

南安市中医院新增四台智能自助药柜



本报讯(记者 黄伟励 文/图)近日,南安市中医院智能自助药柜正式亮相,将为市民提供24小时、无人接触式自助售药服务,为医院发挥中医药防治疫病再添力量。

首批智能自助药柜共四台,其中两台位于医院防治新冠中药协定方便民服务点,另外两台位于院内门诊大厅旁。

“自助药柜操作起来很方便,随时来医院都能买到中药。”近日,市民张女士在便民服务点的智能自助药柜购买了益气解表1号及益气解表2号,仅用不到1分钟的时间,就从药柜内取到所需中药,“买点中药回去,给家里的大人和小孩都煮着喝,听说预防新冠病毒的效果很不错!”

记者了解到,目前,智能自助药柜已推出守正代茶饮、扶正解毒1号(成人治疗方)、扶正解毒2号(儿童治疗方)、益气解表1号(成人预防方)、益气解表2号(儿童预防方)的饮片版(需自行煎煮)和颗粒版(直接温水冲服),后续医院还将推出汤剂版(温水浸泡服用)及防感通窍香囊等,为市民带来全新购药体验。

扶正解毒1号(成人治疗方)、扶正解毒2号(儿童治疗方),有健脾化湿、扶正解毒、调理肠胃、增强免疫力等功效,对感染病毒患者的治疗有辅助作用。此外,南安市中医院组织中医专家,结合南安地域和气候、市民



南安市中医院新引入的智能自助药柜。

体质等因素,针对新冠病毒的预防,推出了中药预防处方:益气解表1号(成人预防方)和益气解表2号(儿童预防方),为疫情防控提供了一种可行的预防方案。

据了解,智能自助药柜每天都会由药房工作人员进行专业维护,工作人员通过电脑、手机后台可以远程掌握药柜销售情况,对一些已售完的药会及时补货更新。同时结合市民实际用药需求,合理有序精准投放不同产

品。市民现场自助选择产品及付款后,即可拿药。

整个取药过程实现全程无接触发药,取药时间不超过30秒,既方便快捷,又安全高效。同时考虑到大部分市民首次接触智能自助药柜,医院还在醒目之处张贴了24小时自助售药清单,方便患者自助取药。

南安市中医院相关负责人介绍,医院始终秉承“中西结合,特色发展”,致力于服务社会、护佑健康。24

小时智能自助药柜的应用实现了医院自动化、信息化、智慧化管理,既减少了市民取药时间和滞留时间,也提高了医院的药事服务水平。市民真正体验到贴心、便利服务的同时,进一步彰显中医药在疫情防控工作中的独特力量。后续医院还将根据市民的需求,精益求精,不断完善细节工作,从而促进医院医疗服务质量水平的整体提高,让中医药在防治疫病中再显身手。

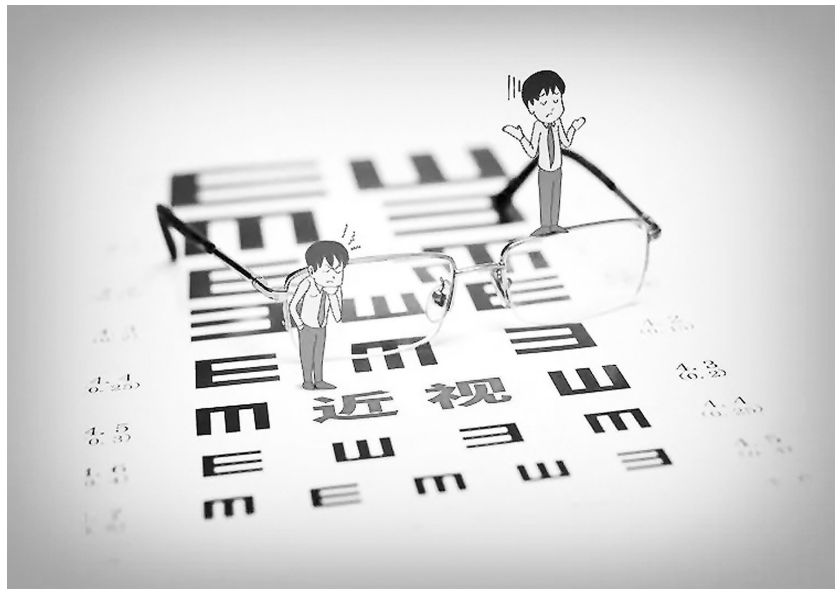
每天保持2小时户外活动 可有效预防近视

■本报记者 黄伟励 通讯员 叶新新

“我最近发现孩子总是眯着眼睛上网课,看一会屏幕又总是揉眼睛,带到医院一查,已经近视一百多度了,还有轻微的散光。”近日,家住溪美的郑女士很苦恼,孩子才上小学,已经戴上眼镜,“除了上网课,还喜欢玩手机,平时爷爷奶奶总是纵容孩子过多地使用电子产品,现在可怎么办才好!”

关于近视我们该如何预防呢?带着问题,记者采访了南安市妇幼保健院儿童眼保健科医生曾家鸿。据介绍,随着近几年青少年近视率的节节攀升以及近视不断低幼化,全球有关近视的各项研究也如火如荼地进行中。虽然至今仍然没有任何一种可以治疗、逆转近视的方法,但在近视防控上,的确有了很多有效手段,如角膜塑形镜、周边离焦镜、低浓度阿托品滴眼液等。

“其中,防控效果突出、性价比最高的则是充足的日间户外活动。大量研究发现,每天保持2小时及以上的日间户外活动,可以有效防止近视的发生以及延缓近视的增长。”曾家鸿说,户外活动防控近视的核心是太阳光照,晚上出去溜娃,除了月亮反



射的那一点微弱的光外,几乎没有任何用处,“所以,必须牢记户外活动,最好在白天”。

孩子必须要户外“运动”2小时吗?家长需要注意,户外活动对近视防控的核心是光照。虽然的确有研究发现,适当的有氧运动能够增加脉络膜供血,从而延缓近视进展。但和太阳光照比,作用就少很多了。所以,我们只要做到每天2小时户外活动就可

以了,不必要高强度运动。

不少家长认为户外活动只对没有近视的孩子有效,对已经近视的孩子就无效了,“事实是无论在近视人群还是非近视人群中,每天充足的日间户外活动都能减缓眼轴的增长。”曾家鸿说,所以如果只从近视度数去衡量而忽略了眼轴的增长,有可能会得出“户外活动对近视孩子没有帮助”的错误结论,所以户外活动对已经近视的

孩子依然有效。

很多家长表示,现在孩子学业紧张,时间都排得满满的。每天户外活动2小时,就算心里想去做,实际上却难以实现。户外活动时间不够,怎么办?“现在大部分学校对孩子的眼健康都非常重视。很多学校每天都有户外大课间活动,每周也会有2—3节的体育课。理论上学生在校的户外活动基本都可以达到1—1.5小时以上。”曾家鸿说,充分利用课间的10分钟破碎时间去教室外面活动非常重要,课余时间如果没有时间去操场,即使待在有阳光照射的走廊过道,同样有防控效果。

此外,建议在确保安全的情况下,孩子放学后先别急着回家,在楼下小花园活动、锻炼身体,享受一天中最后的阳光照射,玩到天黑了再回家,这样对近视的防控就会比较有效的。如果孩子因为条件限制,无法去户外,在阳台上活动是否可行?曾家鸿表示,只要窗户够大、采光好,在阳台活动一样也可以有近视防控效果,但和户外活动比,效果肯定会差不少。如果孩子在阳台活动时,尽量在确保安全的情况下,将窗户打开,因为现在大部分的玻璃会阻碍紫外线光。

天气寒冷多变 小心脑卒中这个头号“杀手”

■本报记者 黄伟励

气温的变化是脑血管疾病的一个重要诱发因素,天气寒冷,导致血管收缩,血压升高,血流缓慢,血液黏度增高,心、脑负荷加重,动脉粥样斑块易于破裂,冠状动脉容易痉挛,进而诱发心脑血管疾病。记者从南安疾控中心了解到,眼下气温寒冷多变,人体机能正处于适应期,心脑血管疾病发作较为频繁,市民需要警惕脑卒中。

南安疾控中心专家介绍,脑卒中是由于脑血管堵塞或者破裂,发生缺血或出血,使得大脑正常的供血中断,导致脑细胞损伤或死亡,进而引发各种功能障碍,是危害群众健康的主要疾病之一。根据受损的部位不同,脑卒中可以引发语言、运动、情感等方

面的问题,甚至导致残疾和死亡。

记者了解到,大约33%的脑卒中患者年龄在65岁以下,近年来更趋于年轻化。我国的脑卒中平均发病年龄为63岁,且由于工作压力大,生活节奏快,高血压病和脑血管病等因素,有10%—15%的患者在45岁之前就发病了,一旦发病,很少有人能完全恢复。

如果有高血压、吸烟、糖尿病、心脏病、血脂异常、大量饮酒、缺乏体力活动、颈动脉狭窄等问题,那么发生脑卒中的可能性就会升高了。除此之外,随着年龄的增长,脑卒中的发生风险也会增加。

在寒冷天气,如何做好自我防护?专家建议,要做好御寒措施,市民外出时及时添加衣物,一定要穿着保暖的衣服和鞋袜,戴上帽子、围巾和口

罩,并且最好能捂住耳朵。必要时应适当减少外出活动的时间,特别是室内外温差较大时。

天气寒冷时最好不要外出晨练,如想外出活动,宜选择上午10时至下午3时的时间段,此时温度相对升高。活动量不宜过大,可选择散步或打太极拳等。如天气状况不佳,则应选择适宜室内进行的身体活动。

市民应按照膳食营养平衡的原则来合理安排饮食,保证新鲜蔬菜水果的摄入,足量饮水。尽量保持心态平和,注意休息,保持规律的生活习惯,保证充足的睡眠。慢性疾病患者,应坚持遵医嘱服药,控制好血压、血糖及血脂水平,如有不适应及时就医。

据介绍,脑卒中为突然起病,但并不意味着没有预兆,一般会有突然发

生的单眼或双眼视物模糊或视力下降,面部或单侧或双侧肢体的麻木,无力或瘫痪,语言表达或言语理解困难,眩晕、失去平衡或不能解释的摔倒,吞咽困难,头痛(常发生且非常剧烈)或某种不能解释的头痛,发作持续数分钟,一旦出现症状应立即送医。

值得一提的是,市民可以使用微信“卒中急救地图”小程序,了解本地区一小时黄金救治圈内有急性脑卒中救治能力的医院,并及时与医院和120沟通,将患者转运到有救治条件且有资质的医院。一旦发生脑卒中,要做到快速、科学施救,有效地降低病残死亡率。

此外,在预防方面,对健康者可劝其戒烟、戒过量饮酒,加强精神保健,健康饮食,积极防治动脉硬化、高血压、糖尿病、心脏病和高血脂症等危险因素。



健康资讯

女子脾囊肿复发 南安市医院微创手术助康复

■本报记者 黄伟励

近日,家住南安的黄女士来到南安市医院急诊外科,因脾囊肿复发,多次开展穿刺抽液治疗均无好转,可愁坏了她。好在南安市医院张诚华名医工作室团队的专家为她开展了微创手术,黄女士终于好转,顺利出院。

黄女士今年21岁,4年前发现自己患上脾囊肿,在福州的一家医院开展了手术切除囊肿。然而,去年她复查时,再次发现脾囊肿,多次治疗均没好转。

为了帮助患者解除病痛,经充分的术前准备下,南安市医院张诚华名医工作室团队专家黄灿坡为黄女士主刀,医院急诊外科团队与黄灿坡默契配合、通力协作,开展了微创手术。医护人员在腹部做微创切口下,将黄女士的巨大脾囊肿及脾完整切除并取出,手术历经一个多小时顺利完成。术后,在急诊科医护人员精心治疗和护理下,黄女士恢复良好,已顺利出院。

近年来,南安市医院急诊科认真贯彻落实医院学科建设工作部署,从学科规划、技术提升、队伍建设等方面,持续提升专科医疗服务与管理能力,着力打造专科优势,提高群众就医获得感。同时,通过名医的“传、帮、带”,该科室加快县域创伤中心建设步伐,开展急诊创伤救治相关新技术,提升创伤急救危重症救治能力,为县域群众生命健康保驾护航。

南安市医院胃肠外科 应邀开展腹腔镜下直肠癌根治术全网直播

本报讯(记者 黄伟励)近日,由中华结直肠癌MDT联盟福建分盟、福建省医学会外科学分会减重代谢学组、福建省抗癌协会大肠癌专业委员会、泉州市第一医院和福建省医务志愿者协会、南安市医院共同举办的“第五届泉州市胃肠及减重代谢研讨会”拉开帷幕。

研讨会为期五天,专家学者齐聚“华山论剑”,传播新知识、新技术,交流、分享经验与成果。会议首日,浙江省肿瘤医院党委书记程向东、广东省中医院教授刁德昌、福建省肿瘤医院教授杨春康、泉州市第一医院李新宇教授等专家,带领团队进行了精彩的手术直播演示,由来自全国胃肠外科学术界的22位专业大咖担任主持嘉宾,首日手术演示点击量近五万。

值得一提的是,在此次研讨会,南安市医院胃肠外科林劲松主任团队应邀,成功演示了腹腔镜下直肠癌根治术。在医院麻醉科、胃镜室、影像科等多部门医护团队密切配合下,林劲松主任及其团队成员按照既定方案开始手术,展示了丰富的经验和娴熟高超的技艺,术中、术后患者体征平稳,手术直播演示圆满结束。

此次手术难度和精细程度高,作为县级医院胃肠外科,该团队展示了独立开展精细手术的能力,得到业界专家的肯定。林劲松主任团队的成员表示将珍惜难得的学习机会,在医院和上级单位胃肠外科等优秀专业团队的帮扶指导下,共同致力推动南安医疗技术水平的高质量发展。

据悉,近年来,南安市医院在各级各部门、医疗单位的大力支持和关心帮扶下,学科建设步入快车道,技术水平显著提升、医疗能力飞速进步,更好地服务本地区人民群众的健康需求。

男子排尿困难没放心上 拖到尿尿才就诊 一查是泌尿系统结石惹的祸

■本报记者 黄伟励

近日,家住南安的黄先生因患泌尿系统多发结石,在南安市省新镇卫生院接受经尿道腔内激光碎石取石术的治疗。看到大量石头从自己体内一点一点地被击碎、取出,黄先生喜笑颜开,向省新卫生院的诊疗团队表示感谢。

据悉,黄先生膀胱内藏有一个约4.5厘米大小的结石,常常感到排尿费力。起初他没将此事放在心上,可是过了几天,竟然出现血尿,不得不前往医院就诊。

为了让黄先生更真切地体验到碎石前后的变化,省新卫生院碎石科负责人黄燕红结合他的实际病情状态与结石特点,制定诊疗方案,让他在清醒的状态下,看着石头是如何从自己的体内被击碎、取出的全过程,直观地体验到了卫生院经尿道腔内激光碎石取石术的诊疗效果。

“希望通过让患者‘亲身参与’的方式,促进医患沟通、密切医患关系、强化医患合作,不断提升患者的就医亲切感和治疗满意度。”黄燕红表示,自开展经尿道腔内激光碎石取石术以来,省新卫生院泌尿系结石诊疗团队始终坚持走“一患一方案”的个性化诊疗路子,让患者更有就医体验感、诊疗获得感。