

## 南安市医院呼吸康复慢病一体化管理部正式开诊

本报讯(记者 黄伟励 文/图) 13日,南安市医院呼吸康复慢病一体化管理部正式开诊,由呼吸与危重症医学科、中西医结合科、康复科、呼吸康复治疗师及护理人员组成的团队,帮助和指导有呼吸疾病的患者进行治疗,开展健康管理,使就医、康复更方便有效。

当天,记者来到呼吸康复慢病一体化管理部,门诊里配备了肺功能仪、呼出气一氧化氮检测仪、震动排痰背心、人工震动排痰器等仪器,还有加强心肺功能训练的功率自行车、股四头肌训练仪等,不少患者正在就诊、建档。

“从去年年底开始,我总是觉得呼吸困难,就连爬三层楼都会喘得不行。”正在就诊的王大爷今年66岁,春节期间他感到病情加重,喉咙里的痰也咳不出来,便在家人的陪同下到呼吸康复慢病一体化管理部寻求治疗。

在了解了王大爷的情况后,呼吸康复治疗师陈禹君教了王大爷腹式呼吸及循环呼吸训练,正确的呼吸方式能够帮助他更好地排痰。呼吸与危重症医学科、中西医结合科的医生也为王大爷诊治,“跟着治疗师学了不少东西,以后每天在家锻炼,配合中药调理,相信不久就能康复。”临走时,王



呼吸治疗师教授患者开展呼吸保健操。

大爷为呼吸康复慢病一体化管理部竖起了大拇指。

“现在,越来越多的人患上呼吸系统疾病,特别是‘阳康’后,咳嗽、气喘、胸闷、呼吸困难等成为不少人的常态。”呼吸与危重症医学科相关负责人说,因此,医院将呼吸与危重症医学科、中西医结合科、康复科、呼吸治疗师及护理人员组成的团队整合在一起,实施呼吸康复慢病一体化管理,是为了让患者在慢病治疗过程中实现长

期坚持、科学规范、全程管理,“患慢阻肺、在ICU使用过呼吸机的患者,出院时可能会出现肌肉萎缩、呼吸功能下降的情况,呼吸康复慢病一体化管理部能为他们恢复肺部功能,起到过渡的作用。”

“除了常规的呼吸门诊外,呼吸康复慢病一体化管理部还面对戒烟、需要开展呼吸康复的市民,通过指导患者正确的呼吸康复训练、吸入性药物用药指导,减低患者的再入院率,实现

肺康复。”上述负责人表示,肺康复是一种基于个性化治疗后对患者深入评估以后所采用的综合干预措施,包括但不局限于运动锻炼、健康教育和行为干预,目的通过改善呼吸形式,可以使呼吸肌收缩有力,提高呼吸效率,促进排痰,增强机体免疫功能,防止肺功能下降,减轻呼吸困难症状,增加活动耐量,从而提高患者生活质量。

“康复科的医护人员带着仪器下沉到呼吸康复慢病一体化管理部,教授患者开展呼吸康复训练,可让他们看病时少跑腿,方便市民就医。”康复科医生许清刚告诉记者,通过中医辨证施治、饮食调理、特色呼吸保健操锻炼与呼吸困难指数量表、肺功能检查、6分钟步行试验等现代医学量表评价相结合,客观评价患者呼吸功能状态,并积极进行干预,帮助患者全面恢复健康。

医生建议,长期吸烟、反复出现咳嗽、痰、喘的人群,应当立即到正规医院做肺功能检查,尽早明确诊断并开始治疗。既有哮喘、气管炎、慢阻肺、硅肺的患者也应当定期检查肺功能。在健康体检方面,建议40岁以上人群每年应进行一次肺功能检查,在粉尘危害严重的环境下工作或重度吸烟群体则应每半年检查一次。



### 健康资讯

## 泉州滨海医院 获批南安市中小学近视防控科普教育基地

本报讯(记者 黄伟励) 近日,泉州滨海医院获批南安市中小学近视防控科普教育基地,将开展儿童青少年近视防控科普工作。

据悉,泉州滨海医院眼科是集医疗、科研、教学和防盲治盲为一体的现代化临床科室,现有专业医护团队21人。科室人员专业技术经验丰富,学有专精,现科室开设眼病门诊、干眼门诊、白内障门诊、医学验光配镜中心等。其中医学验光配镜中心集医学验光、配镜、近视防治、斜视弱视治疗为一体,提供青少年近视防控、高品质医学验光配镜、老视矫正等项目。

## 南安市医院内分泌科 开展院内胰岛素泵强化治疗规范化培训

本报讯(记者 黄伟励) 随着胰岛素泵治疗在糖尿病慢病管理中的广泛应用,提高胰岛素泵使用的规范性,提高管理和质控的效率成为医护人员关注的焦点。为进一步提升南安市医院医护人员胰岛素泵强化治疗水平,提高住院带泵患者血糖达标率,近日,南安市医院内分泌科举行了胰岛素泵强化治疗规范化培训会,内分泌科全体医护人员参加培训。

培训会上,内分泌科主任梁辉团介绍了胰岛素泵、胰岛素泵治疗的基本原理及治疗的适应症;对胰岛素泵剂量精细化调整的方法进行详细解读,包括如何设置胰岛素泵总量、基础率、餐前量,如何处理高血糖及低血糖状况,以及如何个性化调整胰岛素泵参数等内容。

护士长侯冬梅详细地讲解了胰岛素泵的规范操作流程,包括操作前准备、基础率设定、植入、使用过程护理、撤泵的的注意事项以及胰岛素泵报警等异常情况的处理。

梁辉团介绍,规范的血糖管理不仅可以缩短患者的住院时间,降低住院费用,提高床位周转率,也为患者出院后的血糖管理打好基础,提高患者生活质量。希望借助本次培训,提高医院医护人员对胰岛素泵的理论与实际操作能力,促进胰岛素泵管理规范化、专业化,让胰岛素泵强化治疗帮助更多的糖尿病患者更好地控制血糖,预防并发症。

## 儿科名医专家帮扶 南安市医院儿科诊疗上新台阶

本报讯(记者 黄伟励) 冬春交替是儿童消化道疾病高发期,近日,南安市医院儿科在福建医科大学附属泉州第一医院团队专家梁世山、李少澍的帮扶下,进一步提升了儿童消化系统常见病及疑难病的诊疗水平。

当天,梁世山为多位消化道出血、低钠血症患儿进行查房,他详细查看患儿病例,仔细询问住院病史及既往病史,对一例病因未明的消化道出血病例,提出完善超声肠镜检查等建议,并指导注意监测患儿生命体征,观察是否有活动性出血等,根据患儿情况予以完善治疗方案,同时对儿童临床用药管理进行指导。

李少澍在门诊为多个有腹泻等消化道症状的患儿诊治。他指出,目前多发的消化道疾病主要类型及原因,嘱咐家长注意水源和食品卫生,对玩具等用品定期消毒,并培养儿童卫生习惯。李少澍提醒值班医师,遇到有发热、腹胀、疲乏、缓脉等症患儿,应注意伤寒可能,必要时检查肥达氏试验,尽早明确诊断,预防出现肠出血、肠穿孔等并发症。

记者了解到,梁世山、李少澍是南安市医院名医工作室的专家,通过病例示范指导南安市医院儿科医生对儿科消化道常见疾病、疑难病的识别、规范处理,将先进理论知识与临床实践相结合,促进儿科医师对消化道常见疾病的深刻、全面认识,有力提升儿科医师消化专业诊疗水平,将更好地为县域患儿服务。

## 南安市开展婚检优检宣传活动

本报讯(记者 黄伟励) 近日,为进一步促进婚姻家庭幸福与社会和谐,加强预防先天缺陷,促进人口素质的提高,南安市计生协会联合南安市妇幼保健院在婚姻登记处开展婚检优检宣传活动。

“婚检是降低出生缺陷,预防先天性疾病的一道重要防线。”“婚检是对夫妻双方,对下一代负责、对家庭负责、对社会负责”……活动现场,南安市妇幼保健院的的工作人员为市民讲解婚前孕产检查事项,结合优生优育等相关知识,向新人讲解强调婚前检查重要性,对新人提出问题耐心解答,鼓励他们积极参与婚前检查。

当天,在南安市妇幼保健院门诊四楼,婚检科也是忙而不乱,在医护人员的指引下,大家按照信息登记、询问病史、抽血等程序,秩序井然地开展。

## 医院出妙招 久治不愈的膝痛好了

■本报记者 黄伟励

“膝盖终于不疼了!”近日,市民刘阿姨治好了多年老毛病,对南安市医院疼痛科医护人员连声感谢。

刘阿姨今年62岁,右侧膝关节疼痛,右腿活动受限的情况已经多年,近1月以来,不适症状加重,尤其是上下楼梯时更疼,已经严重影响了我的睡眠及行走,还不慎跌倒过2次。为了缓解疼痛,刘阿姨曾服用过消炎药、钙片、氨基葡萄糖胶囊等药物,开展过热敷、艾灸、红外线照射等治疗,效果都不好。

最后,刘阿姨在家人的陪伴下,前往南安市医院疼痛科就诊。医护人员为刘阿姨开展了膝关节检查,检查结果显示她的右膝内侧半月板后角损伤,膝关节退行性病变。

疼痛科医师综合刘阿姨的病史、症状、体征及辅助检查,推荐她开展“PRP”治疗,以促进软组织修复。刘阿姨经3次治疗后疼痛明显缓解,生活质量得到了有效改善,对治疗效果非常满意。

什么是“PRP”治疗呢?据介绍,“PRP”就是富血小板血浆,通过离心的方法从全血中提取出来的血小板浓缩液,其内含有高浓度的血小板、白细胞和纤维蛋白以及各类生长因子,注射到病变部位后可迅速止痛、为修复细胞提供良好的支架,有利于生长因子的分泌和组织修复,还可以收缩创面,促进凝血,刺激组织再生,加速伤口愈合,被称为人体的“再生药”,应用领域广泛。

这种方法优点不少,“PRP”来源于自体,取材方便,操作简单,不会出现免疫排斥反应,可以促进骨和软组织的修复;同时内含高浓度多种生长因子,且比接近正常人,具备最佳协同效应。“PRP”具有极好黏附性,使用时可较好地黏附在创面上而不流失,避免损失,保证局部较高的生长因子浓度,还含有较多的白细胞和单核细胞,可起到防止感染作用。

除了膝痛以外,“PRP”疗法还能治疗各种退行性关节病变,如膝骨关节炎、半月板损伤、颈椎退行性病变等,具有保护软骨细胞、促进软骨修复和减轻关节内炎症的作用。该疗法还可以治疗急性慢性肌腱韧带损伤或肌腱病,如肩周炎、肩袖损伤、网球肘、膝关节侧韧带损伤、半月板损伤、跟腱炎、足韧带损伤、滑囊炎等,以及治疗骨折区或骨缺损区、骨不连、骨质疏松性骨折、慢性骨髓炎等长期骨质愈合差的患者。

## 周到服务暖人心,优质护理不停步 南安市中医院满意度再创新高



■本报记者 黄伟励 通讯员 张剑民

“2病区的医护人员辛苦了,感谢你们!”近日,市民王大爷在出院前,亲手写下感谢信,送到南安市中医院综合服务中心。“住院近一周的时间,医护人员的照顾细致入微,亲切、认真、负责的态度,让我更快地康复,我十分满意!”

王大爷的感谢信,是中医院服务质量提升的一个缩影。记者了解到,根据福建省卫生健康委员会近日公布的2022年度全省二级以上医院满意度问卷调查,南安市中医院总体满意度91.93%,比上一年度提升0.77个百分点,提升了31个位次。

“自开展暖心服务行动和优质服务以来,我院在综合服务中心开设诉求点,开展满意度调查、电话回

访,使用多种方法大幅度提升了医院的医疗服务水平。”中医院综合服务中心负责人黄芝阳告诉记者,医院各职能科室均收到来自不同患者赠送的锦旗、感谢信等,这些“好评”既是对我们医护人员的认可和肯定,同时也是一种鞭策。

在中医院门诊大厅,记者注意到,地板上不同颜色的地标,引导着患者前往不同科室。在门诊一楼大厅处、二楼检验窗口处、妇产科楼一楼及三楼设置了多台自助机,给前来就诊的市民提供自助缴费、查询、综合打印等便捷服务。

医院不仅开通微信公众号,完善移动支付、预约挂号、检查结果查询等服务功能,开发诊间支付功能,还从导诊服务入手,在产科、彩超室、CT室安装了自助叫号系统,提升患者候诊体验。

除了硬件不断完善,记者观察到,一旦看到聋哑患者、老年患者或是行动不便的患者,综合服务的工作人员便会上前,引导患者挂号、前往诊室,“化被动为主动让市民在中医院

看病更加便捷、省心。”黄芝阳说,对于需要后续治疗、需要跟进的手术病人医院会建立随访档案,登记表包括病人基本信息、出院诊断、病情变化和恢复情况等,温暖了患者的心。

值得一提的是,通过暖心服务不断优化,中医院妇产科努力打造“关爱母婴健康”服务品牌,为病人提供了优质高效的医疗服务,近10年来该院分娩量高居南安首位。

“二胎了,依旧选择南安市中医院,很信任也很满意!”“每个医护人员都很棒,耐心回答每个问题,认真对待每一名产妇。”“不仅是我,我身边的朋友亲戚都选择了南安市中医院,环境、服务态度都很好,是值得信赖的医院。”出院前,不少产妇都在满意度调查问卷上,对南安市中医院妇产科留下“五星好评”。

黄芝阳表示,今后南安市中医院将继续坚持“暖心服务、用心呵护”的理念,不断提升服务水平,提高服务质量,让患者的服务更贴心、患者更舒心、家属更安心,做最有温度的中医特色医院。

### 睡觉讲科学后

## 这些“睡眠困难户”终于睡踏实了

■本报记者 黄伟励

“感谢江医生,将我10多年来的失眠毛病治好了!”近日,市民杨女士带着锦旗,来到南安市医院睡眠门诊,对江涛源医生表达了自己的感激之情,“去了很多医院,吃了很多药,最后竟然通过不用药的方法治好了失眠,能够正常睡觉的感觉真是太好了!”

记者了解到,杨女士口中不用药的方法便是失眠认知行为治疗。自从去年南安市医院睡眠门诊开诊后,杨女士便成为第一期治疗患者,目前入院的7名失眠患者皆完成治疗,有效率达100%,失眠认知行为治疗受到越来越多患者的认可。

### 失眠困扰10余年 患者苦不堪言

杨女士今年46岁,作为一名“睡眠困难户”,几乎天天面临入睡困难的难题。“睁眼到天亮是常态,晚上睡不着白天就没精神,这么多年下来,已经影响了我的健康。”为此,杨女士跑了很多医院,也吃了不少药,心中苦不堪言,“为了能睡着,我只能依靠药物,每晚要吃两三种药物才能勉强睡下。”

然而,即便通过服用药物才能睡着,杨女士的睡眠质量也不高。为了能够获得正常的睡眠,杨女士来到南安市医院睡眠门诊。睡眠门诊负责人江涛源在评估了杨女士的各项情况后,决定为她采用失眠认知行为治疗。通过几周的治疗,杨女士入睡困难的情况得到改善,也逐渐减少了药物的服用,“原来每天要吃两三种药物才能睡着,现在只需服用一种,药物的剂量也是只原来的六分之一,再过一段时间我就可以彻底摆脱药物了,终于可以正常睡觉了!”杨女士不禁感叹。

无独有偶,日前,74岁的陈大爷也因失眠来到南安市医院睡眠门诊。“跑了不少医院,也试过不少药,几十年来还是失眠!”就诊时,陈大爷向医生展示了不少药物,“不吃药一整夜都睡不着,这可怎么办才好。”

江涛源也为陈大爷开展了失眠认知行为治疗,通过三周的治疗,陈大爷失眠的症状得到明显改善。

### 改变认知和行为 不吃药也能治失眠

“近年来失眠患者的数量呈上升趋势,睡眠障碍让越来越多的人没办法睡个好觉。”江涛源告诉记者,来到

睡眠门诊就诊的患者一般是长期、慢性的失眠患者,不少患者都需要服用药物才能睡着,“对于失眠患者来说,失眠认知行为治疗是不错的方法,它安全又有效。开展失眠认知行为治疗的目标,就是为了让失眠患者能睡着,减少用药,最后停止用药。”

什么是失眠认知行为治疗呢?江涛源介绍,该疗法主要针对失眠的病因及持续因素进行治疗,根据患者的睡眠情况,为患者量身定制睡眠康复计划,纠正患者的不良睡眠习惯及与失眠相关的错误睡眠观念,重塑患者的合理认知模式,缓解各种与失眠相关的负面情绪,消除患者对失眠的恐惧,同时可以帮助患者减少或戒断催眠药,重建健康的心态和良好的睡眠模式。这个方法最大的特点是不使用药物,失眠患者中70%的人能够通过该法得到有效治疗。

“引发患者失眠的原因分为先天因素、诱发因素及维持因素,我们希望通过认知行为治疗,针对维持因素,打破不断失眠的恶性循环。”江涛源说,指导患者在认知和行为两方面进行治疗,正常失眠患者6周完成治疗,需要减药、停药的患者时间相对长一些,“现在睡眠门诊一周中有两天对外接诊,有需要的市民可以前往南安市医院就诊。”