

医院动态

中南大学湘雅医院“防溺水大篷车”进城乡

本报讯 (特约记者严丽 通讯员曹晓霞)近日,“用爱守护生命——2023年长沙市‘防溺水大篷车’走进城乡安全教育公益活动”启动。由中南大学湘雅医院第一目击者志愿团队、长沙县蓝天救援队、长沙晚报翰飞数媒防溺水宣讲小分队等组成的“防溺水科普大篷车”志愿者队伍,来到湖南湘江新区白箬铺镇,为50多个家庭现场普及防溺水安全知识,进行急救知识培训和指导。

在室内模拟教学环节,中南大学湘雅医院护理部主任岳丽青率志愿者团队带来一堂实操课程,讲授如何预防溺水、如何施救。在急救技能授课环节,该院第一目击者志愿活动发起人曹晓霞用生动风趣的语言,形象地展示了海姆立克、心肺复苏两种急救方法的技巧。

据了解,自2018年起,湘雅医院第一目击者志愿团队积极开展急救科普知识进学校、进社区、进军营、进机关等活动,以帮助大学生、家长、居民增强防溺水意识,提高异物卡喉急救和心肺复苏等急救能力,目前已举办52场活动,现场参与人员超过1万人次。“防溺水大篷车”志愿活动将深入长沙的乡镇开展多场防溺水公益宣传。

江西省肿瘤医院为基层培训癌症早筛人才

本报讯 (特约记者谭娟 通讯员熊小玲)为培养基层癌症筛查与早筛人才队伍,提高基层医疗卫生机构及体检机构癌症筛查及早筛能力,近日,江西省肿瘤医院(江西省癌症中心)举办慢病健康管理—癌症筛查与早筛技术培训班。

据悉,此次培训班240名学员将进行1周的线下集中理论培训和3周的线下专业(临床、内镜、影像、病理、超声等)理论与实践教学。理论培训包括肿瘤预防、癌症筛查与早筛早治、规范化治疗、康复等内容;实践教学包括现场教学、手术观摩、多学科讨论、病案分析、参观见习等。此外,学员需依托国家培训平台参加线上培训,修完指定课程并考试合格后,可申请中华预防医学会慢病健康管理—癌症筛查与早筛培训项目合格证书和江西省肿瘤医院(江西省癌症中心)进修证。

郑州大学一附院选拔出31名“金种子”

本报讯 (记者李季 通讯员吴文君)近日,郑州大学第一附属医院通过“金种子”人才选拔培养实施办法、实施细则等,搭建“金种子”人才和导师团队的对接平台,并在郑州大学2019级及2020级本科生中选拔出31名“金种子”。据介绍,入选“金种子”人才培养计划的本科生,在完成本科培养方案中的学习任务之余,将在导师团队的指导下跟随临床及科研团队进行见习学习,培养独立从事创新性研究的能力。同时,入选者可提前选修该校硕士生课程,所修学分可作为研究生学习阶段的学分。

今年年初,该院提出“金种子”人才选拔培养计划,成立以党委书记、院长王成增为组长的领导小组,组建43个高层次专家人才领衔的指导教师团队。根据培养计划,该院在郑州大学临床医学“5+3”本硕连读长学制学生中,按照政治坚定、品学兼优、成绩优异、竞赛成绩突出、创新意识强等标准遴选“金种子”人才。

甘肃省第二人民医院开8个特色专病门诊

本报讯 (特约记者王耀 林丽)近期,甘肃省第二人民医院开设首批8个特色专病门诊,为常见病、多发病或疑难疾病患者提供一站式专科专家服务。

首批8个特色专病门诊包括头痛门诊、胸痛门诊、腹痛门诊、便秘门诊、癫痫门诊、眩晕门诊、失眠门诊和多动门诊。特色专病门诊结合医院有关专科特色专长,根据不同病种和患者症状而开设,具有对特定疾病的诊疗经验更加丰富、专病专治能力更加突出的特点,患者可以享受更加规范化、精准化、个性化的诊疗服务。

探访大运村医疗中心

□特约记者 喻文苏 通讯员 白华宇

第31届世界大学生夏季运动会(以下简称“成都大运会”)于7月28日在四川省成都市开幕。大运村医疗中心肩负着为所有“村里人”提供医疗保障服务的职责,目前其运行情况如何,具备哪些医疗保障功能呢?近日,记者来到大运村医疗中心进行探访。

走进大运村医疗中心的门诊区域,明亮简洁的设计让人能够很快看明白各个区域的路径,志愿者们时刻待命。记者了解到,大运村医疗中心有12名经层层选拔的志愿者提供接待、引导和翻译等帮助。

大运村医疗服务副经理王革平介绍,大运村医疗中心建筑面积超过8300平方米,由成都大学附属医院牵头设置运营,四川省32家医疗机构精心选派170余名医护人员组成医护团队,为运动员、大运村工作人员和志愿者等提供日常医疗保障服务和24小时紧急急救服务。医疗中心设有急诊、内科、外科、骨科、运动医学科、皮肤科、口腔科、耳鼻喉科等18个科室,共有50张住院床位,同时具有影像学检查、消化内镜检查、康复治疗训练、心理咨询等功能。

大运村工作人员介绍,随着大运村开村,医疗中心也成为参赛国家和地区代表团常来探访考察的地方,“近段时间陆续有参赛

代表团的队医来到这里,对医疗中心的配置和服务非常满意”。说到代表团队医们最感兴趣的地方,工作人员将记者带到了大运村医疗中心内的“中医药文化展示区”,这里展出了道地中药材、名医药方等。

除了常见伤病的诊疗服务,针对患者突发危急重症的情况,大运会医疗中心也拥有应急预案和强大后盾。在大运村医疗中心的远程会诊中心,医护人员第一时间对接四川大学华西医院、四川省人民医院等定点救治医院的医疗团队进行远程会诊。

成都大运会还针对代表团、技术官员、媒体记者、观众等群体设置了指定医院,相关患者将根据治疗需要被转往大运会指定医院治疗。其中,四川大学华西医院、四川省人民医院和成都中医药大学附属医院提供危急重症患者救治服务,华西口腔医院提供口腔、颌面外科危重症患者救治服务,华西第二医院和成都市妇女儿童中心医院为妇女儿童提供危重症救治服务,华西第四医院和成都市公共卫生临床医疗中心也做好了为中毒患者和传染病患者提供诊疗服务的准备。

王革平告诉记者,除了大运村医疗中心,大运村的各个住宿区设立了医疗点,作为大运村医疗保障的“前哨站”。大运会比赛场馆、训练场馆、主媒体中心和国际大体联酒店设有固定医疗室,配备了医护团队和急救药品、器械等。

据悉,四川省统筹建立由71家医疗机构组成的成都大运会四级医疗保障体系,并在血液应急保障、急救车辆调度等方面做好了准备。



在大运村医疗中心,成都体育学院附属体育医院罗安民副教授(中)、朱宇晨(左)为国际大学生体育联合会官员进行中医诊疗。 黄继超摄

16名非洲医务人员 在江苏学习

本报讯 (通讯员赵黎黎 侯雨萌 记者沈大雷)根据国家卫生健康委的总体部署和江苏省卫生健康委指导,近日,江苏省人民医院(南京医科大学第一附属医院)举办“30个中非对口医院合作机制·非洲医学人才(江苏)研修班”开班仪式。16名来自桑给巴尔基文吉区医院、查克查克医院和埃及艾因夏姆斯大学医院的学员将在江苏进行为期10天的培训,部分骨干学员将进行最长90天的学习,主要内容涵盖急救综合诊疗技术和消化内镜超微创技术。

江苏省卫生健康委副主任鲍军表示,江苏自1964年开始向桑给巴尔派遣医疗队,并在桑给巴尔开展血吸虫病防治项目、宫颈癌筛查项目等公共卫生项目,为中非合作架起了友谊的桥梁。近年来,中非对口合作机制项目也应运而生。今后,江苏将进一步扩大与埃及和桑给巴尔在卫生领域的务实合作,为增进中非人民的传统友谊,构建更加紧密的中非命运共同体作出努力。

江苏省人民医院党委书记丁强表示,本次研修班是新时期中非卫生合作的创新探索,该院将持续深化国际交流合作,按计划推进中非往来交流并举办专科技术培训,为非洲国家对口医院专科发展和骨干人才梯队建设贡献江苏力量。

“一带一路”青年科技人才国际研修班开班

本报讯 (特约记者吴黎)近日,“一带一路”青年科技人才国际研修班(中医药领域、藏医药方向)在青海省西宁市开班。研修班由中国国际人才交流基金会主办,来自巴基斯坦、土耳其、苏丹、摩洛哥等18个国家的110余名外籍学员,以及70余名中国学员参加研修。

据介绍,举办此次研修班旨在进一步推动中(藏)医药科学发展,深化交流合作,加强文明互鉴,积极架起各国之间中医药科技领域的合作桥梁。研修内容主要为藏医药文化、专家重点围绕藏医药治疗风湿病的传承与创新、藏医外治及其创新研究、藏医药对高原病的认识及其诊疗方法、藏医药资源开发与品质形成机制等主题进行授课。

老年病防治 运动处方价值何在

□本报记者 赵星月 郭蕾 实习记者 朱慧 通讯员 孔竞 杨悦 赵满

提及老年健身,有的人会首先想到日行万步坚持打卡的活力老人,或是“闪转腾挪”于健身器械间的强健老人。其实,即使是已出现功能衰退的老人,依旧能从科学健身中获益。7月24日—30日是全国老年健康宣传周。期间,记者来到街头巷尾,走进医疗机构,体验科学健身如何助力老年健康。

运动成为老龄生活的重要组成

在北京医院老年医学科副主任李晶的诊室里,当她询问老年患者是否有运动习惯时,往往得到的是不假思索的肯定回答。

随着健康老龄化的观念深入人心,运动成为老龄生活不可或缺的重要组成部分。健步道上、广场上、公园里都活跃着老年人的身影。《2020年全国健身活动状况调查报告》显示,老年人每周参加1次及以上体育锻炼人数比例已达48.0%。

《调查报告》显示,在老年人参加的运动项目中,健步走占比将近一半,达41.6%。这与李晶的观察一致,“老年人往往执着于某一种运动项目,却忽略了多元运动的概念”。

“更多老年人仅把运动看作是一种生活方式,并未意识到它作为治疗手段的作用。”李晶说,运动干预因其接受度高、成本低廉、实施难度低、适用场景广等特征,呈现出显著的治疗优势和广阔的应用前景。“一个弹力带,一个矿泉水瓶,都可以作为运动器材,养成规律的运动习惯,将有助于减缓肌肉和骨质流失、减少损伤、提升身体柔韧性、提升身体平衡能力,最终预防和延缓失能发生。”李晶说。

今年6月,中华医学会老年医学分会护理学组、中国老年保健医学研究会老年医学护理分会、中国老年护理联盟、国家老年医学中心、中国医学科学院老年医学研究院联合发布《老年人失能预防运动干预临床实践指南(2023版)》。该《指南》包括运动原则、不同类型运动的效果和计划、运动过程中的促进因素和障碍因素等在内的18个临床问题和32条推荐意见。

“《指南》既对老年人运动的细节问题予以解答,比如进行抗阻运动时,不同肌群的训练顺序如何安排;也更注重中国老年人的偏好,突出本土化特点,比如在推荐的有氧运动中,将气功、八段锦、太极等纳入其中,提供了多种选择。”李晶说。

李晶解释说,一份科学、适度、有效的老年运动方案,需兼顾力量、心肺耐力、柔韧性和协调性的锻炼。与此同时,不同疾病状态下的老年人,运动干预方式不尽相同,需识别运动潜在风险,避免不良事件发生。“科室所收治的老年患者,均需接受综合评估,在此基础上,由多学科诊疗团队开具运动处方。以最常见的肌少症为例,强度较低的健步走,并不能改善患者的日常活动能力,更有效的运动干预方式是抗阻运动。因此,没有专业评估,就难形成有针对性的运动干预。”

运动处方就是一份个体化指导方案,在充分考虑老年患者的生理特点、心理特点、社会需求后,为其规划出最适宜的运动项目、强度、频次、持续时间,以达到最理想的干预效果。

然而,运动干预不似打针吃药立竿见影,需较长的治疗周期,完全依靠综合医院尚存难度。在李晶看来,有效的运动干预需满足3个条件:面对面训练,以提高运动干预的依从性;小组式训练,以提高运动干预的针对性;集中式训练,以提高运动干预的周期性。

“这3个条件恰恰可发挥基层医疗卫生机构的组织力和执行力。由居民们熟悉且信任的全科医生执行上级医院所开具的运动处方,或是未来运动干预的主要途径。”李晶说。

卧床老人同样可从运动中获益

运动获益并非活力老人的专属,即使对于卧床老人,合理运动仍可产生延缓失能的干预效果。

北京医院老年医学科曾收治了一名年近九旬的老人。“乳腺癌中晚期、慢性白血病、肺动脉高压……”该科病房副护士长张洁边细数老人的病边回忆道,“收住院时,这位老人整个人瘫软在病床上,与人交流也很淡漠。”

经一段时间的对症治疗,老人闯过了鬼门关,但仍无法下床活动。这时,多学科诊疗团队介入,为老人制订康复方案,开具运动处方。而家属并

未抱有更高期望,开始为老人置办失能老人专用的升降护理床。

随后的3个多月里,康复治疗师陪伴在老人身边,指导她进行康复训练。张洁的手机里留有老人康复治疗期间的视频。视频中,老人略显吃力地抬着哑铃,含糊不清地喊着口号。“抬举哑铃是上肢抗阻训练,配合‘抬、举、抬、举’的口号,目的是同步锻炼心肺功能。”张洁解释。

随着运动干预的开展,老人的躯体功能日渐好转,家属为老人出院所准备的辅具,也从护理床换到轮椅,最后临出院时,换成了助行器。“老人已能在助行器辅助下独立行走。”张洁说,老人的躯体功能改善后,家属的照护负担也相应减轻。

运动干预不仅作用于躯体功能的好转,更作用于治疗信心的增强。张洁对因肺部重度感染而极度消瘦的文老记忆犹深:“他总揣着一个本子,随手写几笔住院日记。”

入院没多久,文老就记下一句随感:“痛苦生活不如欢乐死去,人都有这样的过程,你不能……”

“没写完,多半是体力不支,但意思基本也能猜到了。”张洁深知,老人所流露的消极情绪,缘于躯体功能每况愈下。

待文老的生命体征趋于平稳后,多学科诊疗团队介入,运动干预提上日程。“文老非常虚弱,他的康复训练是从最简单的胸腹式呼吸开始。”张洁介绍,进行胸腹式呼吸时,康复治疗师轻轻触碰文老两侧的胸廓,让文老感受胸腔的位置,引导他吸气、呼气,通过胸腔有节奏地扩张和缩小,达到锻炼心肺功能的目的。

从胸腹式呼吸到抗阻训练再到负重训练,文老在半年多的运动干预中逐渐恢复着躯体功能。“某天,护士们发现,文老又在小本上划划写写。”张洁告诉记者,这次文老写下这样一句话:“生命不止,运动不息。”

在基层探索医结合服务模式

正如李晶所言,基层医疗卫生机构具备提供运动干预的显著优势,部分社区卫生服务中心正探索发挥科学健身在健康促进、慢病预防和康复等方面的积极作用。

上午9时刚过,北京市海淀区学