

优质诊疗服务助患者康复

——记市中医院康复院区

■文/图 本报记者 刘彩霞

市中医院康复科自2013年成立以来,以成人神经康复、骨伤康复、疼痛康复为主,凭借先进的康复设备、专业的康复技术获得众多市民好评。为了满足更多患者的康复需求,医院根据实际情况,2020年在市区五一路中段(五一建设和建设路交叉口往北150米路东574号)建立市中医院康复院区。院区拥有床位60张,内设颈肩腰腿疼痛门诊、中医特色治疗门诊,为患者提供更优质、专业的诊疗服务,帮助他们早日回归家庭和社会生活。

大力发挥中医康复优势

走进市中医院康复院区,宽敞明亮的环境令人耳目一新。该院区面积2800多平方米,设有作业治疗室、运动康复大厅、悬吊天轨室、经颅磁治疗室、肌电图室、言语吞咽治疗室、针灸治疗室、物理治疗室、中医特色治疗室、评定室、无菌治疗室等十多个治疗区,配备国内外先进的康复设备30多台,其中治疗设备有上肢机器人、经颅磁刺激仪、干扰电治疗仪、偏振光治疗仪、冲击波治疗仪、灸疗红光仪等;训练设备有天轨悬吊康复训练系统、上肢功能评测与训练系统、言语认知治疗系统、吞咽功能障碍训练系统等。该院区可进行脑梗死、脑出血、颅脑外伤等疾病引起的

运动功能障碍、言语功能障碍、吞咽障碍以及颈肩腰腿疼的康复治疗。

经过全院考核选拔,康复院区组建了一支50余人的专业医护团队,其中医生13人、高级职称4人、研究生1人、专业康复治疗师20余人。院区主任张爱红从事中医康复临床30余年,多次到北京中医研究院针灸研究所、河南中医学院一附院进修,具有丰富的康复临床经验。在她的带领下,该院区医护人员经过省级权威机构培训,康复治疗水平得到不断提升,受到患者好评。

“我们积极将中医疗法融入康复治疗中,像针灸包括眼针、头皮针、项针、揸针、水针、普针、电针、脐针、腕踝针、芒针、耳针;灸法包括悬灸、督灸、隔物灸、麦粒灸、葫芦灸、核桃皮眼镜灸、脐灸、面碗灸等,都在患者的日常康复治疗中开展。”张爱红表示,不少特色中医疗法通过因时、因病、因人、因地从而准确、有效调整患者气血,以达到治疗和预防疾病的目的。“像治疗颈肩腰腿疼痛类疾病,通过找到特定的针灸有效点,一针下去即可达到缓解病痛的效果。”张爱红说,该院区通过针刺、艾灸、中药水疗及穴位按摩、穴位贴敷等中医治疗方法,将现代康复技术与传统疗法完美结合,形成独特的治疗优势,发展成为全市最大、最专业、功能最齐全的中医康复机构。

专业技术呵护患者健康

康复治疗是一个漫长的过程,需要患者和家属的长期坚持和对医护人员的信任。在市中医院康复院区,随处可见到医护人员用专业的技术以及耐心、爱心,帮助患者逐渐康复,重拾自信。

医护人员始终秉持“以病人为中心”的服务理念,对不同病人制订个性化的治疗方案,从神经发育疗法到运动再学习,为手功能障碍、肢体功能障碍、吞咽及言语障碍的患者提供高水平的医疗服务,追求最佳治疗效果。同时,该院区把优势病种制订成详尽的康复流程、康复路径,在开展各种灸法、中药熏洗、穴位贴敷等传统治疗项目的基础上,加强传统不同针法的临床应用,进一步提高疗效。

“患者能够再度开口讲话、再次站起来、意识逐渐清醒,就是对康复院区全体医护人员专业技术的最大肯定。”张爱红说。作为河南中医药大学第一附属医院、第二附属医院康复专科联盟成员单位,市中医院康复院区坚持靠大联大,通过引进来、走出去,不断充实院内专业技术和人才梯队建设。下一步,市中医院康复院区将加入河南省中医院区域医疗联合体,积极发挥中医优势,将产后康复、心肺康复业务纳入治疗业务范围内,积极申报建设省级中医康复中心示范康复科,并以中医传统治疗优势为依托,用现代康复技术和先进的康复设备做支撑,不断突破创新,打造具有周边影响力的中医康复品牌。



注意儿童假期安全

很多孩子已经开始放寒假。那么在疫情防控的背景下,家长如何做才能确保孩子的健康和安全呢?

严防病毒入侵。由于孩子抵抗力较弱,家长尽量不要带其去人多的场合,尤其是密闭空间。教育孩子不用不干净的手揉眼、抠鼻子,并坚持正确的方法勤洗手;家庭要注意清洁卫生,每天开窗通风,家里可以适量配备消毒液、口罩等必要的防护物资。如果孩子出现发热症状应及时带其就诊。

坚持户外运动。加强体育锻炼,尽量做到每天2小时以上的户外运动;如果情况不允许,要让孩子通过阳台、窗边、庭院等地方尽量多接触阳光。

保持良好的生活习惯。保持孩子生活规律、睡眠充足、饮食均衡。孩子使用电子产品学习时眼睛距离屏幕不少于50厘米,亮度根据环境调整;读写姿势要正确,做到眼睛离书本一尺、胸口离书桌一拳、握笔手指离笔尖一寸。

消除家中安全隐患。家庭装修的时候电源插座的位置最好高于1.6米,避免儿童接触,如果插座位置较低,可以使用儿童防触电插座保护盖把不用的插座孔盖上,电线更不要暴露在外;家里的火柴、打火机等最好放在孩子看不见、够不着的地方;尽量不要让孩子单独接触煤气灶、热水器等;高层房屋一定要给阳台、窗户加装纵向护栏,护栏要是封闭式,护栏高度不能低于1.1米,护栏栏杆间距不能大于11厘米;有儿童的家庭尽量选择圆角家具,减少孩子

受伤的机会。另外,如果家里有年龄很小的孩子,最好不要在桌子上铺台布,以免孩子扯着垂下的台布玩耍导致桌上的物品掉落砸伤孩子,桌上如果有水壶、刀剪之类的物品可能会造成更严重的伤害。

帮助孩子增强安全意识。家长不只是要告诉孩子哪些是危险的,最好在不受到伤害的前提下让孩子亲身体会危险的感觉,并告诉孩子如何避免危险。对于大一些的孩子,家长要及时对孩子进行防火、触电的安全教育,可以把家用电器燃气具等的使用方法和注意事项教给孩子。同时,对孩子进行急救教育,教他们如何正确拨打急救电话求助,并如何说清楚自己的姓名、性别、年龄以及位置。

另外,家长也要掌握一些必要的急救知识和技能,比如准确掌握心肺复苏术的操作要点以及不同情况下心脏按压和人工呼吸的先后顺序;掌握处理气道异物的海姆立克急救法;掌握烧烫伤的“一冲、二盖、三走”院前处理步骤;掌握常见外伤的止血、包扎、固定等处理方法。

市健康教育所

健康教育
主办:漯河市卫生健康委员会 漯河市健康教育所
漯河卫生健康微信公众号 健康漯河微信公众号

什么是冠状动脉造影

很多人对冠状动脉造影不了解并心存恐惧。为此,市六院(漯河市心血管病医院)心内科副主任、心内一科主任王瑾为读者简单谈谈冠状动脉造影是怎么回事儿。

王瑾介绍,冠状动脉是负责心脏

血液供应的动脉,冠状动脉造影是诊断冠状动脉粥样硬化性心脏病(冠心病)的一种常用方法。冠状动脉造影术是很安全,选择性冠状动脉造影是利用血管造影机,经皮穿刺入冠状动脉,送冠状动脉造影导管经锁骨下动脉至升主动脉到主动脉窦底,注入造影剂,使冠状动脉显影。“这样就清楚地将整个左或右冠状动脉的主干及其分支的血管腔显示出来,可以了解血管有无狭窄病变灶存在,使医生对病变部位、范围、严重程度、血管壁的情况等做出明确诊断并

决定治疗方案(介入、手术或内科治疗),还可用来判断疗效。”王瑾说。

“不少患者惧怕冠状动脉造影检查,是因为检查需要插导管、打造影剂,还需要X线的配合。”王瑾表示,对于有不典型心绞痛症状者,临床难以确诊且治疗效果不佳者,有心脏扩大的中老年患者,有严重心律失常、心力衰竭和心电图异常者,怀疑有冠状动脉病变或畸形且无创检查结果不能确诊者,冠状动脉造影检查是唯一可提供有力诊断依据的手段。王瑾建议,不论是患者或家属都要以平常心去对待冠状动脉造影检查。

市六院提供



专家链接

王瑾,市六院(漯河市心血管病医院)心内科副主任、心内一科主任、主任医师。她曾先后到北京安贞医院、郑大一附院心内科进修,专修心内科冠脉介入、射频导管消融,临床经验丰富,擅长冠心病、急性心力衰竭、心肌炎、心律失常及高血压病的诊治。尤其擅长各种危急重症的抢救治疗、冠心病介入治疗、各种穿刺操作技术及各种抢救设备的应用,独立完成冠脉支架术2000余例。

专家链接

赵勇,漯河柳江医院副院长、外科主任,主治医师,主攻以微创肾、输尿管结石取石、碎石等为主的泌尿系统疾病。他是市第一届、第二届微创外科专业委员会委员,市首届血管外科专业委员会委员,市第二届、第三届微创外科专业委员会委员,曾先后在河南科技大学第一附属医院、省人民医院、郑州大学第二附属医院进修。

正确认识尿路结石

凡是发生在人体肾脏、输尿管、膀胱、尿道部位的结石统称为尿路结石。其中,肾结石、输尿管结石被称为上尿路结石;膀胱结石、尿道结石被称为下尿路结石。尿路结石主要是由无机盐和有机盐以及酸组成,大部分为晶体状态。由于结石发生的部位、病因、年龄、性别不同,预后也有很大不同。

形成尿路结石的原因主要有以下几个方面:饮水水质欠佳、进食动物蛋白过多、先天性酶欠缺、长期卧床、代谢异常、长期服用药物以及尿路梗阻、狭窄、感染等。

尿路结石的主要症状多为突发的腰、腹部疼痛或排尿疼痛,疼痛剧烈,缓解后如常人一般。可伴有血尿,多为镜下血尿,因肉眼不可见,很多患者疼痛缓解后认为没事,延迟就医,结果结石越长越大,甚至引起肾积水、感染,严重者可导致肾功能衰竭、尿毒症。

漯河柳江医院提供

漯河柳江医院
内科、外科、妇产科、妇女保健科、儿科、耳鼻喉科、麻醉科、医学检验科、医学影像科、X线诊断专业、CT诊断专业、超声诊断专业、心电图诊断专业、脑血流图诊断专业、中医科、中西医结合科。
地址:漯河市柳江路6号 电话:15703956120

献血科普园地

疫情期间如何献血

国家卫健委于2020年11月13日印发了《血站秋冬季新冠肺炎疫情防控工作指引》的通知,其中对于献血者的招募,提出加强献血前教育与征询。在原有健康征询的基础上,增加《新冠肺炎相关健康状况征询表》,了解献血者新冠肺炎相关健康状况,甄别献血者是否有重点地区旅行史、接触史或生活史等。

在补充征询内容中,如献血者出现过下列情况中任何一种,建议暂缓献血,暂缓时间为相关情况结束后至少28天:

- 1.本人有发热或呼吸道症状;
- 2.曾密切接触有发热或呼吸道症状的人员或患者;
- 3.曾经与新冠病毒感染者,或聚集性发病人群有接触或流行病学关联史;
- 4.近期有境外或者高风险区居住史;
- 5.曾接种流感或新冠病毒疫苗。同时,建议健康征询时,对仅有

偶尔咳嗽等常见情况加以甄别。

由于新冠肺炎为新发疾病,且其造成的影响和破坏力有目共睹,因此审慎应对非常有必要。特殊时期,应遵循更为严格、安全的措施。其中,对于曾接受流感或新冠病毒疫苗接种人群,暂缓献血28天。由于疫苗接种2次间隔最多为28天,也就是说从接种第一针疫苗开始,到第二针结束后28天才能献血,这一段时间最少为14+28即42天,最多为28+28即56天,即接种疫苗后,至少有42~56天的间隔期不能献血。

人人享有安全血液
漯河市中心血站
地址:漯河市天山路28号 热线:0395-3331389



1月20日上午,市中心血站组织市利通液压科技股份有限公司开展“同舟共渡、血脉相连”无偿献血活动。

刘艳 摄

健康课堂

切勿给孩子盲目进补

每家家长都希望孩子能健康茁壮成长,于是不少家长就给孩子吃各种高营养、高蛋白食物,甚至会给孩子服用补充剂或滋补品。专家在此提醒:补剂有不同,服用需谨慎,用错了适得其反。

1.滋补品。许多有滋补作用的药品和食品中含有激素成分,如生长激素或性激素(雌二醇或睾酮等),一旦过量服用,可能会引起儿童性早熟。

2.赖氨酸。有的家长希望通过补充

赖氨酸来提高孩子记忆力,也有些功能食品特别添加了赖氨酸。实际上,大剂量服用赖氨酸,不但身体不能吸收,还会加重儿童排泄器官的负担。

3.维生素类。维生素摄入过量会引起不良反应,以鱼肝油(含维生素A、D)为例,如果小儿一次性服用超过6克,就可能引起急性维生素A中毒,出现头痛、恶心、呕吐、烦躁、嗜睡等症状;如果每日服用1~2克,连续服用

超过6个月,则可能引起慢性维生素A中毒。其实,人体每日所需维生素量从日常膳食中即可得到充分供应,只要孩子不挑食,保证食物摄入种类丰富即可。如果儿童缺乏某种维生素需要进补,应谨遵医嘱。

4.人参等成人补品。临床上,小儿在服用人参或人参制剂后,出现兴奋激动、烦躁失眠的情况很常见。儿童多为阳盛之体,且脾胃薄弱,服用熟地、龟

板、鳖甲等中药成分后,易出现腹胀、食欲减退、腹泻或便秘等状况。阿胶虽可用于治疗5岁以上儿童的血虚症状,但只许配伍使用,不能作单味服用。儿童多为脾虚,成年人和老人多为肾虚,所以儿童不能服用成人补药。

家长切勿在进补上,把关爱变成伤害。充足的新鲜蔬果、持之以恒的体育锻炼和良好的心理生理健康才是儿童健康生长发育的基础。

侯凯

反复口腔溃疡或缺维生素B12

不少人吃东西时,常觉得口腔黏膜不适,有口干、烧灼感或者口腔溃疡反复发作。遇到这种状况,需要检查一下是不是缺少了维生素B12。

维生素B12缺乏可导致多种口腔黏膜病,如萎缩性舌炎、复发性口腔溃疡和灼口综合征等。因为维生素B12是唯一含金属元素的维生素,人体自身不能

合成,主要从动物性食物中摄取。其主要生理功能是参与制造骨髓红细胞,防止巨幼细胞贫血;对黏膜上皮细胞及血管内皮细胞具有明显的修复和再生作用;增加叶酸的利用率,促进碳水化合物、脂肪和蛋白质的代谢;维护神经髓鞘的生理代谢与功能等。一般来说,维生素B12缺乏最主要

的原因是饮食结构不合理,长期不进食蛋、奶,也就是说,素食者比非素食者更易缺乏维生素B12。维生素B12的吸收部位主要分布在回肠,多种情形如做过胃切除术以及胰腺功能不全、患小肠和回肠疾病等均会影响维生素B12的吸收。尤其是老年人,可因萎缩性胃炎致营养吸收不良,造成体内维生素B12缺

乏。另外,某些药物如二甲双胍、抗癫痫药物、组胺H2受体抑制剂和质子泵抑制剂会导致维生素B12水平的降低。

在日常生活中,某些特定人群(如老年人、孕妇、素食者、罹患胃肠道疾病者)、特定疾病(灼口综合征、口腔溃疡、萎缩性舌炎等)患者更应警惕维生素B12缺乏的可能性。据《大河健康报》



专家提醒

新华社发