

传统中医+现代康复,擦出别样火花

这些康复疗法,你可能需要

血站间资源将互通共享

市中心血站与无锡市中心血站签订协同发展合作协议

本报讯(YMG全媒体记者 张莘 通讯员 于磊) 3月7日,烟台市中心血站与无锡市中心血站签订全面协同发展合作协议。据悉,此次合作将为全面推动两地采供血机构在专业能力、管理运行、学术、科研、信息化建设等方面实现合作共赢打下坚实基础。

近年来,市中心血站持续加强采供血服务能力建设,血费直免及血液管理平台建设位居全省前列,全市医疗机构直联网49家,覆盖二级及以上公立医院,血费报销“零跑腿”服务不断优化。持续推进科技创新,深化科研战略合作,智慧化送血车已上线运行,全自动智能血浆接驳机完成研发。创新无偿献血宣传和招募方式方法,线上线下联动、预约和团采互补,采供血站上历史高点,年采集全血22吨,有效保障了常态化疫情防控形势下全市临床用血供应。据悉,无锡市中心血站作为江苏省血站系统的典型代表,在无偿献血科普宣传、采供血业务管理等方面成绩斐然,尤其是在信息化建设、实验室血型血清学检测、科研创新等方面达到国内领先水平,在全国血站系统树立了标杆。“我坚信,通过此次活动,无锡、烟台两地血站能够开创‘省际合作’新格局,促进两地无偿献血事业,共创采供血工作新佳绩。”烟台市中心血站党总支书记、站长仪明刚说。

“两癌”免费筛查多地陆续启动

本报讯(YMG全媒体记者 张莘 通讯员 周楠 赵栋彬) 近日,我市海阳、莱阳、牟平等多地陆续启动2023年度适龄妇女免费“两癌”筛查,筛查人群年龄为35-64周岁(部分地区为非财政供给工作人员,以各地公布为准)。筛查地点为所在地乡镇卫生院或社区卫生服务中心或县(区)妇幼保健机构。

2月28日,莱阳市农村适龄女性免费“两癌”筛查正式启动,该项目由莱阳市妇幼保健院独立承担,并启用“两癌”专用查体车,将服务送到群众的家门口。今年,莱阳市对18处乡镇、街道办事处35-64周岁适龄女性进行免费的宫颈癌、乳腺癌检查,年度计划目标为4万人次。

3月7日,牟平区2023-2025年度农村适龄妇女“宫颈癌、乳腺癌”免费筛查工作启动会议召开,数据显示,自2011年牟平区在全市率先开展农村“两癌”筛查工作至今12年,累计投入筛查经费1373.45万元,累计免费筛查宫颈癌21.655万人次、乳腺癌10.255万人次,共筛查出确诊乳腺癌患者107人、宫颈癌患者51人,查出的患者均得到了积极有效的干预和治疗,有效减轻社会和家庭负担。

全省新生儿复苏技能赛烟台市荣获团体一等奖

本报讯(YMG全媒体记者 张莘 通讯员 刘咏梅) 3月9日-10日,全省新生儿复苏技能竞赛省级决赛在济南举行,烟台市代表队以团体总成绩第一名荣获团体一等奖,4名参赛队员喜获佳绩,均被授予“山东省新生儿复苏技能标兵”荣誉称号,其中烟台毓璜顶医院徐加菊、于美丽荣获个人一等奖,烟台毓璜顶医院王玉苹荣获个人二等奖,烟台毓璜顶医院肖慧媛荣获个人三等奖。

此次竞赛由山东省卫生健康委、山东省总工会联合举办,山东省医师协会承办,竞赛设置综合笔试和技能操作两部分,评委全部由省外专家担任,流程严谨细致、过程公平公正。竞赛覆盖范围广,共有全省16个地市代表队和11个国家卫健委驻鲁有关医疗机构、省卫生健康委直属有关单位和省属卫生健康事业有关单位共计27支团队、108名队员参加。

竞赛活动启动以来,我市卫生健康系统积极响应、广泛发动,精心组织,各级从事新生儿救治的医护人员积极参与、比学赶超,奋发拼搏,达到了以赛促学强技能、以赛促练砺精兵的目的,全面提升了广大医护人员的理论知识和技能操作水平。

医护服务暖人心 患者感恩送锦旗

本报讯(YMG全媒体记者 张莘 通讯员 李文凯) 日前,顺利完成手术出院的郭先生及家属,将两面写有“身怀仁术广济世,不求名利扬医德”“厚德载物施仁术,大医精诚济苍生”的锦旗,献给了烟台市蓬莱人民医院党委委员兼耳鼻喉科主任王贵胜和护士长于丽,以表达对耳鼻喉科全体医护人员的感激和赞许之情。

2月6日,60岁的郭先生因“声音嘶哑2年余,加重2月”入住耳鼻喉科,确诊为“喉Ca”。耳鼻喉科主任王贵胜及副主任宫向荣结合郭先生病史症状、病理报告,与患者及家属沟通并确认了手术方式。手术前夕,患者心理压力增大,在病痛和心理极度恐慌的双重折磨下,一度想放弃手术,王贵胜知道了这一情况后,来到病床旁为患者进行心理疏导,减轻了患者的心理负担,消除了其积聚心头的重重顾虑。2月15日,王贵胜带领医师团队成功为其施行了“气管切开术+半喉切除术+颈淋巴清扫术+喉功能重建术”,患者术后恢复良好。经过医护人员精心治疗和护理,日前郭先生顺利康复并戴气管套管出院。



陈洪国主任为患者看诊。

俗话说,三分治疗七分养。走进烟台业达医院的康复医学科,满屋的专业康复治疗训练设备尽收眼底。不只是国外进口设备,针刺、艾灸、拔罐、放血疗法、推拿、督灸、脐灸等常见的中医传统康复技术结合现代康复理论,让走进这里的患者看到了提高生活质量的希望。记者对业达医院康复医学科主任陈洪国,聊关于康复医学大家那些不知道的事。

中西医结合治中风 康复更有效

冬季是心脑血管疾病的高发期。前不久,70多岁的居民李大爷因为左侧肢体麻木来到业达医院治疗,通过检查,医生发现他左侧肢体麻木与脑梗有关,加上他之前发生过脑梗影响了右侧肢体活动,在为李大爷进行药物治疗的同时,医生配合中医康复治疗,以促进血液循环,疏通经络。记者看到李大爷时,他正在做针刺治疗。“经过10天的针灸,我左侧肢体已经没有麻木的感觉了,现在医生帮我调理上一次脑梗导致的右侧肢体问题,感觉非常好!”李大爷说。

陈洪国表示,脑梗的患者进行针灸治疗能取得活血通络的作用,对患者侧肢体的局部血液循环起到一定改善。科室与重症医学科、神经内科合作开展了早期床边康复治疗,对于因脑梗、脑出血、脑外伤等原因造成行动不便的患者,康复医生会到病房为他们进行床边康复,预防二次致残,明显提高了临床疗效,缩短了患者住院时间,帮助其最大限度恢复各种功能,提高日常生活自理能力。

33岁的程序员小王因脑出血使左侧

肢体出现活动障碍,甚至影响胳膊正常抬举和走路。“我们考虑到患者比较年轻,在其恢复期提前介入,帮助患者放松肌肉,主要做肩膀关节松动等康复,通过重复强化动作,锻炼患者上肢力量;后期配合四肢联动康复训练器、减重康复训练系统、医用跑步机等设备,经过一个多月的时间,患者基本恢复了正常生活,在沙滩上跑跳都没有问题。”

关于康复,业达医院做得远不止于此。对于骨科康复、语言及认知康复、疼痛康复等,康复医学科开展了运动疗法、作业疗法、言语吞咽功能训练、偏瘫截瘫肢体功能训练等,辅助中频脉冲电治疗、温热磁振、冲击波等各种物理治疗项目,帮助患者进行康复训练。

中医辨证治疗 摆脱颈肩腰腿痛

用面团治病你见过吗?治疗室里医师把面团捏成小碗的形状,中间留一个通气孔,将艾绒搓成圆锥形放在面团中央,置于患者的肚脐上进行熏灸,灸灸疗法就完成了。

陈洪国表示,灸灸疗法是在中医理论指导下辨证选方,以脐为中心,辅以药粉,以适合规格的面团为介质,上置艾绒,利用药物、艾绒、穴位等多重作用,调和气血,疏通经络,补益温中,从而达到防病、治病、健体的目的。灸灸的临床功用及适应症非常广泛,对消化、呼吸、泌尿生殖、

神经、心血管等系统均有作用,能增强机体的免疫力,可广泛用于内、外、妇、儿等相关疾病的治疗。

“除了灸灸,我们还开展了针刺、艾灸、拔罐、督灸、刺络放血等传统中医技术。”陈洪国说,我们坚持以传统中医治疗方法为主导,严格按照四诊、八纲等中医辨证思维与方式,灵活将中药、中成药及部分西药运用于日常临床工作中,在治疗内科杂症的多发病、慢性病方面收到良好效果。

55岁的市民林女士因为长期伏案工作,患上了肩周炎,来到业达医院后,医师用灸灸疗法在林女士的穴位经络上进行灸治,一个疗程后,林女士肩膀的疼痛基本消失,患肢活动得到了明显改善。

陈洪国表示,不少人经常会出现脖子、肩膀、胳膊酸痛,有时还感觉后背肩胛骨部位像背了一块大石头一样沉重,并且平时常感肩膀发麻,这实际上就是肩周炎的征兆,艾灸具有温经散寒、消肿止痛的功效,治疗肩周炎有比较好的效果。

中医药博大精深,源远流长。在之前疫情的防控工作中,陈洪国带领中医救治小组从病情研判、用药效果、康复调理等方面为患者“把脉开方”,并根据病情变化随时调整治疗方案,精准辨证应用中医药。据了解,业达医院康复医学科现有工作人员11人,其中康复医师7人,康复治疗师4人,设有门诊病房和康复中心。治疗范围包括面瘫、带状疱疹及颈椎病、腰腿疼痛、肩周炎、网球肘、腰部扭伤、脑血管疾病、骨科疾病、语言和认知障碍等的康复治疗。

YMG全媒体记者 王修齐 通讯员 周兰兰 摄影报道

健康宣讲进基层

福山区卫健局累计开展60余场活动

本报讯(YMG全媒体记者 张莘 通讯员 王晶) 近日,福山区卫生健康局着力推进健康宣讲进基层项目,立足业务职能,擦亮“声动福山”宣讲品牌,精心探索“村居+学校+大集”宣讲点位,走近百姓身边,用通俗易懂的语言宣讲健康知识,传播美德健康生活理念,累计开展健康主题宣讲活动60余场,着力提升群众基本医疗满意度。

3月14日,在福山一中广场上,一场春季传染病防治知识的宣讲正在开展,福山区疾控中心专家通过传染病知识宣讲、现场互动答题等方式,对春季流行的甲型

流感、诺如病毒感染性腹泻等传染病的流行特点、预防措施等进行了详细讲解。

福山区疾控中心结核病防治科工作人员利用周末时间,依托学校家长会的机会开展“结核病防治核心知识进校园”宣讲活动。

在福新中学多功能厅,来自福新街道办事处社区卫生服务中心防疫科的潘主任正为青少年们开展健康教育,普及健康知识,重点讲解了肺结核、流感、水痘、腮腺炎等常见传染病,提醒教师及中小学生在做到早发现、早隔离、早治疗,合理膳食、适量运动、增强体质。



小孩子能吃是福? 警惕儿童肥胖

本报讯(YMG全媒体记者 张莘 通讯员 艾菁) 开学后,不少家长发现孩子胖得已经穿不进去校服了。看着孩子胖成这样,爸爸妈妈愁眉苦脸,爷爷奶奶却往往开开玩笑地说:“白白胖胖的多好,有福气”“能吃是福”……甚至有些奶奶还在炫耀:“我家孙子假期长了6斤,你家孙子怎么没变化?我每天研究新菜谱,变着花样给孩子做好吃的,等我教教你哈。”对此,蓬莱人民医院儿科专家提醒孩子家长,白白胖胖其实暗藏健康危机,肥胖不仅会影响孩子正常的生长发育,还会影响孩子的心理健康。

专家表示,学龄前阶段是影响孩子一生体重的关键时期,如果孩子3-6岁时体重指数增长过快,青春期及成年肥胖的几

率将大幅增加。儿童肥胖症的危害很多,当孩子体重超标时,血管硬化就已经悄悄开始,会导致心肺功能负担增加。高血脂、高血压、糖尿病、心脏病、脂肪肝等多种疾病,在童年时就埋下了隐患。肥胖的孩子反应慢、行动也慢。超过正常体重20%的肥胖儿童与同龄正常儿童相比,其视觉、听觉、接受知识的能力都会相对下降。肥胖也会影响消化系统,易导致血脂升高,形成脂肪肝、胆结石。肥胖还容易导致“性早熟”,“性早熟”会让宝宝提前停止生长和发育,影响成年后的身高,女孩子还可能在成年后出现月经不规律等困扰。此外,肥胖会使体内脂肪过度堆积,加重孩子各脏器的负担,导致免疫力低下、常有心理障碍等。

家长应早预防,关注孩子发胖的前兆,如果孩子有以下几个表现,家长就应该警惕:爱懒。在没有患病的情况下,变得懒惰,遇到事情总是无精打采或懒洋洋的;贪睡。睡眠特别香甜,睡了还想睡,经常哈欠连连;怕动。孩子不爱动,甚至觉得参加体育运动是一种负担或麻烦;爱吃。胃口大增,经常不住嘴地吃。那么,该如何控制体重?专家建议多吃一些高纤维的蔬菜和水果,建议蔬菜占1/4,水果占1/4,谷物类占1/4,蛋白质占1/4。先吃蔬菜和水果,注意三餐均衡分配,并且细嚼慢咽,尽量充分咀嚼食物。要控制吃零食及夜宵,少饮用含糖的饮料,减少点外卖的次数。限制食量时必须兼顾孩子的基本营养及生长发育所需,减肥初期控

制体重增速即可,逐渐使体重下降,降至超过正常体重范围10%左右时,就不需要再限制饮食。鼓励孩子每天至少进行一个小时的运动,可以选择慢跑、快走、游泳、健身操、乒乓球等。严格限制电子产品使用时间,注意作息规律,要保证孩子充足的睡眠时间,学龄前的孩子,建议每天睡眠时间10-13个小时,6-13岁的孩子有利于平衡身体的激素水平,从而降低出现肥胖症的概率。

此外,部分家长对肥胖儿童过分忧虑,到处求医,有些家长对孩子的进食习惯总是指责,过分干预,这些都有可能引起孩子的精神紧张或对抗心理,不利于减重。

森林火灾重防范 严控火源是关键

