

# 我院走进养老机构开展健康巡诊活动

为响应国家“推动医养融合发展,加快医疗卫生资源进入养老机构”的号召,我院定期开展以老年人服务需求为纽带,以医疗机构及专业医护团队为支撑的“医养结合”巡诊活动,为养老院的老年人提供便捷优质的医疗服务。

11月8日,我院医护团队来到光大养老机构,开展巡诊活动。巡诊过程中,医护人员为老人们进行常规体检,包括测量血压、血糖、心肺听诊等,询问老人近期的饮食起居和身体情况。



专家们根据老人的病情进行分析,提出合理的治疗方案以及用药指导。对于行动不便的老人,医护人员逐一到老人房间为他们进行常规检查,确保人人都能享受到健康服务。

专业、细致的医疗服务赢得了好评。老人们都说:“自从有了市一院医护人员的定期巡诊,我们安心多了,生病后的治疗、康复情况医生也会定期跟踪了解,真是太好了,非常感谢你们。”

洛阳市第一人民医院作为首批“河南省老年友善医疗机构”之一,将继续深入推进医养结合工作,把更多贴合老年人生活需要、内容丰富、形式多样的便民医疗服务送到老年人身边,不断提升老年人的幸福感、获得感 and 满足感。(社区工作部)

## 凝聚社会力量 合力共抗艾滋 ——我院开展“世界艾滋病日”宣传活动

2023年12月1日是第36个“世界艾滋病日”,今年的宣传主题为“凝聚社会力量,合力共抗艾滋”。为普及艾滋病防治知识,提高群众识艾、防艾、抗艾能力,11月30日上午,我院组织参加了由瀍河区卫健委举办的“世界艾滋病日”宣传活动。

活动现场,我院通过悬挂主题横幅、放置宣传展板、发放宣传手册等方式进行宣传,普及艾滋病的传播途径及预防控制知识。并从婚检、产检、科学避孕等方面进行指导,使更多人知晓艾滋病的传播途径、发病机理和症状,引导群众提高防范意识,树立正确的人生态度,养成良好生活习惯。



## 我院开展“联合国糖尿病日”主题义诊活动

11月14日是第17个“联合国糖尿病日”,今年的主题为“了解风险,了解应对”。为增强群众对科学控糖的认识,呼吁大家关注糖尿病的预防与管理,我院内分泌科于11月14日上午在医院门诊楼前和龙泉广场举行义诊活动。

义诊活动现场,前来参与的群众络绎不绝。医护团队耐心细致地就正确监测血糖、糖尿病并发症预防、糖尿病患者自我管理知识进行科普宣传,帮助人们走出疾病误区。同时,为前来咨询就诊的群众免费测



## 我院开展“世界慢阻肺日”义诊及健康宣教活动

2023年11月15日是第22个“世界慢阻肺日”,今年的主题为“肺系生命,刻不容缓”,旨在强调早期肺部健康、早期诊断和早期干预的重要性。

为了更有效地提高公众对慢阻肺疾病认知,进一步普及肺部健康相关知识,提升全民健康意识,我院呼吸与危重症医学科分别于11月13日和15日开展了义诊及健康宣教活动,营造了宣传“慢阻肺”健康知识的良好氛围。

11月13日上午,呼吸与危重症医学科医护团队在门诊楼前开展义诊活动,活动现场专家们耐心地倾听患者诉求,认真地解读病情、细致地检查身体,提供了针对慢阻肺的诊疗方



2023年11月20日是中国“心梗救治日”十周年,今年的主题为“心梗拨打120,胸痛中心快救命”。

心梗严重威胁着人们的生命健康,由其引发的猝死更是危险至极,为提高公众对心梗严重性与防治重要性的认知,普及急性心肌梗死的规范化救治流程,我院胸痛中心联合急诊科于11月20日上午在医院门诊楼前开展了“中国1120?心梗救治日”义诊活动。

活动现场专家们耐心科普心梗及冠心病相关知识,同时耐心倾听患者诉求,认真地解读病情,细致地进行听诊查体等,提供了个体化的诊疗方案、康复建议和用药指导。

本次义诊活动共接待咨询近100人次,为众多居民免费监测了血压、血糖及心电图检查,发放了“心梗牢记两个120”健康教育手册150余份,现场氛围良好,诸多居民反映受益良多。

随着“1120心梗救治日”进入第十年,社会关注度和影响力也在逐年上升,在全国心血管领域专家们的推动下,多年来各级胸痛中心建设单位及广大医疗卫生工作者积极参与在全国范围内开展科普宣教、义诊活动,心梗救治日已成为面向全国心血管患者科普教育的重要窗口,但面对目前中国3.3亿心血管患者总人数及每年约100万心肌梗死新增人数的严峻形势,我国心梗防治事业仍然任重道远,未来我们仍需不断坚持和努力!(胸痛中心)

此次义诊活动共接待咨询近100人次,为众多居民免费监测了血压、血糖及心电图检查,发放了“心梗牢记两个120”健康教育手册150余份,现场氛围良好,诸多居民反映受益良多。

随着“1120心梗救治日”进入第十年,社会关注度和影响力也在逐年上升,在全国心血管领域专家们的推动下,多年来各级胸痛中心建设单位及广大医疗卫生工作者积极参与在全国范围内开展科普宣教、义诊活动,心梗救治日已成为面向全国心血管患者科普教育的重要窗口,但面对目前中国3.3亿心血管患者总人数及每年约100万心肌梗死新增人数的严峻形势,我国心梗防治事业仍然任重道远,未来我们仍需不断坚持和努力!(胸痛中心)



案、康复建议和用药指导。

现场接受义诊咨询150余人次,为百余名居民免费测肺功能、测量血压,发放健康教育手册120余份。

11月15日下午,在呼吸与危重症医学科病房还开展了以《慢阻肺稳定期的管理》为主题的讲座,让患者认识到肺康复的重要意义。

此次世界慢阻肺日活动,普及了慢阻肺的预防、保健知识,同时给予患者科学的疾病教育及规范化的治疗理念,收获了广泛好评。(宣传科)

### 我院开展「心梗救治日」义诊活动

# “医”路有你 尽心为患者 尽责受表扬

“这个事情我要向你们领导反映,好好说说她!”在我院肾内科护士站,患者家属张女士(化名)拉着该科护士长梁艳的手激动地说。

要被家属“反映”的“她”,是肾内科的主管护师高瑞,“事情”发生在11月15日晚上十点左右。

### 事件回顾:对待患者,她比家属更贴心

14床的患者李大爷(化名)因难以忍受慢性肾衰导致的皮肤瘙痒并发病异常急躁,便叫值班护士高瑞,经验丰富的她为其涂上止痒药膏,可没过多久,呼叫器的铃声再次响起。

当晚李大爷的家人因事未能陪护,失落的情绪与生理上的痛苦令他更加焦虑,于是不耐烦地大声对高瑞说:“能不能痛痛快快地给我几针?”

高瑞没有因此失落或生气,而是耐心安抚患者,倾听他的诉求。情绪缓和的李大爷告诉她,想用热毛巾擦擦背。于是高瑞打来热水,为其细心擦洗、涂药。

终于李大爷的焦躁和痒症都得到了

缓解,伴着高瑞退出病房脚步声安然入睡。

这一幕被同病房16床的患者家属张女士看在眼里,非常感动。她说:“高老师不仅默默承受了患者所有的负面情绪,还做了家属本应做的事情,而且做得更好。”

想起高瑞平时照顾自己的家人也是如此尽心,张女士觉得一定要用自己的方式好好表扬表扬她,于是就出现了开头的一幕。

### 大家评价:她默默无闻,值得学习

在同事和患者眼里高瑞身上有几个标签:不张扬、党员、90后。

护士长梁艳说:“高瑞工作认真负责,心系患者,眼里有活,但从不张扬。这次的事如果不是患者家属说,谁也不知道她默默付出了那么多。”

患者家属王奶奶(化名)说:“一次我看到她胸前的党徽,我和别人说,这个护士怎么这么好啊?原来是个党员!”

张女士说:“虽然高护士很年轻是个



90后,但她的职业素养和品质非常感染我,所以我愿尊称她为老师。小高老师真正做到了不忘医者初心、守护健康使命,值得表扬,更值得学习。”

面对夸奖,高瑞有些害羞地说:“没想到这件事会被家属讲出来,举手之劳而已。我只是做到了对我管理的每一位患者负责,没什么。”(宣传科)

## 中医治疗急危重症的“五个必须”



### 必须重视保心气

中医认为,“心为君主之官,神明出焉”。这说明心脏为周身血液运行的动力之源,是生命的主宰,正所谓“保得一分心气,便得一分生命”。

### 必须重视顾护胃气

中医认为,脾胃之气是“气血生化之源”,是保障生命的营养根基。

### 必须始终固肾气

中医强调,“肾为水火之宅,寄元阴而寓元阳,为强壮之本”。

### 必须强调补阳气

中医认为,“阳气者,若天与日,折其所,则折寿而不彰”。这说明阳气是人的能量及动力之源。

需要注意的是,在救治患者的过程中,面对病情的危急变化和出现的各种症状,既要谨守病机,又要随机应变,随证治之,遣方用药,可取良效。总之,中医治疗急危重症具有丰富的宝贵经验。这些经验散落在中医古籍中,需要一大批中医有识之士去挖掘、整理、发扬光大,中医学才能不断得到充实与发展,进一步完善博大精深的医学理论体系,为护佑广大群众的健康做出积极贡献。(国家级名老中医 乔振纲教授)

### 必须养元气

什么是元气呢?运用中医理论来分析,元气是人体最基本、最重要的气,是人体生命活动的原动力;元气是人的免疫力,也是蕴藏于体内的对疾病的修复能力,元气就是生命力。中医强调,“气聚则生,气壮则康,气衰则弱,气散则亡”。这充分说明“养得一分元气,便有一分生机”。

在临床上,有许多典型案证明,中医不仅能够有效治疗常见病、多发病,还能有效治疗许多疑难杂症,甚至能够治疗诸如心力衰竭、呼吸衰竭、肝衰竭、肾衰竭、胃肠道大出血、妇科大出血,以及脑溢血、多种肿瘤等急危重症。

对于中医治疗急危重症的具体诊疗经验,可以综合概括为以下几点:

从中医理论来分析,所谓内外科急危重症,不外乎心、脑、肺、肝、肾等脏腑的机能失调,阴阳失去平衡,比如肝肾综合征、肺性脑病、肝性脑病、肿瘤恶性病理、心力衰竭、肺水肿、急性心肌梗死、各类休克等。

这类患者的症状以电解质紊乱、心、肺、肝、肾功能不全,以及脏腑功能濒临衰竭比较多见,甚至生命奄奄一息,运用多种疗法综合施治均不见明显好转。面对这样的急危

重症,必须恪守以下辨证治疗思想:谨察阴阳辨虚实,知犯何逆析病机;扶正固本为首要,整体调理是正途;精心辨证明标本,施治有序分缓急;缜密组方稳准精,截断扭转挽危逆。

## 糖网损害视力 尽早积极预防

糖尿病视网膜病变简称“糖网”,是糖尿病的常见并发症之一,也是常见眼底疾病中的一种。

糖尿病患者若出现以下症状,应及时到眼科就诊排查:视力下降、视物模糊及扭曲变形、视物暗淡或重影、眼前黑影飘动或固定黑影、夜间视物困难、有闪光感。“糖网”早期通常没有明显征兆,随着病情发展,会出现视力下降、视物模糊变形或眼底出血等症状。该病造成的视觉损害往往是双眼同时发生,应早筛查、早发现、早治疗,定期

复查,及早阻止病情进一步发展。

1型糖尿病患者:12岁前发病的,每年筛查眼底一次;12岁后发病的,发病5年内必须进行一次眼底筛查,而后根据全身血糖控制情况及眼底情况,决定定期复查眼底的周期。2型糖尿病患者应在确诊后进行1次全面眼科检查,如无“糖网”,推荐1年到2年复查一次眼底;如已有“糖网”改变,则需根据视网膜病变的临床分级安排随访间隔时间。此外,糖尿病患者还要重视血压、血脂,二者同时稳定,才能较好地控制血糖

对身体的影响。

眼底检查如发现有“糖网”改变,往往需要进行眼底血管造影检查,根据造影结果决定定期随访或是否需进行眼底激光等治疗。若“糖网”伴发黄斑水肿的改变,就需要及时进行药物治疗,及早消除黄斑水肿,防止视力进一步下降。若“糖网”伴发玻璃体积血,应及早进行药物治疗,尽可能在早期解决问题,防止病情进展到需要进行玻璃体手术治疗阶段。(眼科副主任医师 史志洁)

## 她严重贫血 病因竟在甲减

伊滨区48岁的张女士一直患有贫血,但她没有太当回事,直到全身浮肿,动不动就大喘气,她就医才知道,原来导致她贫血的另有原因。

### 就诊时,她面色苍白

张女士来到市第一人民医院内分泌科副主任医师杨秋伟的诊室时,只是想调理一下贫血状况。她说自己贫血多年,最近一干活就累得不行,想让医生开点补血药。

杨秋伟看她面色苍白,按一下胳膊、小腿,发现都有些浮肿。血常规检查显示,她的血色素只有40g/L,远低于正常低值110g/L。“这贫血可有点严重啊!”杨秋伟说。贫血多年且越来越严重,可能没那么简单,于是她详细询问了张女士的生育史、用药史。

### 多年甲减未治疗,如今贫血严重

张女士说,只有10年前生孩子时查出甲状腺功能(简称甲功)异常,当时吃了药调理,后来生活忙碌,就渐渐忘记了,别的没什么毛病。

“很可能就是甲功异常导致的贫血。”杨秋伟判断,她建议张女士复查甲功,进一步明确诊断。随后的检查结果显示,张女士果然患有甲状腺功能减退(简称甲减)。

甲减与贫血有啥关系?张女士不解。“甲状腺激素对促进生长发育、细胞新陈代谢有重要作用,它能刺激骨髓造血,所以甲状腺激素缺乏容易造成贫血。”杨秋伟说,“同时甲减会引起消化不良、食欲不振、怕冷等症状,影响进食,没有营养来源,身体缺乏造血的原料,肯定会导致贫血。”

“这种贫血吃普通的补剂作用不大,还得从根上治疗才行!”杨秋伟说,鉴于张女士情况严重,需通过输血尽快改善贫血状况。

### 发现甲功异常,别忘了定期复查

“育龄女性尤其要警惕甲功异常。”杨秋伟说,怀孕期间体内激素水平紊乱,甲功异常的情况并不少见,需要保持关注,定期复查。

“甲功异常通常有甲亢(甲状腺亢进)和甲减两种情况。甲亢患者易心慌、手抖、出汗,类似心脏病表现,容易导致骨质疏松、低钾血症等。”杨秋伟说,“甲减患者怕冷、食欲不振,体重反而上涨,有的人不想说话,甚至有抑郁的倾向,所以说影响还是很大的。”

杨秋伟最后提醒,甲减一般要终身服药治疗,定期复查甲功,根据检查结果调整用药量,所以如果确诊甲减,一定记得定期复查,避免引发其他不适。