

市油田总医院胸心外科“加速康复医疗模式”创奇迹

本报讯 3月23日,市油田总医院胸心外科林庆胜团队在手术麻醉科密切配合下,顺利为一名胸腔后纵隔肿瘤患者在“加速康复外科(ERAS)模式”下行全麻胸腔镜纵隔肿瘤切除术。患者术后不到24小时出院。

31岁的张先生平日身体健康,因胸部疼痛做CT检查,被诊断为胸腔后纵隔肿瘤。焦虑的张先生在家人的陪同下,找到市油田总医院胸心外科专家林庆胜就诊。林庆胜看过CT片,发现患者左侧后纵隔有一直径约6厘米的占位病变,边界清晰。林庆胜安慰患者说,肿瘤虽大,但基本确定为良性瘤,实施胸腔镜手术治疗,不用开胸,创伤很小。张先生和家人打消了疑虑,当即决定住院手术。

林庆胜带领团队对张先生的身体状况进行了全面评估,认为他身体基础条件好,依从性强,适合快速康复。在征得手术麻醉科的支持配合后,林庆胜决定实施胸腔镜下纵隔肿瘤摘除术ERAS治疗方案。胸心外科联合手术麻醉科成立了由外科医生、麻醉医生和专科护士组成的ERAS团队,按照胸腔镜手术和

ERAS规范进行了充分的术前准备。3月23日,由林庆胜、闫颖伟副主任医师等组成的手术团队在优化后的全麻下,为患者行胸腔镜纵隔肿瘤切除术。手术顺利,术中出血不到5毫升,术后没有像常规手术那样留置导尿管和胸腔闭式引流管。患者苏醒后仅手术区有轻微疼痛。返回病房后,专科护士及时对患者进行心理疏导、系统保温、给予饮水、鼓励进食、指导肺功能恢复、实施踝泵运动等,有效减轻了术后常见的应激反应。术后12小时,患者复查X光胸片,提示双肺形态正常,胸腔内无明显积液、积气;术后近24小时,患者已达到常规出院条件,可以出院了。

当拿到办理出院通知书时,张先生和家人十分惊讶,本想着胸部手术怎么着也要住上十天半个月的,没想到从住院到出院仅3天时间。虽然心中疑惑,但张先生确实没有明显不适,能活动,能吃喝。最后,听了医护人员的解释,张先生才解除疑虑满怀欣喜地办理了出院。出院后,张先生请人制作了两面锦旗,一面送给了医生组,一面送给了护理组。

加速康复外科又称“快速康复外

科”,是近年来引入我国的一种外科医疗新模式。它通过围手术期各种有效的方法,减轻手术创伤,减少患者生理和心理应激反应,预防术后并发症,鼓励患者早活动、早饮食,从而达到加速术后康复、缩短住院时间、减少医疗费用的目的。ERAS要求多学科协作和术前周密的ERAS计划,特别是临床科室与手术麻醉科室、医生与护士之间的密切配合,广泛应用于外科择期手术。市油田总医院胸心外科在林庆胜、护士长王小丽的带领下,积极创建加速康复外科,派人到上级医院学习进修,组织科内学习中华医学会制订的《加速康复外科中国专家共识和路径管理指南》等规范性文件,反复模拟,慎重推行,最终顺利通过河南省医学会胸外分会组织的专家评估验收,成为河南省首批5家“加速康复外科示范病房”之一。

这例“加速康复外科(ERAS)模式”下胸腔镜纵隔肿瘤切除术的成功开展,为市油田总医院胸心外科扩大日间手术范围、加速床位周转、提高科室资源利用效率积累了经验,也为该院外科系统推广这一新型医疗模式提供了借鉴。

(司民权)

市中医医院中医药文化进校园公益活动引来兄弟单位学习

本报讯(记者 管淑颖 通讯员 姜美娟)近日,河南省文化产业发展基金会理事长、书记王广瑞,安阳市中医医院党委书记张进夫等到我市中医医院参观学习中医药文化进校园公益活动。

市中医医院党委书记赵来法、院长刘同坤等相关人员陪同参观。王广瑞一行听取了我市中医医院关于中医药文化进校园公益活动的汇报,并实地考察了国医堂、博物馆、中医特色治疗区等中小学生学习游学路线。

王广瑞对市中医医院中医药文化进校园公益活动予以肯定。他指出,市中医医院作为河南省文化产业发展基金会的试点单位,公益活动组织有力,内容丰富,成效显著。下一步要继续保持,不断总结经验,创新形式,争取成为标杆单位。

赵来法代表医院欢迎河南省文化产业发展基金会及安阳市中医医院的各位领导参观指导,感谢基金会对我市中医医院的大力支持和帮助。

据了解,市中医医院立足公益,

充分发挥自身优势,在河南省文化产业基金会的指导支持下,积极开展“中医药文化进校园”公益活动,将健康知识传播与传统文化宣传有机融合。

活动开展以来,市中医医院已与我16所学校建立合作关系,共组织中医药文化进校园公益活动21次,派遣讲师32名为近4500名中小學生普及中医药文化知识;组织开展中医药研学游活动31次,累计接待来院参观体验学生300余人。截至目前,研学游活动已经预约至5月份。

市眼科医院组织开展职业暴露应急处置演练

本报讯 为进一步增强医务人员的自我防护意识,切实保障全院人员的职业安全,同时加强各部门之间协调配合,最大限度降低职业暴露对医护人员造成的危害,近日,市眼科医院(市第二人民医院)组织开展职业暴露应急处置演练。

此次演练以针刺伤和黏膜职业暴

露等场景为主,实地考察医护人员的职业安全技能掌握、防护用品的正确使用,以及对标准预防措施、职业暴露应急处理措施、职业暴露处理流程等相关知识的掌握情况。

演练前,医院感控办制订了医务人员职业暴露应急演练脚本,成立了应急演练管控小组。感控办对整个演练过程

进行总指挥及现场指导。演练过程中,所有演练人员操作规范,应急处理流程基本合理,防护措施应用得当。

此次演练进一步提高了医院医务人员个人防护能力和职业暴露应急处置能力,也进一步警示医务人员在工作中应加强职业防护。

(王丹华)

濮阳眼科

春暖花开 警惕这些耳鼻咽喉多发疾病

春季,气候干燥,冷暖多变,加上现代生活节奏加快,夜生活不规律,很容易导致人体的抗病能力下降,易引发多种耳鼻咽喉疾病。耳鼻咽喉作为人体第一道防线,也就成为全身各器官中春季发病率最高的部位。

鼻炎

在春夏交替之际,气候干燥,多大风天气,温差变化大,易刺激鼻腔黏膜,从而引发急性或慢性鼻炎。变化多端的天气会使人体抵抗力降低,如果没有及时增减衣物,就容易感冒(也称为“急性鼻炎”),而感冒治疗不当或久拖不治可并发鼻窦炎、中耳炎、喉炎等疾病。

如何预防 减少冷空气对鼻黏膜的刺激。注意戴口罩,避免接触灰尘及有害气体。季节转换时适当添加衣物,加强锻炼,提高自身素质。

鼻出血

春末夏初空气的水分减少,气候变得干燥,呼吸道血管扩张变薄,容易破裂,进而导致鼻出血的发生,儿童群体最易高发。

专家介绍

侯瑞芳,市眼科医院耳鼻咽喉头颈外科副主任医师,曾在山东大学附属耳鼻喉医院(山东省立医院西院)进修学习。从事耳鼻喉临床工作18年,擅长鼻内镜手术,独立完成各类耳鼻喉科手术2000余例,对耳鼻喉科各类疾病有丰富的经验,对多种疾病采用中西医结合治疗,有着独特的疗效。

濮阳市眼科医院(市二院)

预约咨询电话:0393-8222199

24小时值班电话:8222167

“截至3月20日24时,全国累计报告接种7495.6万剂次。”国家卫健委新闻发言人米锋近日在国务院联防联控机制新闻发布会上表示,国内疫情防控总体保持良好态势,但是仍要更精准、更有效地进行防控,确保不出现规模性反弹。

不同品牌疫苗能否叠加接种?老年人、孕妇适宜接种吗?接种后能否摘掉口罩?近日,多部门回应涉及新冠疫苗安全性和有效性的焦点话题。

不同品牌疫苗是否可以叠加接种

国家卫健委疾控局一级巡视员贺青华表示,关于不同企业生产的疫苗是否可以叠加或替代接种的问题,仍需要更多研究。并将在研究结果出来以后,根据研究结果提出明确的政策措施。

他说,目前国内附条件上市的4款疫苗都经过政府主管部门审查批准,是安全、有效的。公众可以按照所在省区的统一安排尽快接种疫苗。

60岁以上老人是否可以接种疫苗

“部分地区在充分评估后,已经开始为60岁以上身体条件比较好的老人开展接种新冠疫苗。”贺青华回答,目前,疫苗研发单位也在加快推进研发,在临床试验取得足够安全性、有效性数据以后,将大规模开展60岁以上老年人群的疫苗接种。

哪些人群不适宜接种疫苗

贺青华介绍,目前附条件上市的4款疫苗在说明书中对接种禁忌有明确界定,不建议对疫苗所含成分过敏、血管神经性水肿、呼吸困难、患有癫痫或其他神经系统疾病、有格林巴利综合征病史的人接种新冠疫苗。

他提示,妊娠期和哺乳期的妇女也不宜接种新冠疫苗。

中国疾控中心免疫规划首席专家王华庆说,在接种后如果发现怀孕,基于目前新冠疫苗的特性和以往使用疫苗的经验,不建议采取特别的医学措施,例如终止妊娠。他建议这部分人群要做好孕期随访和定期检查。

接种疫苗后能否摘掉口罩

中国疾控中心副主任冯子健表示,由于当前全球新冠疫情仍在持续流行,国内疫苗接种率较低,来自高流行地区的人员或物品入境,仍有在境内传播的风险。

他提示,在我国人群疫苗接种达到较

高免疫水平之前,无论是否接种疫苗,在人群聚集的室内或封闭场所,公众仍然需要继续佩戴口罩,做好个人卫生习惯,并遵循各地具体的防控措施要求。

疫苗接种后不良反应有哪些

“包括局部和全身反应。”王华庆介绍,局部的不良反应包括如疼痛、红肿、硬结的情况,这些无须处理,会自行痊愈,全身的不良反应包括如头痛、乏力、低热的情况。

他介绍,当前接到的不良反应报告为疑似不良反应,也就是说,属于怀疑和疫苗有关的反应。后续,将继续开展较为严重的不良反应调查,通过补充调查、了解接种史、疾病情况等,再由专家组做出诊断。

“不管是从临床试验研究的结果,还是紧急使用的研究结果、上市后监测的结果来看,新冠疫苗的不良反应发生情况,和既往已用的上市疫苗同类品种相比,结果类似,没有出现异常情况。”王华庆说。

接种疫苗后还会感染吗

“总的来说,疫苗的作用是让大多数人产生保护力,建立免疫屏障,其预防重症的效果更明显。”王华庆说,从国外目前已用的疫苗上市评估结果来看,打完疫苗之后,确实有一小部分人出现保护失败。他表示,将对失败的个别案例进行研究和调查。

疫苗生产保障情况如何

工信部消费品工业司副司长毛俊锋介绍,目前有5款疫苗获批了附条件上市或者是获准了紧急使用,包括3款灭活疫苗,1款腺病毒载体疫苗,还有1款重组蛋白疫苗。

他表示,按照现有的生产安排来看,全年的疫苗产量完全可以满足全国人民的接种需求。

现阶段出行政策是什么

“2021年春运已安全结束。”米锋说,当前,国内低风险地区持健康通行“绿码”,在测温正常且做好个人防护的前提下可有序出行,各地不得擅自加码。

他表示,在连续31天无本土新增确诊病例后,3月18日陕西省报告新增1例本土确诊病例。这提示,仍然要始终绷紧疫情防控这根弦。对新增散发病例,要发现一起、扑灭一起,确保不出现规模性反弹。

据新华社

濮阳中医

女性压力大易引发健康问题 中医推荐“四期”养生法

随着现代工作、生活节奏的加快,都市女性在各种压力下诱发的一系列健康问题也日渐凸显。月经不调、高泌乳素血症、卵巢早衰、不孕不育等,成为困扰女性的难题。随着生活水平的提高及健康理念的普及,越来越多的女性开始关注养生调护、重视疾病预防。

专家认为,女性有特殊的生理周期,应结合月经不同时期的阴阳转化与消长节律进行调养。

专家表示,按照传统中医关于月经的理论,女性月经周期可分为四期:

第一阶段(月经来潮的1至4天)

养生以“暖”为主

在此期间,女性经血以通畅为主,经血排出顺利与否,直接关系到身体日后的恢复。因此,这个时期的养生应以“暖”为主,主要是肚脐、腰和脚心不要着凉。

忌食寒凉食物,以免凝血、滞血、经血不畅。同时忌食辛辣食物,辛辣之品容易动血,导致经血量增多、经期延长。

对于月经不调、痛经、症瘕的女性来说,这个时期是活血化瘀、排出瘀滞的最佳时期。

第二阶段(月经5至12天)

养生以滋补肝肾为主

这个阶段,月经基本结束,女性体内阴血相对亏虚,因此称之为“阴长期”。此时养生应以滋补肝肾为主,促进阴血逐渐充足,为下次月经做好准备。

有两点必须注意,一是避免熬夜,经常熬夜会暗耗阴血;二是不能贪凉。此时随意吃寒凉食物,轻则容易引起内分泌失调及月经紊乱,重则影响孕育。

饮食上,可在煲汤时添加一些滋阴养血、滋补肝肾的药物,如女贞子、桑葚子、枸杞、当归等。如果脾胃不好,消化功能弱,可以加砂仁、陈皮等健脾醒胃的药物。

第三阶段(两次月经中间2至3天)

保持乐观以促孕

这个阶段,随着体内阴血不断充盛,逐渐进入重阴转阳、阴阳转化的过程。排卵期时间比较短,出

现透明拉丝状白带,准备怀孕的女性可以把握时机,在此期间安排同房,同时要保持乐观、稳定的情绪,这样对受孕非常有益。

饮食上,可在第二阶段的基础上,加一些荊芥、丹参、肉桂等促进排卵。

第四阶段(排卵后至下次月经) 健脾补肾准备受孕

在此期间,女性子宫内阴血旺盛、阳气充沛,可为受孕做准备。

饮食上可以多服山药大枣粥,健脾气、补肾气。大枣滋腻碍胃,只需3至5枚即可。

女性在此期间应注意保暖,不宜吃寒性的食物,比如梨、葡萄、西瓜等,以免伤及阳气,导致宫寒不孕。

张超

市中医医院协办
电话:0393-4416620
网址:www.pyszyy.com

无偿献血新去处:丹尼斯爱心献血屋、银街爱心献血屋(京开大道与胜利路交叉口西北角)、新蕾公园献血屋
开放时间:9:00—15:30 捐血热线:8991000 8918000