



(上接01版)

让医疗资源惠及更多丰台民众



▲展示厅的设立,让中医药文化“看得见”。原梓峰 摄

赵女士说的“医生小丁”是丰台中西医结合医院针灸科主任丁玉龙的抖音号,目前发布了183个视频,简单朴实地记录了他的诊疗心得。由于案例真实,不少外地患者前来问诊寻医。在新媒体的赋能下,中医知识得到了广泛传播,切实解决了同类病患患者的担忧。丰台中西医结合医院党委书记彭飞介绍:“我们医院充分发挥‘永定岐黄书院’‘北京赤脚医生馆’等阵地作用,积极开展科普宣传,持续创新传播模式,建立运行‘丰中西医’直播间,以‘直播+互动’模式,深化中医药文化影响力。”

不断创新是特色诊疗发展的生命力。针灸科医师张朔告诉记者,医院在诊疗方面不断创新,为患者提供有效而温和的治疗方式:“比如艾灸的时候,有些患者会觉得有灼痛感,我们就在艾灸箱内部加一层金属网来调节艾灸热度。”

“您再看这种3年的艾绒特别适合做馒头灸。”说话间,张朔用手将艾绒捏出一个馒头形状,“现在我们还是用手揉成馒头的形状给患者使用,通过一系列的实践,得到了很好的效果,下一步我们要把它产品化。”张朔说。

在中医药展示柜前,张朔还向记者展示了鳖甲灸、黄帝灸针、木制灸盒等中医常用器具。据了解,医院设有灸疗中心、砭术推拿中心、治未病中心等特色中心,拥有集“预防—诊疗—康复—保健—养生”一体的全生命周期中医特色服务。此外,医院在“朱氏头皮针”应用、不孕症中西医结合诊疗、宫廷正骨、中医安宁疗护、中西医结合治疗认知功能障碍及盆底功能改善的中医特色应用等数十个方向,积累了较成功的临床经验。其中针灸科下设盆底功能障碍性疾病针灸临床诊疗中心,充分发挥专科优势,疗效显著,已有全国22个省、2个自治区、4个直辖市的患者慕名求治。

目前该院正积极探索预防、医疗、慢病管理等一体化的医防融合服务模式,加快推进“以治病为中心”向“以人民健康为中心”转变。

百姓的急就是优先级

“阿姨,您今天感觉怎么样?”“头晕最明显,别的症状好一点了。”“那您别着急,这就是转好迹象,慢慢晕的症状就减轻了。”丰台中西医结合医院脑病科主任邱少波正在病房里巡诊。

对于脑病科来讲,这里的事没有小事。

眼下正是中老年人脑血管病的高发期,“一旦出现脑梗塞,4.5小时内是最佳溶栓期,再晚就会错过时间窗了。为此,我们开设了脑卒中的绿色通道,第一时间全力减少急性脑梗塞患者的致残率。”邱少波告诉记者。

通过多年的研究和学习,中西医结合方式可以提供更优化的治疗方案。“对于脑梗塞患者,发病时间窗内以输液的方式进行血管的再通,紧接着配合中药、针灸、康复等一体化的治疗方式,让患者最大程度减轻痛苦,恢复健康。通过实践证明,中药确实有其得天独厚的优势,也能够一定程度上减少患者的致残率和复发率。”邱少波介绍。

脑病科是丰台中西医结合医院学科建设的一个缩影。丰台中西医结合医院是丰台区突发公共卫生事件战备医院、丰台区老年健康和医养结合服务指导中心、丰台区老年骨科中心、北京天坛医院—丰台区神经病学中西医结合诊疗中心、北京朝阳医院—丰台区呼吸急危重症医学诊疗中心、丰台区超声医学质控中心。根据丰台河西地区医疗资源配置及人群需求情况,不断加强心脑血管疾病、脑病、创伤、肺病等4个诊疗中心建设。

生命最后一刻是代际间最重要的一刻

在丰台区卫生健康委的指引下,目前,全区社区卫生服务中心正在打造专属品牌,建设十大社区特色诊疗中心,科学规划东、中、西3个片区,分别建设有安宁疗护中心、医养结合中心、老年护理中心,全面提升医养结合服务水平。

丰台中西医结合医院老年科已成为丰台区老年健康和医养结合服务指导中心、北京市安宁疗护示范基地,作为河西地区安宁疗护的前沿阵地发挥着重要作用。

安宁疗护指的是以终末期患者和家属为中心,以多学科协作模式进行实践,为患者提供身体、心理、精神等方面的照料和人文关怀等服务,控制患者的痛苦和不适症状,提高生命质量,帮助患者舒适、安详、有尊严地离世。

老年科护士孙伟是一名年轻的“老”护士,“老”指的是她的经历,进入老年科一干就是7年,两年前安宁疗护小组成立时,她便加入进来。

安宁疗护小组服务的患者多是老年人且肿瘤晚期,有的病人甚至不知道自己的病情发展情况。因此该小组不仅要减少患者的病痛,还要面对很多伦理和人性间的问题。

“起初,我感觉很不适应,安宁疗护的患者可能无法再恢复健康的生活,这是他们人生旅途的最后一段,作为一个护士来说,感觉没有起到救死扶伤的作用。但是我在工作中慢慢地找到了自己的价值,通过我的照顾,为患者最大程度减轻病痛,让他有尊严地离开,不仅是对患者的尊重,也是对家属最好的告慰。”孙伟说。

在肿瘤疾病后期,很多家属一方面希望不论用何种方式都要多挽留一段时间,哪怕是付出经济和患者痛苦的代价,同时内心却不知道如何去面对这件事情,因此安宁小组给出的意见尤为重要。

“我婆婆就是因为癌症离开我们的,在那段时间花了近百万为她治疗,但效果一直不是很明显,每次化疗时她蜷缩在床上才能舒服一些,经受了太多痛苦。后来选择到这里进行安宁疗护,其实是对她本人的尊重,尤其是在她生命的最后阶段,我和我老公在病床前陪她无痛苦地走完人生的旅途,心里也得到了安慰。”一位患者家属告诉记者。正是因为如此,生命最后一刻成了代际间最重要的一刻。



张朔医生展示中医常用器具。原梓峰 摄



展示柜内的灸盒。原梓峰 摄

方金医生为患者诊脉。原梓峰 摄



▲各类展品让广大群众更加了解中医药。原梓峰 摄



◀张朔医生在介绍艾绒。原梓峰 摄

创卫进行时

中国公民健康素养——基本知识与技能释义(2024年版) 保护环境促健康 无偿献血助人利己

环境与健康息息相关,保护环境,促进健康。

良好生态环境是人类生存和发展的基础,人类所患的许多疾病都与环境污染有很大关系。无节制地消耗资源和污染环境是造成生态环境恶化的根源。每个人都有爱护环境、保护环境不受污染和破坏的责任。发现破坏生态环境的行为,应及时劝阻或举报。

遵守保护环境的法律法规,讲究社会公德,自觉养成节约资源、不污染环境的良好习惯,倡导文明健康、绿色低碳、简约适度的生活方式。减少资源消耗,实施垃圾分类。优先选择绿色环保产品,减少一次性消费品的使用,节约用水用电,适度使用空调,践行低碳出行。

保持家居环境整洁卫生,经常打扫室内、庭院卫生,不留卫生死角。厨房、厕所无异味。垃圾日产日清,做好分类。爱护公共环境,规范饲养宠物,做好宠物粪便清理,文体娱乐活动不扰民,共同营造清洁、舒适、安静、优美的生活环境。

气候变化和极端天气事件的发生可能影响健康。绿色消费,低碳出行,能助力减缓气候变化。老人、儿童、疾病患者和户外工作人员是脆弱人群,要密切关注天气预报、空气质量信息和气象灾害预警信息,提前做好风险防范。极端天气下要更加关注基础疾病变化并及时就医,

重污染天气时尽量减少或避免户外活动,高温热浪天气要尽量避暑和防止中暑,低温寒潮天气要注意保暖和防止冻伤,台风和暴雨天气要防止溺水等意外伤害。

无偿献血,助人利己。

目前血液无法人工合成,临床用血只能依靠健康公民的自愿无偿献血。无偿献血是社会文明进步的标志,无偿献血利国、利人、利己、利家人。

健康人定期、适量献血是安全、无害的。我国现行的捐献标准为全血每次200~400毫升,捐献间隔期不少于6个月;血小板每次1~2个治疗量,捐献间隔期不少于2周。献血后,人体造血功能会让血液很快得到补充,不会对健康造成不良影响。

《中华人民共和国献血法》规定:“国家提倡18周岁至55周岁的健康公民自愿献血”。对献血者,发给国务院卫生健康行政部门制作的无偿献血证书,有关单位可以给予适当补贴。公民临床用血时只交付用于血液的采集、储存、分离、检验等费用;无偿献血者临床需要用血时,免交前款规定的费用;无偿献血者的配偶和直系亲属临床需要用血时,可以按照省、自治区、直辖市人民政府的规定免交或者减交前款规定的费用。

血站是不以营利为目的,采集、提供临床用血的公益性卫生机构。献血者应当去正规血站献血。