痛性肿块起病，可伴有皮肤红肿、破溃、流脓，局部炎症重时可以合并有畏寒发热的全身症状，但有些患者只是乳房局部疼痛，甚至痛感不明显。彩超检查可见局部组织水肿、脓肿和错综复杂的慢性窦道形成。



普外二科刁其先(左三)主任团队帮助妈妈们摆脱痛苦。院方供图

宝妈拒绝断奶“一刀切”

青岛市海慈中医医疗集团普外二科团队独创“海慈疗法” 实现“哺乳+治疗”两不误

绝望中的转机 开启康复之旅

赵女士在产后两个月突感乳房红肿剧痛，经诊断为非哺乳期乳腺炎。当地医生要求她立即断奶并接受抗生素治疗，甚至提及手术引流。面对嗷嗷待哺的婴儿，赵女士陷入两难：“孩子这么小，我舍不得给孩子断奶；可拖着不治，又怕病情恶化……”

最终，赵女士通过网络了解到青岛市海慈中医医疗集团普外二科团队独创的“海慈疗法”，曾帮助多位哺乳期乳腺炎患者实现“治疗+哺乳”并行。赵女士看到后，当即从黑龙江省赶到青岛，开启康复之旅。经过三个月的治疗，赵女士

康复，全程哺乳未中断，母子健康无忧。

“海慈疗法”精准治疗 拒绝“一刀切”断奶

初诊时，普外二科主任刁其先通过触诊、超声及患者哺乳状态综合判断，明确赵女士的炎症处于可控阶段，提出“无需断奶，口服中药”方案；通过望闻问切辅助辨证，结合患者舌苔厚腻、体虚湿热的体质，定制中药方剂，无毒副作用，不影响喂奶，也避免传统抗生素对母婴的潜在影响。

据刁其先介绍，海慈疗法的核心就是三阶段科学干预，急性期快速控炎，中药口服清热解毒，消肿散结，缓解红肿疼痛及炎症，保持乳腺导管通畅；缓解期修

复调理，通过中药疏肝理气，活血化瘀，软坚散结，进一步缩小肿物；恢复期补气养血，同时扶正固本调和阴阳，增强乳腺自我修复能力。

线上复诊 三个月重获健康哺乳期

首诊后，赵女士通过线上平台每隔两三周上传舌苔照片、症状变化描述，刁其先实时调整药方，同时科普哺乳期乳房保健，如哺乳姿势、排乳技巧、乳头的清洁与保护，哺乳的时间等健康知识，真正做到将治疗融入生活。

第1个月，赵女士的疼痛明显减轻，红肿消退，哺乳无阻碍；第2个月，硬结软化，体质改善，患者舌苔转薄白，乏力

感消失；第3个月，超声显示炎症完全吸收，停药后无复发。本以为要断奶才能治病，没想到海慈运用传统中医+现代医学疗法，让妈妈和孩子少遭罪。

记者了解到，普外二科刁其先主任团队深耕非哺乳期乳腺炎领域十余年，独创“海慈疗法”融合中西医优势，避免手术创伤；精通哺乳期安全用药与调理方案，累计帮助全国各地超百位妈妈实现“不断奶治愈”；远程诊疗高效便捷，全国患者首诊后可线上复诊，舌苔照片+症状描述精准调方，省时省心。

专家提醒，非哺乳期乳腺炎不是断奶的“判决书”。哺乳期用药需严格遵循医嘱，切勿自行尝试偏方，早诊断、早干预是避免病情恶化的关键。

青报全媒体/观海新闻记者 吴涵

强化区域协作 共筑血液安全防线

2025年度半岛采供血联盟质量管理研讨会暨内审员培训班在青岛成功举办

3月24日，半岛采供血联盟质量管理研讨会在青岛成功举办。来自半岛地区六家采供血机构的代表齐聚一堂，共同探讨质量管理提升路径，并举行联盟轮值交接仪式，青岛市中心血站正式接任新一届轮值单位。

开幕式上，青岛市卫生健康委员会应急处处长徐大韬致辞强调，半岛采供血联盟作为区域协作的重要平台，在保障血液应急供应、提升管理水平方面成效显著，希望联盟以此次研讨会为契机，进一步深化合作，共同应对献血招募困难、信息化

技术革新等挑战，推动采供血事业高质量发展。随后，烟台市中心血站副校长左斌代表上届轮值单位总结了过去一年的工作成果，特别是在血液应急保障机制和检验结果互认方面的突破。

在轮值交接仪式中，青岛市中

心血站党委书记、站长逄淑涛接过联盟旗帜，并代表新任轮值单位表态发言。逄站长表示，新一届轮值单位将以“智慧化建设”和“科研创新”为抓手，推进全流程血液信息监控与精准调配，加大无偿献血宣传力度，并通过学术研讨、技能培训、应急演练等举措，强化成员单位协同能力，解决采供血工作中的难点问题。

青报全媒体/观海新闻记者 吴涵

最强医声

打开“心门”守护健康

市立心脏中心东院心外科主任牛兆倬实现生命极致拯救

最好的医生、最好的医术、最应该听的医者之声。《最强医声》是围绕青岛市市立医院各个学科的最强之处打造的全新栏目。本期《最强医声》邀请到的专家是市立医院心脏中心东院心外科主任牛兆倬，能够将患者救回来，就是他最开心的事。

打开一颗心，这是心外科医生的日常工作，他们面对的是病情最危重的患者，还时常可能要完成生死的极限挑战，实现对生命的极致拯救，创造医学奇迹。

青岛市市立医院东院B楼手术室，心外科专家牛兆倬马上要上手术了。佩戴上2.5倍手术放大镜，他即将要为40岁患者何先生，完成一台复杂的心脏手术。何先生的心脏超声诊断报告上，写着二尖瓣后叶脱垂、腱索断裂、重度反流。这是一种严重的心脏疾病，确诊这个病，是因为一场不明原因的反复发热。

反复发热，这是感染性心内膜炎的症状。细菌通过血流直入心脏，破坏了患者瓣膜的结构和功能。如果把心脏比喻成一座房子，那么二尖瓣，就是左心房和左心室之间的一道“门”，这道“门”保证了心脏内的血液只朝一个方向流动。现在，何先生的“心门”坏了，手术是唯一的治疗方法。



牛兆倬

换一个机械瓣膜或生物瓣膜，他将面临抗凝或者二次手术等一系列问题。瓣膜修复，是最适合他的选择。

牛兆倬介绍，瓣膜修复有几个好处：第一是相对而言，它能够完整地保留瓣下的结构，瓣下结构完整对心脏功能和整体左心室的功能是很好的保持。第二，如果做瓣膜修复的话，实际上患者不需要终身抗凝。

对于牛兆倬来说，手术能否成功修复瓣膜，也是一个挑战。体外循环下，心脏停跳，牛兆倬要尽可能在最短时间内完成二尖瓣的修复。第一步，就要把可能潜在的感染灶都清理掉，那些炎性颗粒也尽量清除，另外，断裂的腱索，特别是感染的位置也要进行切除，利用剩余的健康腱索做腱索重建和瓣叶的折叠修复，然后对二尖瓣环进行加固。2个小时后，心脏开放复跳、食道超声评估，患者的二尖瓣被完美修复。如今，对于二尖瓣重度反流的患者来说，二尖瓣修复成为首选的治疗方法。每年，牛兆倬团队要完成近60例二尖瓣修复手术。

2025年的这个春天，牛兆倬团队抢救了20余位主动脉夹层的患者。拯救生命、迎接挑战，永不对疾病投降。手术台上，牛兆倬对心脏的守护仍将继续。

《最强医声》播出时间

QTV-2首播:周六 10:00 重播:周一 9:50

健康青岛

摆脱孕妈妈的“甜蜜烦恼”

市立营养科专家建议孕妈妈们科学饮食，吃出健康

每一个新生命的孕育过程，充满了无尽的期待与喜悦。然而，妊娠期糖尿病却可能让这份期待变得异常沉重。高血压、孕期血糖控制不佳，都会严重影响母婴健康，甚至威胁生命安全。妊娠期糖尿病的高危因素和症状都有哪些？糖妈妈们又该如何控制饮食？本期《健康青岛》邀请到青岛市市立医院东院营养科主任顾萍，同市民聊一聊妊娠期糖尿病的问题。市民还可关注青岛市市立医院官微了解相关内容。

随着饮食结构和生活方式的改变，我国糖尿病患病人数快速增长。目前，妊娠期高血糖已成为妊娠期常见的妊娠并发症。

石女士是一位孕26周的准妈妈，在最近一次产检中，她的血糖指标出现了异常。她在网络上看到，如果孕期血糖高，可能容易得糖尿病，宝宝可能会长得很大，石女士担心不好生，也不想打胰岛素，怕扎手指，所以来到市立医院，咨询是否可以通过饮食控制。

通过问诊，顾萍了解到，到目前为止，石女士的体重已经增加了8公斤，怀孕期间她的食欲大增，两小时就要加餐一次，上厕所也有些不舒服。针对石



顾萍

女士的情况，顾萍表示，可以通过调整她的饮食结构降低控制血糖。

顾萍介绍，怀孕期间可以适量增加饮食，但是增加的量过多，就要多加注意了，两餐之间，饼干、蛋糕、水果这些含糖量较高的食物过多摄入也并不可取。据了解，妊娠期糖尿病可能与胰岛素抵抗、遗传等因素有关，多数患者在产后能恢复正常，但未来患2型糖尿病的几率也会增加。其对母体和胎儿都有危害：孕妇可能会出现高血压、羊水过多、感染等症状，且分娩后死亡率明显增加；胎儿则可能面临先天性畸形、生长发育异常等风险。因此，孕妇应重视妊娠期糖尿病的筛查和管理。

顾萍建议，妊娠期糖尿病孕妇饮食需注意平衡膳食，控制总热量，遵循“红绿灯”饮食原则，建议多食用低升糖指数的食物，如绿叶蔬菜、瘦肉、鱼类等。避免高糖、高脂肪食物，如甜点、油炸食品等，这些食物会导致血糖急剧升高。同时，注意餐次分配，少量多餐。此外，增加膳食纤维的摄入，也有助于控制血糖。孕妇应定期监测血糖，根据医生建议调整饮食结构。

《健康青岛》播出时间

QTV-2首播:周六 10:20 重播:周二 9:30