

担当尽责守安康

——记漯河万安康复医院、万安老年公寓院长王卫峰

编者按

12月13日,全市养老服务体系推进会议召开,深入学习贯彻习近平总书记关于养老服务工作重要指示批示精神和中央决策部署,全面落实省第十一次党代会部署,加快居家社区养老体系建设,将对全市社区养老起到样板和研究作用。近日,记者走进我市省级医养结合试点——漯河万安康复医院、万安老年公寓现场体验。本报将刊发系列报道,介绍其医养结合养老模式。

■文/图 本报记者 刘彩霞
见习记者 潘潇添

“把设计图打开,我们根据现场情况再对照一下各功能区规划情况……”柳江社区养老服务中心项目开工建设以来,漯河万安康复医院院长王卫峰几乎每天都会来工地查看施工进度,与施工方讨论施工细节。

柳江社区养老服务中心和日间照料中心是源汇区对社区养老的先行先试,将对全市社区养老起到样板和研究作用。作为市老龄产业协会会长,王卫峰在医养结合养老服务方面积累了大量丰富经验,他主动承接该项目,完善社区居家养老服务网络建设,助力我市构建居家、社区机构相协调,医养、康养相结合的养老服务体系。

统筹规划 探索医养结合模式

1996年7月,王卫峰创办了一家个体诊所,为周边居民提供便捷的医疗服务。他的心里始终有一个梦想:为老人服务,为群众分忧。因为这个初心和梦想,2012年10月,王卫峰把社区卫生服务站扩建为具有医疗和养老护理功能的漯河金康护理院。2015年3月,王卫峰并购、扩建了漯河万安康复医院,并于2016年成立了漯河万安老年公寓。

研读养老政策和学习医养结合知识是王卫峰闲暇时间最喜欢做的事。为推动养老服务事业的发展,他经常到社区走访,了解社区养老状况,并到外省学习最新的养老服务理念。几年时间里,他探索出一套医养结合养老模式,为老人提

供优质高效的医疗和养老护理服务,为我市医养结合养老服务探索出一条新道路。

漯河万安康复医院、万安老年公寓作为首批省级医养结合示范单位,在王卫峰的带领下创建出了一套行之有效的工作制度,并拥有一支技术过硬、甘于奉献、经验丰富的团队。同时,由于曾承接过政府购买服务项目,得到了政府、社会、社区居民的一致认可,王卫峰对承接柳江社区养老服务中心项目充满信心。

承接柳江社区养老服务中心项目后,王卫峰面临前所未有的挑战与压力。为了让该中心的建设规划更实用,他反复与设计人员沟通修改规划图,来回奔波于医院与施工工地。结合万安老年公寓的医、康、养特色和优势,他统筹人员配备,引入健康管理理念,打造智慧养老和信息化平台,为社区养老建设开创出可持续发展的新模式。

孝慈仁善 视老人为亲人

常年来,王卫峰始终把“视老人为父母,把患者当亲人”作为服务理念,把“善行漯河”城市文化和“孝慈仁善”的企业文化有机融合,化作践行社会主义核心价值观的实际行动。给老人喂饭、穿衣、洗澡、剪指甲、梳头、翻身等细节都分解到具体服务流程中;每个星期他都带领员工为入住老人包一次水饺或馄饨,为老人过集体生日、定期举办娱乐活动成为常态。多年来,王卫峰全身心地投入医养结合养老事业中,平时,不管工作多忙都要抽出时间对人



王卫峰(中)与工作人员探讨柳江社区养老服务中心项目施工情况。

住老人嘘寒问暖,及时了解和掌握入住老人的生活、心理需求,在不断调整中为老人们提供更加贴心、细心的服务。

“孝慈仁善”是王卫峰一直坚持的企业文化核心。王卫峰从创业之初就扎根社区,始终坚持“以病人为中心,以老人为中心”,践行“孝慈仁善”的价值理念,始终不忘自己所承担的社会责任,在全省医养结合养老服务领域勇闯新路,成为全市医养结合养老服务的标杆。他个人也先后获得“中国孝亲敬老之星”“中国社区志愿者之星”“河南省十大敬老楷模”“河南省劳动模范”“中原孝人物”“农工党河南省委树立和践行社会主义核心价值观先进个人”“漯河市优秀人大代表”“漯河市劳动模范”等荣誉称号。

未雨绸缪 深耕养老事业

20多年来,王卫峰带领他的团队,先后为众多老人和患者提供了近百万次医疗服务、近5万次出诊服务和上万人次的医养结合服务。他组织员工参加漯河市健康脱贫、天使扶贫活动,为“五保户”、困难户捐赠衣物累计上千件,并积极参加公益慈善活动,捐款捐物,为“善行漯河”公益慈善事业做出了突出贡献。

孩子近视怎么办

近视的发生是一个逐渐变化的过程,初期孩子常常意识不到,不少家长是通过孩子的体检单知道其视力异常的。如果孩子视力异常,家长首先要做的是带孩子到专业医疗机构的眼科复查,看是否“确诊近视”。

视力差不一定是近视,还可能是远视、散光、弱视甚至眼部器质性病变等,一定要通过屈光检查和视功能检查确认眼睛的屈光状态,必要时需要做睫状肌麻痹验光即俗称的“扩瞳验光”,明确孩子存在的问题,及时应对处理。

如果孩子是因为用眼过度导致的睫状肌过度收缩、痉挛,持久异常调节从而产生的“调节性近视”,俗称“假性近视”,那么通过睫状肌麻痹验光就可

以确诊。调节性近视是不需要戴眼镜的,孩子通过适当休息使睫状肌放松就可以恢复正常视力。但要注意的,出现这种情况说明孩子的用眼习惯需要调整,否则长时间用眼过度会造成永久的视力减退。

如果孩子通过检查确诊为近视,应该积极进行矫正,避免视力进一步下降。戴眼镜是当前矫正视力的常用方法,但具体该戴何种眼镜应听从医生的指导。视力矫正后,应督促孩子保持良好的用眼习惯,定期进行视力检查,做好视力保护,防止近视加深。

有些家长认为戴眼镜会使视力下降得更快,这是一种误解。正确验配眼镜不会使视力下降,反而已经近视了却不

直不戴眼镜,孩子因为看不清,会加重了眼睛疲劳,使视力下降得更快。家长之所以会产生这种误解,一是孩子正处于生长发育期,眼球前后径生理性的延长过程会使近视进行性加深,一般成年后视力才会逐渐稳定;二是戴了眼镜之后不良的用眼习惯并没有纠正,也会加剧近视度数的增长;三是验光不规范,未区分调节性近视和真性近视,或者验光不准确,都会使近视加深。因此,一定要依据正规验光师准确的验光结果验配眼镜。

家长一定要警惕近视能治愈的虚假宣传。近来,儿童青少年近视矫正领域乱象频发,虚假、夸大宣传等问题突出,严重误导儿童、青少年和家长。截至目前,医学上还没有治愈近视的方

法,只能通过科学的矫正、改善用眼习惯、增加户外活动时间等避免近视加深。不科学的处置可能会导致孩子视力进一步下降,甚至造成眼部感染或外伤等严重后果。

市健康教育所提供



如何预防心肌梗死

急性心肌梗死是冠状动脉急性、持续性缺血缺氧所引起的心肌坏死。临床上多有剧烈而持久的胸骨后疼痛,休息及服用硝酸酯类药物不能完全缓解,伴有血清心肌酶活性增高及进行性心电图变化,可并发心律失常、休克或心力衰竭,常危及生命。近年来,我国急性心肌梗死患者呈明显上升趋势。



那么市民应该如何预防心肌梗死的发生?市六院(漯河市心血管病医院)业务副院长、心血管内科主任医师赵森表示,在生活中,市民应采用合理膳食(低脂肪、低胆固醇饮食),戒烟、限酒,适度运动,保持心态平衡。高血压、冠心病患者坚持按医嘱服药,控制高血压及糖尿病等,定期复查。此外,市民应积极了解有关心肌梗死的知识,预防心肌梗死发生。

赵森给出以下预防建议:

1.注意天气变化。在严寒或强冷空气影响下,冠状动脉可发生痉挛并继发血栓而引起急性心肌梗死。天气急剧变化、气压低时冠心病病人会感到明显不适。因此若天气恶劣时,冠心病患者要注意保暖或身边常备速效救心丸。

2.保持乐观的心态。放松心情、放平心态,良好的心态是预防心肌梗死的关键。

3.不搬过重的物品。由于搬重物时必然要弯腰屏气,这对呼吸、循环系统的影响与用力屏气大便类似,也是老年冠心病人引发心肌梗死的通常病因。

4.不要在饱餐或饥饿的情况下洗澡。水温最好与体温相当,水温太热可使皮肤血管明显扩张,大量血液流向体表,可引起大脑缺血。洗澡时间不宜过长,洗澡间一般闷热且不通风,在这样环境中人的代谢水平较高,极易缺氧、疲乏,老年冠心病病人更是如此。冠心病程度较严重的病人洗澡时,应在他人帮助下进行。

市六院提供



■专家链接
赵森,市六院(市中心血管病医院)业务副院长、心血管内科主任医师,是我市中心血管内科学科带头人之一。赵森毕业于郑州大学,曾先后在郑州大学第一附属医院和北京朝阳医院心脏中心进修。从医28年来,地积累了丰富的心脏病诊疗经验,擅长冠心病、各种原因所致的急性心力衰竭、心肌炎、心绞痛、心律失常、高血压病、高脂血症及老年病的诊治,参与并成功抢救急、危、重症患者数百余例;先后荣获漯河市五一劳动奖章以及河南省“中原健康卫士”、漯河市“首届十大最美卫计人”等荣誉称号。

方时,应忌食生萝卜;服膏方时一般不宜用茶水冲饮;若遇感冒发热、伤食腹泻等,也应暂停服膏方。

中医学还认为,天气寒冷会使人体血管中的血液流动不畅,甚至引起瘀血阻滞,从而增加心脑血管疾病的发作概率。医学专家提醒,对于高血压、动脉硬化、冠心病等患者来说,冬至后要注意防寒保暖,衣裤既要保暖性能好,又要柔软宽松,不宜过紧,以利于血流通畅。此外,还应合理调节饮食起居,不酗酒、不吸烟、不过度劳累,保持良好心境,切忌急躁和精神抑郁。

本报综合



中医·健康

儿童扁桃体肥大的中医特色疗法—— 无痛开壅刺血法

扁桃体产生淋巴细胞和抗体,是人体免疫系统一部分。健康的扁桃体是帮助人体抵抗细菌、病毒入侵的“健康卫士”。而儿童扁桃体肥大一般是因脏腑柔弱、气血凝滞咽喉所致,以小儿喉核肥大、有硬结为主要表现,包括部分增殖型慢性扁桃体炎。

儿童扁桃体肥大的主要症状:
1.咽部疼痛,咽部有异物感,无痰或少痰,严重者可出现阵发性、刺激性咳嗽,或有口臭,出现颌下淋巴结肿。

2.呼吸困难、吞咽受阻(吞咽障碍)、语言含混不清、睡眠时打鼾,智力及身体发育下降。检查可见扁桃体淡红、明显肥大,甚至两侧扁桃体向中线靠拢;或扁桃体慢性充血,表面不平,或陷窝口处有脓栓,有时可见扁桃体血管扩张。

扁桃体肥大引起的并发症很多,常见的有心脏病、肾、关节炎、风湿热,以及阑尾炎、胆囊炎、甲状腺肿等;若慢性扁桃体炎急性发作,有可能引起扁桃体周围脓肿;长期的慢性扁桃体炎还可引起小儿发育障碍。

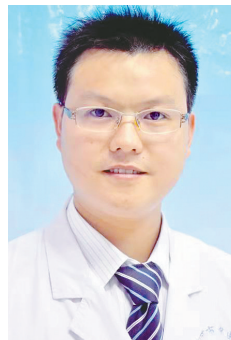
对儿童扁桃体肥大,西医一般进行手术治疗。市中医院耳鼻喉科宋晓主任采用中医特色疗法——无痛开壅刺血法,是在其导师汪冰(山东省中医院)的“啄治法”基础上加以改进、保守治疗儿童扁桃体

肥大的疗法,其目标在于缩小扁桃体,使扁桃体炎不反复发。儿童扁桃体肥大临床治愈

的标准是通过治疗,使孩子打鼾次数减少、程度减轻,呼吸音随着治疗次数的增加逐渐削减。该疗法可以预防或减少扁桃体炎复发,提高儿童免疫力。

无痛开壅刺血法在治疗过程中不使用消炎药、麻醉药,孩子无疼痛感。此疗法操作简便易学,治疗过程时间约2分钟,患者无须住院,痛苦小,无不良并发症。

市中医院提供



■专家链接
宋晓,市中医院耳鼻喉科副主任,河南省中医药学会耳鼻喉科分会常务委员、河南省医学科学学会耳鼻喉头颈外科专业委员会委员、市中医药学会

委员、市第五批医疗事故鉴定专家。宋晓擅长中药、针灸治疗鼻炎、鼻窦炎、咽喉炎、声音嘶哑、耳鸣耳聋、眩晕等疾病,运用中医特色治疗“无痛开壅刺血法”及烙制法治疗扁桃体肥大、腺样体肥大;熟练掌握鼻窦息肉内摘除、鼻中隔矫正、低温等离子切除扁桃体及腺样体、鼓膜修补术等。



你了解献血间隔期吗

根据《献血者健康检查要求》规定:普通全血献血间隔期不少于6个月;单采血小板献血间隔不少于2周、不大于24次/年;单采血小板后与全血献血间隔不少于4周;全血献血后与单采血小板献血间隔不少于3个月。

为啥捐献全血和单采血小板的间隔期差那么多?实际上,献血间隔期是根据血细胞生长周期来决定的。人体血液(全血)由血细胞和血浆组成,血细胞又分为白细胞、红细胞和血小板。其中,红细胞平均寿命为120天,白细胞寿命为9~13天,血小板寿命为8~9天。

全血捐献是直接将献血者体内的血液抽入血液保存袋中,献出的是血液中的全部成分,其中大部分为红细胞。由于红细胞的平均寿命最长,因而全血献血的间隔时间至少要6个月。

单采血小板就是指通过自动化血细胞分离机收集一定量的血小板,而其他的血液成分回输至献血者体内的献血方式。这时的献血间隔时间就以血小板的生命周期来算。由于血小板寿命短、恢复快,捐出的血小板在48~72小时就可以恢复到捐献前的水平。所以,单采血小板比捐献全血的恢复时间要短得多。

吕颖



前列腺增生有哪些症状

前列腺增生又被称作前列腺肥大,是中老年男性常见疾病之一。夜尿次数增多是前列腺增生的早期信号之一。如果男性以前不起夜排尿,现在夜间排尿一至两次,可能是前列腺增生引起的;如果起夜排尿次数从两次增加到四五次,甚至更多,说明病情加重了。

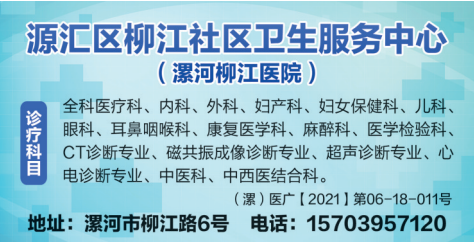
男性时要留意以下症状:
1.出现尿急症状,并且不能憋尿。
2.即使上厕所很久,还是感觉未尿净。
3.排尿时需要等很久才能尿出来,而且尿液呈点滴状。

如果这几种症状频繁出现,要重视并及时就诊。不过,良性的前列腺增生不是癌症,也不会转化为癌症,但是和前列腺癌的早期临床症状相似。所以,患者一旦出现排尿困难的症状,要尽早去医院接受检查,不能大意。

赵勇



■专家链接
赵勇,漯河柳江医院副院长、外科主任,主治医师,擅长肾结石、输尿管结石等泌尿系统疾病的微创治疗。他是我市第一届、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。



养生保健

冬至过后要“冬藏”

昨天是二十四节气中的冬至。我国中医学认为冬至到小寒、大寒是一年中最寒冷的时期,在此期间养生应注意“冬藏”。

冬令进补是我国民间传统的养生方法,民谚素有“三九补一冬,来年无病痛;今年冬令补,明年可打虎”之说。

冬至以后“阴极阳生”,人体内阳气蓬勃生发,最易吸收外来的营养而产生滋补功效。

人体的体质有阴阳寒热之别,脏腑气血的盛衰千差万别,过去的疾患史也错综复杂,因此进补方案需因体质制宜、因病制宜。在吃补药前,先要调理好脾

胃,或先吃一些“开路方”,才补得进去。

专家提醒老年人,冬令进补不能忘记人体脏腑、气血、阴阳等各方面的平衡。老年人往往患有多种疾病,在服用进补的膏方时,应对膏方辅料的性能、饮食禁忌等有所了解,以防引起不良反应。如服用含有人参、黄芪等补气的膏