

人民医院

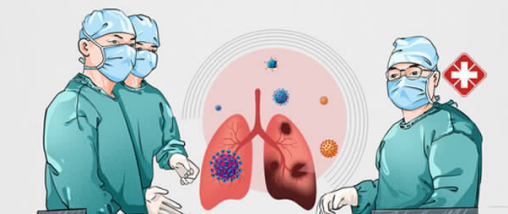
青大医疗集团诸城医院

主办: 诸城市人民医院 内部资料 仅供交流

2020年1月31日 星期五
农历正月初七
总第65期



新闻热线: 18853631212
13562688570
http://www.zchospital.cn



致敬最美天使

中国·加油 武汉·加油
PROTECT YOURSELF ACTIVELY. WEAR MASKS AND WASH HANDS FREQUENTLY.
少出门·要消毒·戴口罩·勤洗手·共抗新型冠状病毒肺炎

同心筑梦新时代

——我院隆重举行2019年工作总结表彰大会暨庆新春文艺晚会

新年甫至, 万象更新。1月17日下午, 我院2019年工作总结表彰大会暨庆新春文艺晚会在二楼多功能厅隆重召开。市委常委、宣传部部长赵莉, 市卫健局党组书记、局长张辉出席大会, 会上同时邀请了历任院级领导、医务科长、护理部主任, 退休专家教授代表及新闻媒体界朋友, 与我院全体干部职工共同庆祝这

一美好时刻。

2019年是不平凡的一年, 也是奋进的一年。我院在市委、市政府、市卫健局的坚强领导下, 完成了新领导班子组建工作, 全院上下正风肃纪效果显著, 重塑性变革内涵式发展取得关键进展, 大会上对在三乙复审成功通过, 新大楼建设圆满竣工, 六大中心建设平稳推进过程中做出突出贡献的模范个人和先进科室进行隆重

表彰。刘世培和明立钢两位医院原党委书记、院长受邀参加大会, 分别通过VCR和现场对医院, 对广大职工寄予厚望和期待。

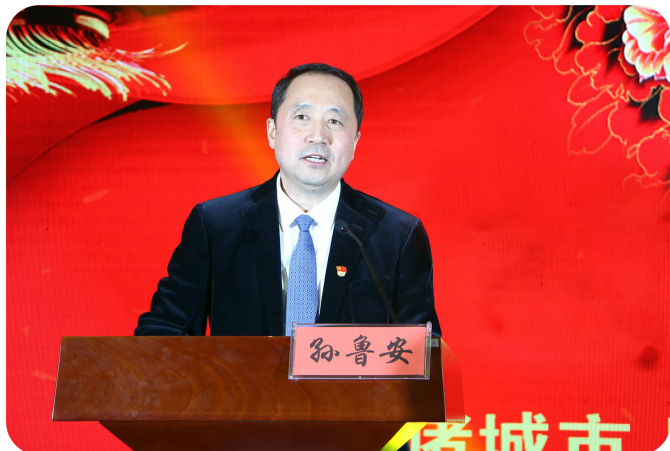
市政府四级调研员、我院党委书记孙鲁安在致辞中表示, 2020年是全面建成小康社会和“十三五”规划的收官之年, 也是我们建院七十周年。站在新的起点, 医院将在党的十九精神指引下, 不忘初

心, 牢记使命, 深学笃行习近平新时代中国特色社会主义思想, 认真贯彻落实市委政府和市卫健局的决策部署, 坚持党建引领, 牢固树立“崇医尚德、大爱为民”办院理念, 为百姓福祉安康, 为员工幸福满意, 为医院重塑辉煌, 为健康诸城建设做出新的更大的贡献!

随后, 庆新春晚会在一首《我们都是追梦人》的歌声中

拉开帷幕, 在大家齐唱《歌唱祖国》嘹亮的歌声中完美收官, 绚丽的舞台, 动感的节奏, 贴近生活的医患故事, 惟妙惟肖的古琴演奏, 引台下观众掌声不断。

2019年, 有成功, 有喜悦, 有汗水。新的一年新的开始, 我们将只争朝夕, 不负韶华, 在新发展跨越的蓝图上铸就诸医人的新时代!



市政府四级调研员、我院党委书记孙鲁安致辞



我院党委副书记、院长孙玉娥为获奖代表颁奖



歌伴舞《领航新时代》



古筝合奏·汉服表演《半山听雨》



歌舞情景剧《美丽的白衣姑娘》



三句半《筑梦新时代》

一名普通护士坚守岗位的背后

走出医院大门, 已是深夜。伴着些许微凉的夜风在昏黄的灯光里, 踏上回家的路。带着些许轻松, 深深地吐了一口气, 感觉如释重负。又熬过了急诊的一个大夜班, 心里有种庆幸的感觉。

走到小区, 远远就望见灯光下你拉长的身影, 瞬间感觉我的工作就像一杯加了辣味的苦咖啡, 呛得眼眶发酸! 夜已经很深了, 回到家总算有了点空闲, 不免有些莫名的冲动, 想和你说说心里话。可是话到嘴边觉得被锁住了, 顿时感觉语言是苍白的。躺在床上夜不能寐, 回想恋爱时的种种, 你说, “找个护士真好, 温柔、体贴, 生病时还可以专职护理。”然而, 婚后你才会体会到做护士家属的无奈, 因为你的护士老婆不能准时下班, 能吃到一顿你做的热饭对你来说都是一种奢望。

繁忙的护理工作、没有规律的生活, 经常打破我们的计划。多少次因为我的原因, 耽误了和你一起陪你出去放松游玩, 耽误了陪爸妈好好吃顿团圆饭, 但你说都毫无怨言。

你还记得吗? 有一次刚下

班, 急诊科来了一位因醉酒导致下壁心梗的病人, 全科人员立刻抢救。但在术前准备过程中病人又突发室颤, 一度心跳骤停, 我们每个人几乎都是小跑, 配合默契, 唯恐不能与死神争夺病人的生命。寒冷的冬季里, 汗水挂满了我们的脸颊, 湿透了我们的脊背, 但我们绝不放弃, 终于将病人抢救过来。那天到家时已经晚饭了, 闺女和儿子正依偎在你的怀里听故事, 桌上的饭菜是留给我的。我不知道你做了多少思想工作才让孩子们安静下来。当时我是强作欢颜, 哽咽着吃下那顿饭。这样的事情太多了, 你不忍看着下班后疲乏的我再进厨房, 渐渐的下厨房也就是你的“岗位责任”, 但你从来没有抱怨我, 孩子你也照顾的很好。

有很多人问过我: 你一天忙到晚的, 为什么还老是那么开心没有烦恼? 以前我总是笑而不答, 以后我会回答了, 我会大声的告诉他们: 因为有爱和理解在支撑!

夜深了, 愿所有忙碌了一天的人都好梦!

(急诊科 李娜)

手指指落之间, 灯光妆点了寂静的手术室, 那眼底光亮, 像万千灯火散落, 温暖一片片生命的荒原, 呼吸机、监护仪、手术床……见证了一个又一个的生命奇迹。

人生数载春秋, 有着无数个春暖花开的夜晚, 但总有一些默默无闻的医务工作者坚守在那风吹不动, 雨打不惊的岗位上。始于心, 重于行, 贵于恒。在重叠过的寒夜里没有一点轻松感和停滞在熟睡的年华里。而就在这手术室咫尺之地, 有多少手术室护士挥汗如雨?

白天到夜晚的每一个轮回里, 她们不知把家抛弃在脑后多少次, 父母有事、孩子生病住院, 接孩子放学……根本指望不上, 她们无暇顾及家人。甚至在休息日, 突然一个电话呼叫就毫不犹豫的丢下那份血液于水的温情, 一路直冲那个熟悉的“战场”中去, 她们心里惦记的是等待手术的患者是否病情继续发展? 是否已经生命垂危? 要快些赶到, 再快些! 无影灯下的那抹绿是病人生命的希望。

和中午剩的一碟小咸菜, 我俩也吃的津津有味。正在这时, 一个叮铃的电话声结束了奢侈的小憩, 无影灯下那一群繁忙又开始了从容不迫的日常生活。这种如同一日三餐的夜生活早已习惯了那久违的自由, 度过了记忆的年华里总浮现出如同南丁格尔的马灯在人群中穿梭的画卷, 不要有多繁华, 也不汲取半点灯光, 只留那一抹浅浅的回忆。

一张手术床, 两盏无影灯, 一群“绿衣”战士在战斗。

感觉脸上热热的, 摸了摸自己的脸颊, 不知何时热泪充盈了双眼顺流而下, 是委屈, 是惭愧, 还是自豪, 自己也不明白。

转眼间, 自己已不再是那个梦如初的少年, 时常耳熟的“世上只有妈妈好, 有妈的孩子像个宝”渐渐销声匿迹了, 妈妈的模样在我脑中已成了记忆。不知不觉中自己的孩子已上一年级了, 时间过的好快啊!

无影灯又亮了…… (手术室 王佳梅)

永不熄灯的天使

在月色高挂的照耀下, 在星星般的医院病房里, 只有那熟悉的手术室还在灯火通明。手术室大门外, 不同职业的患者家属心态各异, 有的耐心等待着, 有的坐在长椅上, 有的不断徘徊着, 有的打盹熟睡着……

夜依然那么静, 手术室还是那么明亮。一个又一个的手术把本该安静而又熟悉的午夜吵醒。送走也许是最后一个病人, 出手术室时终于算是松了一口气, 喝了一杯白开水, 抬头已是凌晨3:20, 感觉肚子好饿, 同伴也饿了, 看看仅剩的一个馒头

和中午剩的一碟小咸菜, 我俩也吃的津津有味。正在这时, 一个叮铃的电话声结束了奢侈的小憩, 无影灯下那一群繁忙又开始了从容不迫的日常生活。这种如同一日三餐的夜生活早已习惯了那久违的自由, 度过了记忆的年华里总浮现出如同南丁格尔的马灯在人群中穿梭的画卷, 不要有多繁华, 也不汲取半点灯光, 只留那一抹浅浅的回忆。

一张手术床, 两盏无影灯, 一群“绿衣”战士在战斗。

感觉脸上热热的, 摸了摸自己的脸颊, 不知何时热泪充盈了双眼顺流而下, 是委屈, 是惭愧, 还是自豪, 自己也不明白。

转眼间, 自己已不再是那个梦如初的少年, 时常耳熟的“世上只有妈妈好, 有妈的孩子像个宝”渐渐销声匿迹了, 妈妈的模样在我脑中已成了记忆。不知不觉中自己的孩子已上一年级了, 时间过的好快啊!

无影灯又亮了…… (手术室 王佳梅)

口罩怎么用才科学?

1. 生产生活中必须佩带N95口罩才安全吗?

答: 在抗击疫情一线, 属于高(校高)暴露风险的医护人员有必要使用医用防护口罩或N95等级防护口罩。在医院普通门诊、病房工作的医护人员, 一般只建议佩带医用外科口罩。一般社会公众既没有必要, 也不应提倡使用N95口罩。

2. 我不是医护人员, 但工作场合在空间密闭或人员密集的场所, 应当如何佩带口罩?

答: 如果您是医院、机场、火车站、地铁、地面公交、飞机、火车、超市、餐厅等相对密闭、人员密集场所的工作人员, 或者是与疫情相关的行政管理、警察、保安、快递等从业人员, 属于中等暴露风险人员, 建议在工作场所佩戴医用外科口罩。

3. 我既不是医护人员, 生产生活场所也不是前几个问题所说的情况, 应当如何佩戴口罩?

答: 如果您处在超市、商场、交通工具、电梯等人员密集区, 或处于普通室内办公、工厂车间等环境, 或在医疗机构就诊(除发热门诊外)的患者, 或是集中学习和活动的在校学生等, 一般属于较低暴露风险人员, 建议佩戴一次性使用的医用口罩, 儿童可选用性能相当的口罩。

4. 佩戴口罩有什么要注意的?

答: 选择合适尺寸的口罩。佩戴口罩前, 应洗手。佩戴时, 要让口罩紧贴面部, 同时用左右手的手指按压鼻两侧的铝片, 以减少四周的空气泄漏。医用外科口罩的鼻夹在上方, 使用时要压紧。佩戴口罩后, 应避免触摸口罩。若必须触摸口罩, 在触摸前、后都要洗手。摘下口罩时, 尽量避免触摸口罩的外面, 并立即洗手。

5. 佩戴两层口罩可以更安全吗?

答: 佩戴两层口罩不能增加安全性。

6. 使用后的口罩能不能重复用?

答: 除了高或较高暴露风险人员, 健康人佩戴的口罩可反复多次使用, 包括适当延长口罩使用时间、使用次数。如需再次使用的口罩, 可悬挂在洁净、干燥通风处, 或将其放置在清洁、透气的纸袋中。口罩需单独存放, 避免彼此接触, 并标识口罩使用人员。

7. 口罩什么情况下需要更换?

答: 一般在口罩变形、弄湿或弄脏导致防护性能降低时更换。

——摘自大众网

《诸城市人民医院》

院报编辑委员会
主任: 孙鲁安
副主任: 孙玉娥 丁亚文
主编: 管培兰
副主编: 王 勃
联系电话: 6353717
投稿邮箱: zyyb3717@163.com

市领导来院慰问春节值班医护人员

本报讯(记者管培兰)1月23日(农历腊月二十九日)下午, 市委副书记、市长刘峰梅, 市政府办公室主任韩瑞玉, 市卫健局党组书记、局长秦嗣伟等领导来我院看望慰问春节期间坚守一线的医务人员, 为大家送上节日的问候, 致以新年的祝福。市政府四级调研员、我院党委书记孙鲁安及院领导班子成员陪同。



在急诊科, 刘市长详细询问了我在防控新型冠状病毒肺炎方面的工作情况, 对因工作需要坚守岗位而不能与家人团聚的所有医务人员表示衷心地感谢, 对医护人员忠于职守的奉献精神给予肯定和赞扬, 又特别叮嘱医务人员不仅要为人民群众的生

命健康做好应急防控预案及各项后勤保障, 更要严格防护流程, 保护好自己的身体。孙鲁安书记代表医院全体医务人员对市领导的关心和关怀表示感谢, 并重点汇报了春节期间的工作安排和应对新

型冠状病毒感染的肺炎疫情防控工作。医院重任在肩, 面对疫情, 全院干部职工必将立足职责使命, 勇于担当, 全力以赴做好防控工作, 确保广大市民度过一个欢乐、祥和的新春佳节。

我院党委召开“不忘初心、牢记使命”主题教育总结大会

本报讯(记者管培兰)1月20日下午, 我院党委召开“不忘初心、牢记使命”主题教育总结大会, 市卫健局副局长、主题教育领导小组第四组组长赵耀同志做指导讲话, 我院党委副书记、院长孙玉娥同志做总结讲话, 院领导班子成员及全体党员参会。

会上, 孙玉娥同志全面总结了主题教育开展情况, 并就巩固拓展主题教育成果, 加强不忘初心、牢记使命制度建设等方面进行了全面部署。赵耀同志代表卫健局第四指导组, 充分肯定了我院主题教育取得的成效, 并对今后工



我院春节前夕走访慰问离退休老干部

本报讯(记者管培兰)辞旧迎新, 春节将至。为使我院439名离退休老干部、老职工度过一个欢乐祥和的新春佳节, 1月16日-1月20日, 我院邀请了部分离退休老干部、老专家来院座谈, 观看年终总结表彰大会和新春文艺晚会, 并由院党委委员及院长助理组成的13

个小组分别走家人户, 对每一名离退休老党员、老同志进行走访慰问, 工会、老干部科、医务科、监察科等科室负责人分别陪同, 切实把党的温暖和关怀送到了老干部的心坎里。慰问活动开展中, 每到一处, 院领导们都代表医院送上新春的问候和祝福, 关切地询问他

我院加强新冠肺炎疫情防控工作

本报讯(记者管培兰)疫情就是命令, 防控就是责任。连日来, 我院高度重视, 多措并举, 严格贯彻国家防控方案, 分析研判疫情形势, 深入落实疫情防控各项工作, 举全院之力抗击新型冠状病毒肺炎的肺炎疫情。

1月21日-1月31日, 我院先后多次召开防控工作部署与培训会议, 并迅速成立以党委书记和院长为组长的防控领导小组、防控工作小组、专家小组、应急队伍; 对全院进行培训与应急演练; 对各科室逐一巡查部署, 严密防控; 加强预检分诊、发热门诊24小时轮班

值守, 规范处置流程; 协调联动, 紧急配备设备物资; 加大防控宣传力度, 落实各项防控措施。春节期间全院职工取消休假, 纷纷投入到疫情抗击战斗中, 对此党委书记孙鲁安还强调, 新型冠状病毒感染的肺炎疫情发生以来, 党中央、国务院高度重视, 我们要尽己所能全力防控疫情, 整合优势资源全力加强救治工作, 集中优秀专家力量进行统筹安排和科学调配, 全力做好药品、消毒物品、防护用品、救治器械等防控物资供应保障, 全部实行绿色通道, 确保满足防控需要。



持续抓好整改落实 着力推动医院发展

——我院三乙复审成功后主动邀请评审专家再次来院内审

本报讯(记者管培兰)为持续抓好整改落实, 保持和巩固三乙复审成果, 我院打破常规, 于三乙复审成功两个月后, 主动邀请省内专业评审团再次就坚持医院公益性、医院服务、患者安全、医疗质量、安全管理、医院管理等方面进行了回顾性“大检阅”。

1月5日, 4名省内评审专家利用1天时间, 按照《三级综合医院评审标准实施细则》, 对涉及到的所有评审条款, 包括核心条款, 采取查阅资料、现场检查、访谈调查、跟踪核实等方式, 深入到相关

科室对我院复审检查中存在的问题进行全面检查和再评价, 并进行集中反馈, 提出了许多宝贵的意见建议。医疗质量是医院生存和发展的根本, 是医院整体实力的体现, 而医院内审检查则是发现问题、持续整改的重要手段。我院虽成功通过此次三乙复审, 但为进一步提高医疗质量和综合服务能力, 将持续强化对各项工作的督促指导, 严格PDCA循环管理, 上下联动, 协调用力, 共同推动问题解决, 为百姓放心就医提供安全保障。

不负韶华 奋进跨越

——我院举行2019年护士长述职报告会

本报讯(记者王勃)总结过去, 开创未来, 不忘初心, 方能澎湃发展动力。为进一步增强护士长责任感和使命感, 提升管理效能, 促进护理事业的蓬勃发展, 我院护理部分别于1月7日、1月8日下午在办公楼五楼会议室举行了2019年护士长述职报告会。党委副书记、院长孙玉娥, 副院长张涛莅临会场听取报告, 监察科科长李勇强及护理部全体成员出席, 护理部副主任阮桂留主持会议。

报告会上, 来自临床一线的67名正职护士长依次进行了述职报告, 她们紧紧围绕“护理质量与



韶华易逝, 风雨从容。砥砺前行一甲子, 春华秋实六十载。我院始建于1960年, 60年岁月如歌, 我院的发展历程, 恰如新中国一路走来, 是一曲“变”与“不变”交相辉映的华丽乐章。

的如火如荼, 医院必将立足职责使命, 奋力担当作为, 进一步统筹好质与量, 以“质”取胜, 加强医院的内涵建设, 重点抓好技术突破, 不断提升医疗服务能力。谋长远、重全局, 精心绘就发展新蓝图, 在新的机遇和未知的挑战面前, 必将继续围绕新时代人民群众对医疗服务的新期待, 推动医院持续创新医疗服务模式, 继

续推进公立医院高质量发展, 让老百姓共享高质量医疗服务。为深入推进医改提供鲜活样本。

“拉得出、上得去、干得好”的医护“中流砥柱”, 充分利用好医院在微创技术等领域的先进优势, 构建以疾病为中心的全过程、全周期健康管理体系, 不断改进患者就医体验、提高医疗效率、提升医疗质量与安全, 做人民群众满意、值得性命相托的“健康卫士”。

心与使命。2020年, 全院上下必将坚定不移的贯彻落实党中央决策部署, 同心协力、同向同行, 让人民群众获得感、幸福感、安全感更加充实、更有保障、更可持续。

超低重新生儿的别样成长

受精卵从着床子宫到一朝分娩新生儿呱呱坠地, 要历经近40周时间。然而并非所有的小婴儿都能如此幸运地在妈妈的“保温箱”里呆足280天。

虽然事先已做了足够的准备和干预, 令人揪心的事情还是发生了。就在新生儿住进监护室不久, 新生儿便发生呼吸困难难进行性加重, 有着多年新生儿治疗经验的刘斌带领监护室团队迅速为其给予无创呼吸机辅助通气治疗, 并气管内滴入珂立苏140mg治疗呼吸窘迫综合征, 呼吸困难缓解后停机械通气; 静滴美洛西林舒巴坦钠抗感染治疗; 神经节脂营养脑细胞治疗; 补充VitK1、止血敏防治出血治疗; 静滴氨溴索促肺泡表面活性物质合成; 静脉营养支持治疗。与此同时, 对婴儿要求入院后禁食,

2月10日开奶, 管饲喂养, 微量喂养, 逐渐增加喂养奶量。

如今, 经过监护室团队28天的悉心治疗, 奶量17ml/2h, 吸吮有力, 呼吸平稳, 四肢肌张力也符合胎龄, 婴儿体重也已增长至1175g, 虽然仍在保温箱中, 但是刘斌和新生儿的医务人员每天都会过去“探望”, 与她一起努力着, 看着婴儿粉嫩的皮肤, 安静的模样, 相信明媚的阳光定会照到这个小小身躯, 让她绽放美丽的笑容! (王勃)

多少个日日夜夜, 老人因后背肿物而烦恼的无法入睡, 多少次辗转求医, 让他燃起的希望一次次地破灭。这位久经战场的96岁老兵, 没有因为敌人的凶狠打击失去方寸, 却差点因为疾病失去对往后余生的希望——

家住城区的30岁葛女士由于之前患心梗行支架治疗, 孕期有“重度子痫前期”病史, 一直口服阿司匹林片、盐酸拉贝洛尔等药物治疗, 2019年12月9日葛女士刚满孕周31周+4天, 却因情况突发在我院进行剖宫产, 婴儿出生时体重还不足1000g, 因此一出生便被紧急送到新生儿科监护室进行特别护理。

新生儿监护室主任刘斌接过这个早产婴儿, 发现她虽然神志清, 但反应差, 呼吸不规则, 双肺呼吸音粗, 可闻及湿性啰音, 经过查体初步诊断患有新生儿呼吸窘迫综合征、新生儿肺炎、新生儿缺氧缺血性脑病、缺氧性心肌损害等疾病。

原来这位96岁的管大爷还是一位抗战老兵, 老人发现背部肿物已经10余年, 因破溃并感染1年余而前来就诊。他的求医过程可谓艰辛, 由于背部肿物巨大, 已辗转多家医院, 可由于年龄和担心复发转移的问题, 没有一家医院敢接收。被现实逼到绝境的老人, 经多方打听, 慕名来到享有“潍坊市区域创复中心”称号的我院烧伤整形科。

“王主任, 我只有一个要求, 就是给我把这个臭烘烘的瘤子剜掉, 别的你啥也不用管, 别让他恶心的我就行。”老人言辞恳切地说。作为一个曾经无数次在战场厮杀, 冲锋陷阵的老兵, 他的这个要求很简单, 就是把瘤子切掉, 能有一个体面地晚年, 同时这个要求的风险也很大, 毕竟已经是96岁高龄。

众所周知, 这种超低出生体重的早产儿发生各种并发症的几率明显增加, 尤其是慢性肺疾病、颅内出血、脑室周围白质软化等, 而对存活者进行早期干预, 则能够显著降低死亡率和病残率。



放疗科: 癌症病人的避风港

在人人自危, “谈癌色变”的时代, 癌症作为一种恶性肿瘤, 以全球每年新增1500万癌症患者的速度增长着。尽管如此, 面对癌症大家还是要冷静对待, 事实上1/3的癌症可以预防, 1/3的癌症如果能及早诊断, 则可能治愈, 还有1/3的癌症通过治疗可以提高生活质量, 延长生存时间。

于好转, “这不头发现在都没有掉。”王大姨开心地笑着说! 在随访一位九年前的肺癌晚期患者时, 他回忆当时入院的场景时说:“大年三十被判死刑, 大年初一的团圆饭开了一个家庭会议, 讨论研究去哪里治疗, 老婆子果断地说, 哪里也不去, 就去人民医院, 去别的路上颠颠咕咕一派就颠咕咕死了。于是大年初二, 就住进了咱们放疗科。”一年后奇迹果真在放疗科出现, 这位肺癌晚期患者的大面积肿瘤, 竟然一点都看不出来了! 到现在已经过去9年了, 76岁的他骑自行车带着老伴上市场, 觉着自己的生命有使不完的劲。大叔经常挂在嘴边的话就是“是人民医院放疗科的医生让我又活了一次!”

木的加持, 病人的心态也至关重要, 对此科主任孙磊说:“得了病不要悲观, 即使晚期也不要放弃, 现在的医疗手段增多, 而且治疗药物也越来越多, 肿瘤被列为慢性病后, 有些药物可以报销, 我们争取和大医院看齐, 他们有的药物我们也有。”

11月27日, 外面寒风呼啸, 一位佝偻的老人在旁人的搀扶下缓缓来到烧伤整形外科病房, 虽然年事已高却仍旧步履稳健, 仿佛有种刚强的力量在支撑着他。

临出院时, 老人及家属脸上挂满了微笑, 嘴里充满了感激, 并当场打了一个标准的军礼!

2019年4月份, 城区的马大姨心情忐忑地走进了我院放疗科的病房, 她找到接诊的大夫孙永福说的第一句话就是:“不要让我掉头发。”这种要求和心情对放疗科的医护人员来说早已司空见惯, 但仍然在孙大夫心里掠过一丝涟漪。在接下来的治疗中, 孙永福大夫向科主任孙磊及时汇报病情, 并针对马大姨的病情共同制定治疗方案, 经过4个月的个性化治疗, 马大姨终

病的背后除了医疗技

术的加持, 病人的心态也至关重要, 对此科主任孙磊说:“得了病不要悲观, 即使晚期也不要放弃, 现在的医疗手段增多, 而且治疗药物也越来越多, 肿瘤被列为慢性病后, 有些药物可以报销, 我们争取和大医院看齐, 他们有的药物我们也有。”

面对老人殷切的期盼, 经过对老人病情的反复评估, 顶着巨大风险与压力的王栋及团队初步决定为老人进行手术治疗。在与家属就病情及手术风险进行沟通时, 患者和家属给予了莫大的诚意与信任。为确保手术能够顺利进行, 除了为

植物中含有丰富的植物功能化学素——多糖类、皂甙类, 香菇、灰树花等菌中含富含真菌多糖, 人参、柴胡等植物成分富含各种皂甙, 这些成分都是对免疫有帮助作用的, 香菇多糖、灰树花多糖还被制成注射液用来提升人体免疫力。对于免疫功能明确较低的可通过食补或遵医嘱进行干预。

免疫营养补充虽然很重要, 但放松心情、充足休息、有氧运动都是保障免疫系统必不可少的要素。

面对新型冠状病毒肺炎, 如何补充营养提高免疫力

个人的免疫系统强弱很大程度上决定了抵抗疾病能力的好坏, 而免疫系统的工作必然需要靠营养来保证。

营养讲求系统性 要注意平衡

既然营养对人体免疫如此重要, 那么营养补充需要注意什么呢? 吃得好不等于营养好。“营养讲求系统性, 食物种类要齐全, 数量要充足, 比例要适当, 供需要平衡。”

营养与药物不同, 如果把身体比作房子, 人生病相当于房子着火, 药物的作用更接近于消防队, 起着灭火的作用; 而营养更像施工队, 起着房屋重建、装修的作用。所以药物很多时候有着立竿见影的作用, 而营养是一个循序渐进的过程, 不能用吃药的心态来进行营养补充。

与机体免疫密切相关的营养素 蛋白质、维生素都是大家耳熟能详的营养素, 但是这些营养素都有哪些作用呢? 蛋白质是构建身体最主要的原材料, 可以说没有蛋白质就没有生命。蛋白摄入不足, 直接影响机体自我修复与免疫力, 老年人、节食、素食、重体力劳动者易缺乏。可以通过增加肉、蛋、奶摄入或补充蛋白粉改善。维生素种类繁多, 其中A、C、E虽然作用机理不同, 但是如出现缺乏会降低免疫系统、呼吸系统的抵抗力。专家提醒, 不喜食水果、蔬菜者、肠胃消化吸收功能不佳者易缺乏, 可以通过调整饮食结构或补充复合维生素片改善。

在我国, 不同地区痛风的患病率相差较大, 如山东青岛地区痛风患病率为4.3%, 而上海地区的患病率为0.34%。近年来由于生活水平及饮食的改善, 痛风患病率也明显增加。痛

军礼背后的故事

在所有人焦急的等待中, 12月2日, 在王栋主任的带领下, 为老人成功进行了肿物切除+游离皮膜移植手术。整个手术中, 全体人员精神高度集中, 麻醉人员紧盯心电图监护仪, 密切观察生命体征, 术后转ICU病房苏醒, 2小时后老人便恢复意识, 可以进行交流, 第二天转到我科时, 老人更是微笑着对王栋竖起了大拇指。

“王主任, 我只有一个要求, 就是给我把这个臭烘烘的瘤子剜掉, 别的你啥也不用管, 别让他恶心的我就行。”老人言辞恳切地说。作为一个曾经无数次在战场厮杀, 冲锋陷阵的老兵, 他的这个要求很简单, 就是把瘤子切掉, 能有一个体面地晚年, 同时这个要求的风险也很大, 毕竟已经是96岁高龄。

免疫营养补充虽然很重要, 但放松心情、充足休息、有氧运动都是保障免疫系统必不可少的要素。

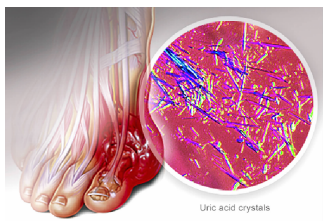
科普专栏

痛风的原因、症状和治疗

主讲人: 王砚明

一、什么是痛风?

痛风是一种由于关节中尿酸晶体堆积而引起的关节炎。痛风的独特之处在于它是有史以来最频繁记录的医学疾病之一。



二、痛风的症状是什么?

急性痛风发作的特征是受累关节疼痛迅速发作, 随后出现红、肿、热、痛。第一跖趾关节是最常见的受累关节。其他可能受影响的关节包括脚踝、膝盖、手腕、手指和肘部。



在某些人中, 急性疼痛是那么的剧烈, 以至于即使床单接触脚趾也会引起剧烈疼痛。这些痛苦的发作通常在数小时至数天内消退, 无论是否服药。在极少数情况下, 发作可能会持续数周。大多数患有痛风的人会发生复发。

三、谁受痛风影响?

在我国, 不同地区痛风的患病率相差较大, 如山东青岛地区痛风患病率为4.3%, 而上海地区的患病率为0.34%。近年来由于生活水平及饮食的改善, 痛风患病率也明显增加。痛

防范新型冠状病毒知识点

什么是新型冠状病毒?

冠状病毒是一个大型病毒家族, 因该病毒形态在电镜下观察类似皇冠而得名。新型冠状病毒是以前从未在人体中发现的冠状病毒新毒株。2019新型冠状病毒虽然是SARS近亲, 但目前还未表现出SARS那么可怕的特性, 因此, 不必过度恐慌, 应注重预防工作。

感染了新型冠状病毒会有什么症状?

新型冠状病毒感染的肺炎患者以发热、乏力、干咳为主要表现, 并逐渐出现呼吸困难, 严重者表现为急性呼吸窘迫综合征、脓毒症休克、代谢性酸中毒和凝血功能障碍。多数患者为中轻症, 预后良好, 少数患者病情危重, 甚至死亡。

如何做好防护?

1. 不接触、不食用野生动物, 不去农贸市场, 不生吃肉类、蛋类和肉类。从事野外工作的特殊人群, 应做好有效个人防护, 减少暴露于野生动物或其分泌物及排泄物的机会。



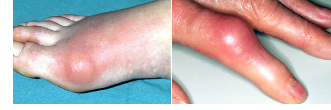
风在男性中比在女性中更普遍, 痛风的机会随着年龄的增长而增加, 最高年龄为75岁。在女性中, 痛风发作通常发生在更年期之后。

四、痛风的危险因素是什么?

肥胖, 体重增加过多(尤其是在年轻人中), 中度至重度酒精摄入, 高血压和肾功能异常是患痛风的危险因素。某些药物和疾病也会导致尿酸水平升高。此外, 痛风患者的甲状腺功能激素水平异常低(甲状腺功能低下), 患病率也增加。

五、痛风长什么样子?

1. 大脚趾: 大脚趾底部的关节(第一跖趾关节)是急性痛风发作的最常见部位。除非治疗痛风, 否则这些攻击可能会再次发生。即使痛风的痛苦消失了, 也要看医生。随着时间的推移, 它们会伤害关节、腿和其他组织。



2. 手指: 人们可能会在手指关节中遇到尿酸结晶沉积的痛风。为了减轻痛风发作时的疼痛, 请让受伤的关节休息。

六、诊断痛风性关节炎

当患者诉疼痛性关节炎反复发作的历史时, 尤其是在脚趾或脚踝和膝盖处, 应考虑痛风。痛风最可靠的检测方法是检测从关节内抽吸的关节液中的尿酸晶体。

一旦获得关节液, 将对其进行尿酸结晶和感染分析。您的医生可能还会进行血液检查以检测血液中的尿酸的含量。

七、如何预防痛风发作?

1. 保持足够的液体摄入量有助于预防痛风急性发作, 并降低痛风患者肾结石形成的风险。众所周知, 酒精具有利尿作用, 但可导致脱水并加速痛风发作。酒精也会影响尿酸代谢并引起尿酸血症。它会减慢肾脏中尿酸的排泄速度, 并引起脱水, 从而使关节中的晶体沉淀以致引发痛风发作。

2. 饮食变化可以帮助降低血液中的尿酸水平。应避免食

用富含嘌呤的食物。富含嘌呤的食物包括贝壳类海鲜和动物内脏, 例如肝脏、大脑和肾脏。研究人员报告说, 食用上述食物增加痛风发作的风险, 而食用乳制品似乎会降低这种风险。减轻体重有助于降低痛风反复发作的风险。

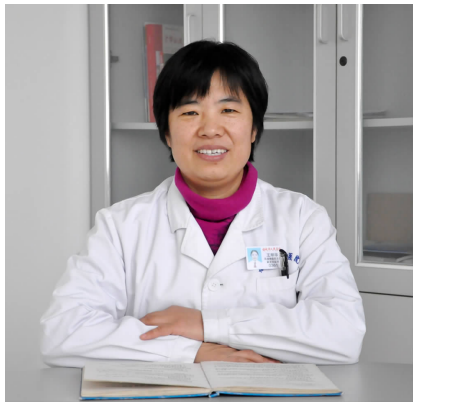
八、痛风的未来会怎样?

与痛风和高尿酸血症有关的各个领域都在进行积极的研究。科学家发现, 高动物蛋白会稍微增加痛风的风险。正在开发新的药物, 在治疗慢性痛风患者中升高尿酸水平方面, 可能更通用, 更安全。2017年英国风湿病学会(BSR)提出的痛风管理指南在2017年5月在Rheumatology正式刊出。2019年美国风湿病学院最新痛风管理指南草案已经形成, 现正处于审查阶段, 预计于2020年初发布最新指南。

在急性痛风发作期, 缓解疼痛抗炎处理。在一些有痛风疼痛明显, 但不是非甾体类消炎药、秋水仙碱、或糖皮质激素无效果, 或不耐受的时候, 可以考虑IL-1拮抗剂比如Anakinra。

专家点评:

根据一些体检数据显示, 30%以上人群有尿酸血症, 并呈现年轻化趋势。在一般的体检报告中, 男性尿酸超过420μmol/L, 女性尿酸超过360μmol/L, 称为尿酸血症。痛风是否发作, 前提是尿酸盐结晶沉积在关节、韧带、肌腱以及周围组织。一旦有食物或其他外在因素诱发痛风发作时, 脚趾、脚踝、手指关节等会剧烈疼痛难忍。如果是没有明显症状的高尿酸血症不是



点评专家: 王琴华 风湿免疫科主任、主任医师
门诊时间: 周一、周三
科室电话: 6357211

脑卒中病人的营养预防及饮食营养指导

随着人民生活水平日益提高, 生活压力增大, 加上不健康的生活方式, 导致心脑血管疾病的发病率居高不下。脑卒中是一种高发致死、高死亡率的疾病。春节期间, 也是脑卒中的高发期, 我们从营养的角度, 与大家分享下营养相关的防治措施:

控制吸烟和饮酒 不吸烟或戒烟可以明显减少患脑卒中的危险度。男性每日饮酒的酒精度不超过25g, 女性应不超过15g, 孕妇不饮酒。

控制高血压 积极的降压治疗可明显减低脑中复发的危险, 可使脑中发病危险性降低40%以上。高血压患者尤其要限制钠盐的摄入, 每天的钠盐摄入量尽量控制在5g以下。

病情较轻的病人饮食指导

食物多样化, 摄入的总热量和体力活动相匹配, 达到或维持理想体重。选择粗细粮搭配, 限制单糖和双糖的摄入, 多摄取蔬菜和水果。

限制动物脂肪和油炸食品, 脂肪供能比在30%以内。

适当限制胆固醇的摄入, 胆固醇血症者每日摄取胆固醇应低于300mg。

适当增加蛋白质的摄入, 多选用鱼类和大豆类制品, 摄入优质蛋白的同时增加不饱和脂肪酸的摄入。

钾、膳食纤维、维生素和植物化学物, 对脑卒中起到明显的保护作用。

限制吸烟和饮酒 不吸烟或戒烟可以明显减少患脑卒中的危险度。男性每日饮酒的酒精度不超过25g, 女性应不超过15g, 孕妇不饮酒。

对于已经患脑卒中的病人来说, 营养治疗显得尤为重要, 它可以促进神经细胞的修复和功能的恢复, 我们应加强对患者的营养指导。

重症病人的饮食指导

重症或昏迷病人如有呕吐、消化道出血等临床症状者, 可从静脉补充营养。

管饲补充营养视病情而定, 开始的几天内以米汤、蔗糖为主, 以适应消化道吸收功能, 可以每次200~250ml, 每天4~5次。

在已耐受的情况下, 给予混合奶(牛奶600ml, 米汤300ml, 蔗糖80g, 鸡蛋4个, 少量植物油)或给予适合患者需要的特定营养粉, 以增加能量、蛋白质和脂肪的摄入量。

鼻饲时速度宜慢, 防止反流到气管内。目前, 我院临床营养科已开展营养风险评估、营养健康宣教、营养咨询、营养会诊、治疗膳食、肠内营养治疗等工作。(临床营养师 迟玉辉) 科室电话: 6356651