

# 南安市医院引进心血管内科学科带头人陈光铃

■本报记者 黄伟励 文/图

卫生健康事业的发展,离不开人才的建设。记者了解到,南安市委、市政府高度重视卫生健康事业的人才工作,市卫健局精心制定人才引进方案,切实做好引进和培养医学人才工作,为南安市实施人才强院提供强有力的支持。近期,南安市医院全职引进高层次人才、三甲医院心血管内科副主任医师陈光铃,大幅度提升了南安市医院冠脉介入诊治水平,其精湛的医术及高尚的医德,获得市民及同行的好评。

【创造奇迹】  
DtoB(门-球时间)仅用17分钟

“每5个成年人里就有1个人患心血管类疾病,在所有心血管类疾病中,危害最大的还是急性心肌梗塞,近年来其发病率不断提升,发病的患者也越发年轻化。”陈光铃告诉记者,在今年以前,南安市的急性心肌梗塞的患者必须转到上级医院开展进一步治疗,往往容易错过患者治疗的“黄金120分钟”。可喜的是,今年初南安市医院的导管手术室正式投入使用,具备在南安市开展心脏血管介入、神经血管介入等手术的条件,为各类血管疾病患者抢得救治的“黄金时间”。拥有10余年介入经验的陈光铃医生的到来,更是南安市民的幸福。

上个月,52岁的张阿伯因胸痛从乡镇医院被送往南安市医院进行治疗,考虑张阿伯为急性下壁心梗。当时,患者胸痛伴大汗症状持续且不缓解,情况紧急,陈光铃医生立即决定实施“双绕行”即绕行急诊科及CCU,直接进入导管室,极大缩短患者就诊时间,从张阿伯进



陈光铃医生坐诊。

入市医院到开通血管,仅用了17分钟,大大减少了张阿伯心肌细胞的坏死,也创下了陈光铃开展介入手术以来最快的DtoB(门-球时间)记录。

“对于急性心梗的患者来说,时间就是心肌,时间就是生命,必须争分夺秒开通闭塞血管。”市医院胸痛中心的成立、优化院内医疗资源、绿色通道的开通、流程的简化、团队的合作以及各个乡镇医院的默契配合,大大缩短了急性心梗患者的血运重建时间,张阿伯从到达医院门口明确诊断、讲解病情、签知情同意书、激活导管室、运送患者到开通闭塞的冠状动脉只花了17分钟。

陈光铃介绍,目前国际标准DtoB为90分钟以内,在我国能达到这样治疗标准的患者仅占24%,而这次抢救,市医院仅用了17分钟,缩短DtoB的时间,在降低胸痛患者的死亡率及并发症的发生上很关键。该患者术后恢复良好,目前已痊愈出院。

据介绍,目前市医院胸痛中心实现院前院内无缝连接,如今这条“护心”通道从不打烊,365天、24小时备诊,节假日全天运行,在生死时速中为生命接力。

【妙手回春】  
成功抢救高危患者

“是你们将我从鬼门关拉了回来!”近日,在南安市医院心内科病房出现温情的一幕,一位患者紧紧握着医护人员的手久久不愿松开。

原来就在前不久,92岁李奶奶在家胸痛约2小时,到市医院时已神志不清,烦躁不安,血压低、心源性休克、心率30—40次/分,又有糖尿病,急诊科急查心电图提示为急性下壁心梗,幸亏医护人员为李奶奶开通绿色通道及时抢救,在麻醉科医生成功插管麻醉后,陈光铃医生团队凭借丰富的临床

经验和娴熟的技术,迅速为李奶奶开通了心脏病变的血管。

术后患者又出现了应激性消化道大出血,最终在心血管内科、麻醉科、ICU、消化科、内分泌科等多学科精心协作下,病情好转,撤除呼吸机转至心内科病房继续治疗,日前李奶奶病情稳定已可以下床活动。

陈光铃介绍,大面积心肌梗塞伴心源性休克这类病人死亡率在90%以上,此例高龄伴心源性休克患者的成功抢救,标志市医院胸痛中心救治胸痛病人及多学科协作成功率又达到一个新的高度。

10多年的介入诊疗工作中,陈光铃也遇到许多急性心梗患者因拖延时间而耽误治疗的情况,令他感到十分惋惜,“发生胸痛的市民自行用药后,如果症状在5—10分钟内没有得到缓解,应立刻到医院进行治疗,把握救治的‘黄金120分钟’”。陈光铃说,国际认为,120分钟内是急性心梗的黄金抢救时间,在120分钟内血管开通,患者愈后不会有很大影响。

同时,陈光铃提醒市民,急性心梗发病心前区疼痛包括正胸部、左胸部,可能会放射背部颈部,都会有压迫感、出汗,疼痛时间持续30分钟以上,一旦出现应第一时间拨打120,寻求专业的帮助。

“陈光铃的到来,使南安市医院的心血管介入诊治水平得到提高,冠脉介入等风险高、难度大的手术在南安就能得完成。”南安市医院院长黄奕铁说,同时,随着南安市医院导管介入室工作常态化开展,将大大提高我市的整体医疗技术水平,让广大患者可以在家门口享受到高端的医疗服务,尤其是对急性心肌梗死和急性脑梗死等急性心脑血管疾病患者来说是一个大大的福音。



南安市医院二病区  
呼吸内科和综合感染性疾病科的专业性科室

南安市医院二病区是呼吸内科和综合感染性疾病科的专业性科室,是南安市医疗系统中技术力量雄厚、设备齐全、开展新技术、新操作较成功的科室,是医院临床重点专科。

二病区拥有1名主任医师,3名副主任医师,2名主治医师,6名住院医师及18名护士。科室已有2名硕士研究生,还有2名在读研究生,近几年科室骨干医师更是先后到上海、福州、泉州等大医院进修,同省市级医院保持密切的学术交流,先后参与多项省市级科研项目及发表多篇论文、参编医学书籍。科室设有呼吸内科门诊、肝病门诊、艾滋病门诊、结核门诊,承担全市艾滋病病人、结核病人的归口管理工作。科室拥有纤维支气管镜、心电监护仪、肺功能仪、FeNO测定仪、呼吸睡眠监测仪等先进设备;能独立开展纤支镜检查、胸膜活检、胸腔闭式引流、胸腹腔置管引流、睡眠呼吸监测、肺功能、经皮肺穿术、肝穿术、腰椎穿刺术等内科常规及高难操作;对慢性阻塞性肺疾病、支气管哮喘、支气管扩张症、气胸、肺癌、慢性肝炎、肝硬化等内科危重病的抢救具有成熟经验。

9岁娃躺着玩手机患血栓引发肺栓塞上热搜  
躺着玩手机的你注意了



■本报记者 黄伟励

近日,9岁娃躺着玩手机患血栓引发肺栓塞成为微博热搜话题,有9400多万的阅读量,引发不少网友的讨论。

家住青岛的鹏鹏今年9岁,暑假期间常常躺着玩手机,一玩就是几个小时。8月30日,鹏鹏刚到学校不久便开始浑身乏力、胸部疼痛。几天后鹏鹏开始低烧、呕吐、左腿变得又粗又黑,不能走路。经检查,鹏鹏下肢静脉有大量血栓,且血栓已部分脱落,进入肺动脉,造成肺部血管堵塞,有生命危险。

看到这条新闻,不少南安市的家长表示很担心,“最近孩子停课在家,就怕他一直躺着玩平板,出现新闻中的肺栓塞可怎么好啊!”市民郑女士每天上班,朝九晚五的她不能时时盯着孩子。

关于肺栓塞,我们该如何预防?记者采访了南安市医院呼吸内科的主治医师洪文聪。

据介绍,肺栓塞是由内源性或外源性栓子阻塞肺动脉,或其分支引起肺循环和右心功能障碍的一组疾病或临床综合征的总称,包括肺血栓栓塞症、脂肪栓塞、羊水栓塞、空气栓塞、肿瘤栓塞等。

肺血栓栓塞症是肺栓塞最常见的类型,是由来自静脉系统或右心的血栓阻塞肺动脉或其分支所致,以肺循环和呼吸功能障碍为主要临床表现,占急性肺栓塞的绝大多数,通常所称的急性肺栓塞即为肺血栓栓塞症。

肺栓塞好发在高龄人群,有肿瘤、静脉曲张及静脉血栓栓塞症病史患者发病率较高,另外手术后患者发病率也较高。

洪文聪告诉记者,肺栓塞的诱发因素有不少,例如遗传性因素,与凝血、抗凝、纤溶过程相关的基因突变或抗凝血酶、蛋白S、蛋白C、纤溶酶原缺乏等。获得性因素中包含血液高凝状态、血管内皮损伤、静脉血液瘀滞等。

大部分肺栓塞患者可能会有呼吸困难的症状,还可能出现的其他症状和体征包括腿部疼痛或肿胀,或两者兼有,通常在小腿、皮肤湿冷或变色(发绀)、发热、出汗过多、心跳快速或不规律、头晕或眩晕等。

“想要预防这个病简单点就是动起来,平常动起来,血管就不容易堵住了。同时戒烟限酒,避免高脂饮食。”洪文聪说,日常生活中尤其高危人群应注意多喝水、多运动,尽量避免久坐不动,合理饮食,必要时可在医生指导下用药物或穿加压袜等措施进行预防。

## 关注全国爱牙日 健康从“齿”开始

■本报记者 黄伟励

9月20日是我国第33个全国爱牙日,今年全国爱牙日的宣传主题是“口腔健康,全身健康”,副主题是“从小养成刷牙习惯,一生乐享健康生活”。

拥有一口好牙不仅可以吃嘛嘛香,更重要的是为自己的健康负责。俗话说“牙疼不是病,疼起来却要命”,生活中那些关于牙齿的小难题该怎么解决?带着问题,记者采访了南安市医院口腔科副主任医师陈冷治。

问题1  
幼儿龋齿要治疗吗?

家住梅林的小可今年3岁了,酷爱甜食的她,小小年纪便长了不少蛀牙,不仅影响美观,也常常让小可觉得疼痛。“糖果、冰激凌、巧克力什么都爱吃,家里的甜食都藏起了还是会被她找到,真不知道该怎么办!”小可的母亲王女士说,平时爷爷奶奶溺爱孩子,也会偷着拿糖果给她,“有时吃一块巧克力,糖分钻进蛀牙疼得不行了,她还是坚持吃完,真是哭笑不得”。

“乳牙换掉了后是不是就没事

了?”考虑到小可过几年便能换恒牙了,王女士不知道是否该带孩子去修补龋齿,可是看着孩子天天牙疼又很无奈。

“市医院基本上每天都有幼儿龋齿患者来治疗。”陈冷治介绍,约60%的孩子存在这个问题,幼儿龋齿的患病率较高。

幼儿为何容易患龋齿呢?据介绍,小朋友易患龋齿是因为小儿爱吃细软的食物,比如糕点、饼干、糖果、果汁等,这些食物含糖多,又易黏在牙上不容易清除,对细菌的繁殖有利;再加上小儿刚萌出的牙齿并不完善,钙化程度低,耐酸性差,自然更容易被腐蚀;另外小儿乳牙硬组织厚度只有2毫米,龋洞很容易穿透牙齿表层进入深层,平时不注意刷牙、饭后没漱口,龋齿的进展就很快。

“幼儿龋齿需要治疗,否则影响孩子今后换牙,容易出现牙齿发育不齐、移位、恒牙长不出来等情况,也可能影响脸部发育。”陈冷治说,很多家长会有误区,认为乳牙迟早要换掉,患了龋齿不治也没关系,这种想法是非常错误的。

龋洞只要一形成就不可能自愈,因此乳牙一旦出现龋坏,要进行充填治疗。如果龋坏过深,应尽早进行牙根治疗等,防止恒牙胚受损害。

问题2  
哺乳期女性可以拔智齿吗?

近日,正在哺乳的市民张女士很苦恼,孩子刚刚4个月,自己却长出2颗智齿,长牙的疼痛严重影响了张女士的食欲,“哺乳期可以拔牙吗?想去拔掉却怕影响哺乳。”张女士很苦恼。

“现在大家的意识都比较高,一般会在产前进行检查,在妊娠前处理好牙齿问题,根据实际情况,该拔的就拔掉。”陈冷治介绍,哺乳期女性不建议拔牙,尤其拔智齿更是要慎重一些。这是由于拔牙属于有创的操作,拔牙时需要使用麻药,拔牙后还需要口服止痛药等一些药物,部分药物有可能会通过乳汁分泌,对婴儿健康带来一定的影响。

此外,孕妇可以拔牙吗?陈冷治表示,一般情况下孕妇在妊娠3—7个月稳定时是可以拔牙的,但是同样不建议孕妇拔牙,以免引起流产。

建议女性怀孕期间定期做好各个阶段的产检,同时在怀孕期间多吃新鲜的蔬菜水果,多吃优质蛋白的食物,多吃粗纤维的食物,怀孕期间一定要注意口腔卫生。具体情况需到正规医院进行检查,由专业医师进行判断。

问题3  
平时该如何保护牙齿?

生活中,我们该如何保护好自己的牙齿呢?“每天认真刷牙,我们可以采用巴氏刷牙法。”陈冷治说,大家在生活中应该养成良好的习惯,保持良好的口腔卫生。

除了每天好好刷牙外,要做到饭后漱口,而且每次刷牙不得少于3分钟。每次刷牙前,建议采用牙线清理牙齿邻面、牙颈部的食物残渣和软垢,然后再刷牙。刷牙时要选用小头的牙刷,牙刷毛不要太硬,以免损伤牙龈。每半年或者一年,需要到口腔科进行牙齿保健。如果有疾病,由医生进行治疗。

此外,高频频繁饮用酸性果汁、碳酸饮料和奶制品饮料,可能使牙面与酸性物质直接接触的时间增加,引起牙齿脱矿,导致牙齿过敏,遇到冷热酸甜就敏感甚至疼痛。另外,饮料中的糖易被细菌代谢,长期大量饮用使得患龋的风险大大提高,最好使儿童养成喝白开水的习惯。

大家也要定期让口腔医生进行口腔检查,而不是已经发现问题了才去就医。定期口腔检查可以了解口腔健康状况、程度,对婴幼儿口腔疾病做到早发现、早治疗。获得更多的口腔保健知识,从而学会正确且有效的口腔保健方法。

## “体重、口腔、骨骼”健康三健不能忘



■本报记者 黄伟励 通讯员 黄秋玲

9月是“全民健康生活方式”宣传月,今年的主题是“三减+三健,健康新动力”,其中三健指的是健康体重、健康口腔、健康骨骼。那怎么保持三健呢?记者采访了南安市疾控中心的专家。

“我们应该保持健康体重的理念。”专家介绍,各个年龄段人群都应该坚持天天运动、维持能量平衡、保持健康体重,体重过低和过高均易增加

疾病的发生风险。

定期测量体质指数(BMI)也很重要,有助于我们维持健康体重。18岁及以上成年人体质指数在<18.5为体重过低,18.5≤BMI<24为体重正常,24≤BMI<28为超重,BMI≥28为肥胖。

据介绍,我们通过合理饮食与科学运动保持健康体重。成人健康体重取决于能量摄入与能量消耗的平衡,长期摄入能量大于消耗能量,体重增加;长期消耗能量大于摄入能量,体重减轻。超重肥胖者应长期坚持减重计划,速度不宜过快。超重肥胖者制定的减重目标不宜过高,减重速度控制在每周降低体重0.5—1千克,使体重逐渐降低至目标水平。建议做好饮食、身体活动和体重变化的记录,以利于长期坚持。

儿童青少年应从小养成合理膳食、规律运动的习惯。儿童青少年肥胖不仅会影响其身心健康,还会增加其成年后的肥胖风险。老年人运动要量力而行,选择适宜自己的活动。老年人不必过分强调减重,建议每周坚持至少进行3次平衡能力锻炼和预防跌倒能力的活动,适量进行增加肌肉训练,预防少肌症。

“提倡安全减重,运动时做好保护措施,避免受伤,充足和良好的睡眠有助于减重。”专家表示。

如何保持健康口腔?专家介绍,每天早晨起床后,晚上睡觉前分别刷牙1次。睡前刷牙更重要,养成刷牙不再进食的好习惯。普通成年人每年至少进行一次口腔检查,及时发现口腔疾病并进行早期治疗。家长应帮助或监督6岁以

下儿童刷牙,帮助其养成每天早晚刷牙的好习惯。使用含氟牙膏是安全、有效的防龋措施,提倡使用含氟牙膏刷牙。

在预防骨质疏松方面,专家表示,富含钙、低盐和适量蛋白质的均衡饮食对预防骨质疏松有益。大家需要每天至少20分钟日照,充足的光照会对维生素D的合成。维生素D对钙质吸收起到非常关键的作用。适量运动能够起到提高骨强度的作用。老年人90%以上的骨折由跌倒引起,预防跌倒十分重要。不嗜烟,无论男性或女性,吸烟都会增加骨折的风险。不过量饮酒,每日饮酒量应当控制在标准啤酒570ml、白酒60ml、葡萄酒240ml或开胃酒120ml之内。高危人群应当尽早到正规医院进行骨质疏松检测,早诊断。