



仁爱 敬业
务实 创新

嘉興一院報



“健康嘉兴”微信平台



嘉兴市第一医院微信公众号

2019年7月第7期 (总第82期)

主办单位:嘉兴市第一医院 地址:嘉兴市中环南路1882号 总机:0573-82082937,82519999 门诊预约电话:0573-82153018 医院地址:www.jxdyyy.com E-mail:wmyy2004@163.com

争先创优,勇于担当 吹响“三甲”复评攻坚冲锋号



7月26日晚,我院在嘉兴学院梁林校区召开“三甲”复评攻坚动员大会。院领导班子、职能管理科室全体干部职工,临床、医技、后勤科室主任、护士长、党支部书记、医疗组长、护理责任组长、医技责任组长、党小组长、质管秘书、科室骨干等千余人参加会议。副院长王正安、王黎恩分别主持会议。

会上,由党委书记钱钢宣读《关于调整“三甲”复评领导小组的通知》,院长姚明部署“三甲”复评十大攻坚任务和“三甲”复评工作的进程安排,纪委书记、副院长钱建萍宣读《嘉兴市第一医院“三甲”迎评工作奖惩办法》,副院长邵平扬宣读《关于成立“三甲”复评督查小组的通知》。

钱钢书记作动员讲话。他传达了市卫生健康委党委书记、主任王伟荣同志在全市卫生健康委系统第四周期等级医院评审动员推进大会上

的讲话精神。他指出,此次“三甲”复评是当前工作的重中之重,对于加强科室管理,提升服务质量,保障医疗安全,树立医院品牌,促进医院更好更快地发展具有重要意义。他强调,全力通过“三甲”复评的五个必然要求,一是不辜负市委、市政府和广大职工的厚望,助力嘉兴学院创建国内一流大学的必然要求;二是为把嘉兴打造成健康中国样板地作出“嘉一”贡献的必然要求;三是贯彻市卫生健康委对区域医疗发展战略部署的必然要求;四是以优异成绩迎接建院百年的必然要求;五是推进医院自身健康长远发展的必然要求。因此,全院干部职工要凝聚共识、坚定信心,增强“三甲”复评的认同感和使命感;要上下一心,通力合作,全力以赴服务医院大局;要深入理解,直面挑战,通过全院干部职工的拼搏,确保“三甲”复评顺利通过。

随后,姚明院长与科主任代表签订“三甲”

复评目标责任书。

会上,心胸外科主任戚维波、急诊科主任曹伟中、病理科主任郭万新作“三甲”迎评科室经验介绍,大内科主任张齐、大外科主任徐鹿平作迎评表态发言。他们一致表示,将以认真的工作态度、饱满的工作热情、优异的工作质量,带领科室圆满完成迎接“三甲”复评的各项任务,齐心协力奏响嘉一“最强音”。

此次大会的召开,强化了全体干部职工做好“三甲”复评工作的责任感、紧迫感和使命感,对做好迎评准备工作起到积极的推进作用。全院上下将全力以赴,以评促建,以创先争优、勇于担当、时不我待、砥砺奋进的姿态,脚踏实地抓落实,攻坚克难促提升,推动医院全质量管理体系走向更规范、更标准、更科学之路,为医院高质量发展夯实基础。

(宣传统战部)

喜讯

我在全市医学重点学科建设 榜单上名列前茅

在近日嘉兴市卫生健康委公布的市医学重点学科建设计划名单上,我院斩获颇丰,22个学科获得全市医学重点学科,其中支撑学科12个,扶持学科6个,创新学科4个,超全市60个重点学科的三分之一。此外,针灸学和中西医结合皮肤病与性病学科被纳入中医药重点学科建设计划。

医学重点学科是以科学研究、技术创新、人才培养、成果转化为主要内容,在本地区医疗卫生事业发展中发挥较强科技人才支撑作用,具有领先优势和示范效应的医学学科。能在这一轮全市重点学科建设计划中取得如此佳绩,是近年来我院贯彻“科技兴院,人才强院”战略,创新发展、提高核心竞争力的表现,更是医院在“医教研管”各领域全面发力、快速进步的最好见证。

今后,我院将全力支持和督导各个重点学科进一步凝练主攻方向,完善建设方案,明确建设目标,切实保障各学科建设计划顺利实施并取得预期效果,达到以重点学科建设为抓手,进一步提升医疗技术水平、扩大学科影响力的效果,提高综合服务能力,保障人民健康。

(宣传统战部)

国家感染性疾病临床研究中心 首批核心单位花落我院

近日,在“国家感染性疾病临床医学研究中心”工作会议暨核心单位授牌仪式上,我院成功入选为首批核心单位,副院长钱建萍上台授牌。

“国家感染性疾病临床医学研究中心”落户于浙江大学附属第一医院,由中国工程院院士李兰娟教授担任中心主任,得到了科技部、国家卫生健康委、中央军委后勤保障部、国家药监局联合发文认定,代表了国家临床研究的最高水平。

我院一直以来致力于感染性疾病科的建设和发展。2017年8月,我院就成立了嘉兴市肝病研究所,并与李兰娟院士及其临床、基础研究及信息专家团队成功签约,特聘其为肝病研究所顾问。近两年来,双方建立了良好的合作关系,医院不断拓宽与李兰娟院士团队、树兰医疗集团多层次、多渠道的合作,显著提升了肝病的诊疗水平。

我院作为全市感染性疾病防治定点医院,传染病学(感染科)一直是市级医学重点学科。此次成为“国家感染性疾病临床医学研究中心”首批核心单位,我院将借助研究中心的良好平台,不断学习,加强合作,全面提高感染性疾病防治水平,进一步保障嘉兴地区百姓健康。

(宣传统战部)

医院简讯

▲7月20日,我院顺利承办2019·南湖智慧医疗信息发展论坛。(宣传统战部)

▲7月23日,我院召开2019年“嘉一医联体”新增理事单位签约暨VTE防治联盟工作推进会议。(宣传统战部)

▲7月26日,嘉兴市卫生健康委主任王伟荣、副主任李金大来院进行高温慰问。(宣传统战部)

医心向党

规范党建,提升组织力

——党务干部培训班举办

7月28日,院党委举办为期一天的党务干部培训班。本次培训班的召开,是在贯彻中央及省市上级党委《关于加强公立医院党的建设工作的实施意见》精神,实行党委领导下的院长负责制,完成党建工作内设机构和新一届党支部换届选举后,为进一步增强党建规范化水平,提升基层党建组织力而举办。

上午的培训课程由院长、党委副书记姚明主持。院党委、纪委、工青妇组织负责人、党建工作内设机构负责人及全体新一届支部委员会成员、党小组长共计200余人参会。

党委书记钱钢主讲《做一名新时代的优秀党务工作者》。钱钢书记代表院党委对上一届支部委员会所做的各项工作,以及在党建和思想政治工作、服务党员和群众、政治保障等方面所取得的成绩表示感谢,并向新当选的支部书记、委员表示祝贺。同时,他对新一届支部委员会提出要求:一是要认清形势,提高对党建工作重要性的认识;二是要加强学习,掌握基层党建工作的理论方法;三是要以上率下,勇做“双强双争”

的先锋模范;四是要勇于探索,开拓新时代党建工作的新局面。他强调,在接下来的等级医院评审等医院重点工作中,全体党务干部要讲奉献、敢担当,要以身作则,尽职尽责、敢管肯干,发挥先锋模范作用,进而带领全院党员和职工,携手共进,奋力冲刺,确保“三甲”复评顺利通过。

纪委书记、副院长钱建萍主讲党内系列法规条例。重点解读党的政治纪律、组织纪律、廉洁纪律、工作纪律、群众纪律、生活纪律“六大纪律”,带领党务干部深入学习《党员纪律处分条例》,并告诫广大党务干部要严守党的纪律,以身作则,做好表率。随后,对全体党务干部进行集体廉政谈话,要求提高政治站位,认清反腐形势;强化责任担当,履行党风廉政建设和行风建设主体责任;提高个人修养,做到廉洁自律。每位党务干部都应切实增强纪律意识,把党规党纪刻印在心里,做到讲规矩、守纪律、知敬畏、明底线,以实际行动做到忠诚担当,为“清廉医院”建设贡献自己的力量。

会议还特邀相关专家解读《中国共产党支

部工作条例(试行)》,开展基层党支部规范化建设指导。从学习党务工作基础知识、如何开展“三会一课”等方面入手,对党务干部的整体素质、工作水平进行强化,并对党务工作提出六点建议:一是建堡垒增本领;二是抓队伍补活力;三是践宗旨夯基础;四是强教育重实践;五是勇革新重实效;六是长公开爱监督。

下午的会议由组织人事部主任杨美其主持,会议邀请嘉兴市出入境边检站三位曾参加国际维和任务的民警对新一届支部委员、党小组长、预备党员、入党积极分子作微党课。随后,院党委委员、宣传统战部主任俞新红作2019年度党建工作要点和党支部考核细则培训,组织人事部主任张燕萍作“智慧党建”培训。

打铁还需自身硬,党务工作者更需要高标准严要求。此次培训会的开展,进一步提高了全院党务干部的政治站位,掌握基层党建工作方法,规范党支部建设,以此着力打造一支新时代高素质专业化党务工作者队伍,为我院的长远发展提供强有力的组织保障。(组织人事部)

清廉医院

我院举行第二批特邀监察员聘任仪式

为进一步推进清廉医院建设,充分发挥特邀监察员的作用,根据网格化监督管理要求,经院党委讨论同意,对特邀监察员队伍进行调整。7月25日,我院召开首批特邀监察员半年度工作例会和第二批特邀监察员聘任仪式,党委书记钱钢、纪委书记钱建萍出席。

半年度工作例会上,钱建萍书记向首批特邀监察员通报上半年清廉医院建设推进情况,并就第一季度特邀监察员反映的问题整改情况进行反馈,同时听取特邀监察员廉情报告。钱建萍书记对首批特邀监察员表示感谢。她指出,监察员们

自去年8月上任以来,在网络内积极开展廉政教育,为医院党风廉政建设和行风建设提出很多宝贵意见和建议,为清廉医院建设作出积极贡献。在聘任仪式上,钱建萍书记向新一届特邀监察员介绍网格化监督管理工作情况并作工作部署。钱建萍书记对特邀监察员提出期望,要求认真履行上传下达、廉政教育、警示提醒、情况报告、协助调查等工作职责,协力推进清廉医院建设。

党委书记钱钢在会上强调,聘请特邀监察员是加强公立医院党建工作,深化党风廉政建设和行风建设,推进清廉医院建设的重要举措,也是

建立健全监督机制,开展网格化管理工作的具体体现,既是一种荣耀,更是一份责任。钱钢书记对特邀监察员提出三点要求:一是进一步提高思想认识,认清特邀监察员工作对党风廉政建设、清廉医院建设以及医院健康发展的重要性,加强学习,提高站位,务必做好;二是进一步树立担当意识,增强责任心和使命感,主动收集民情民意和问题线索,充分发挥好参谋咨询、桥梁纽带、教育引导和监督促进作用,务求实效;三是进一步强化廉洁自律意识,提高自身修养,树立良好形象,成为遵纪守法、规范诊疗和优质服务的楷模,为

医院的建设与发展贡献自己的一份力量。

自去年11月启动清廉医院建设以来,我院积极构建党风清正、医风清新、院风清朗的生态环境,相继建立“阳光谈判室”和医药代表接待管理办法,开展“无红包”医院“无红包”科室创建、医德医风廉政查房、内部审计廉情分析会、正风肃纪专项行动、党委委员进支部上廉政党课、廉政谈话、优秀护士和五四青春代言人先进典型选树宣传,举办社会行风监督员座谈会、党风廉政专题讲座、圣心文化讲坛等,在院内积极营造清廉文化氛围。此次特邀监察员的聘任,为监察员队伍注入新的血液,为清廉医院建设添砖加瓦。

(纪检监察室)

护理创新成果登上2019年国际护士大会

今年6月末,ICN国际护理大会在新加坡隆重召开。我院护理部王黎梅主任、心血管内科费叶萍副主任携创新成果(改良声门下分泌物吸引技术的效果、新型压迫固定装置在永久性起搏器植入术后患者中的应用),在本次国际护士大会上进行了学术交流。

国际护士会(ICN)成立于1899年,是一个由130多个国家护士协会组成的联合会,代表全世界数千万护士。ICN国际护理大会是护士最大的国际论坛,是世界级国际护理大会。本次会议由新加坡护士协会承办,来自全球140余个国家和地区的5000多名护士代表齐聚狮城,以“跨越医疗,守护健康”为主要议题,通过大会演讲、分论坛研讨及壁报交流等形式,探讨、分享各成员国或地区护理工作者在促进人人享

有健康目标实现过程中的研究成果与经验。中华护理学会理事长吴欣娟率领700余名中国护士代表团参加了本次护理盛会。

在壁报展示期间,王黎梅主任、费叶萍副主任携创新成果与多位来自各国的专家们交流探讨,深刻认识到在护理创新研究方面,仍有很大的进步空间。而近距离接触国际护理领域的专家,了解他们的研究成果,学习他们的研究思路,也让两人受益匪浅,感到非常荣幸。

此次新加坡之行令两位护士收获满满,不仅拓展了知识,锻炼了学术交流的能力,也进一步清晰地认识到自身学术、创新水平与国际前沿之间的差距。未来,嘉兴护理团队将继续开拓进取、改革创新,努力探索,以期获得更多成果,为医院护理事业的发展贡献力量。(护理部)

■援贵报道

远程“会诊+培训”助力医疗精准帮扶

7月4日,我院远程会诊中心内济济一堂。医院VTE(静脉血栓栓塞症)防治中心组织血管外科、重症医学科、呼吸内科、放射科、心电科、超声科等各科专家,为远在千里之外的贵州普定县人民医院一位63岁“诊断疑难”的患者进行多学科联合远程会诊。

上午10点,远程会诊准时开始。在听取了普定县人民医院医务科相关负责人和经管医生介绍的患者病史后,放射科副主任韩俊、心电科主任黄玥、超声科副主任全丽娟等专家对患者的各项影像检查资料进行了远程阅片分析,血管外科副主任沈兰、重症医学科副主任马肖龙等专家在充分讨论病情后为患者作出了“高危急性肺栓塞”的病情诊断,并就这位患者的疾病成因、病情进展、诊断与鉴别诊断、用药治疗、介入

治疗等方面对普定县人民医院的同道们进行远程指导,令普定的医务人员获益匪浅。

在进行远程会诊的同时,为了使该院更规范、更系统地开展院内VTE防治工作,我院质量管理科科长朱良枫围绕VTE防治的基本概念、防治的必要性、防治体系的建设等方面,为普定的临床医护人员和行政管理人员开展了首场VTE防治体系建设的远程培训课。

借助远程会诊系统,我院成功实现了嘉兴-普定两地远程影像、心电、超声的图像传输共享、远程MDT会诊、远程培训等功能,架起了双方快捷沟通的桥梁,为医疗对口帮扶工作开辟了新途径、新方法。随着此项工作的不断推进,必将给普定百姓带去更多福音。

(质量管理科)

■最多跑一次

我院“用血直免”迎来首位受益者



很多献过血的朋友应该都知道,献血者及其亲属可以减免用血费用,但以往的流程是先付费、再报销,而且因为不熟悉报销政策和流程,有时候需要多次往返才能完成报销。

“没想到只要带上必要的证明材料,到窗口签个临床用血费用减免承诺书,就可以把血费减免掉了,不用再特地跑到血

站去办报销手续了,这个服务真方便!”7月16日,在住院部出院结算窗口,患者家属蒋先生赞不绝口地说道。蒋先生的母亲金阿姨(化名)近日因为“右股骨粗隆间骨折”在我院9A病区(骨科一)接受治疗,在手术及治疗过程中,一共输注了400ml血浆和5个单位的悬浮红细胞。7月16日,金阿姨恢复良好,顺利出院。

办理出院手续的同时,蒋先生带着身份证、户口本、献血证明等材料,在出院结算窗口,签署了一份临床用血费用减免承诺书,工作人员则在嘉兴市临床用血直免系统中将各类材料拍照提交。根据相关标准,蒋先生当场就拿到了880元的用血减免费用。

过去,无偿献血者或其直系亲属用血后,需要携带医院出具的用血发票和清单、无偿献血证、身份证、关系证明等材料到献血管理机构进行手工报销,难免需要来回奔波,办理周期较长。今年,浙江省医疗卫生服务领域“最多跑一次”改革将“用血服务不用跑”列入十大项目之一,这也是嘉兴卫健系统积极践行“最多跑一次”所重点落实的改革内容之一。

今后,浙江省内所有无偿献血者及其亲属在我院用血后,均可直接在医院按规定“一站式”减免用血费用。这项举措不仅为献血者免去了报销路上的来回奔波,也大大消除了以往“献血容易报销难”的误解,切实提高了无偿献血者的获得感、荣誉感和归属感。

(宣传统战部 章鸣泽)

狙击血栓,打响“生命之河”保卫战

为进一步深化医疗联合体建设,构建新型城乡一体化医疗服务体系,7月4日,我院静脉血栓栓塞症(VTE)防治联盟签约仪式在平湖市中医院顺利举办,该院成为首个联盟成员单位。我院副院长王正安、质量管理科科长朱良枫和副院长杨林斌、血管外科主任许浏、外联办主任魏国彪等出席,平湖市中医院党委书记陆照林等院领导及干部出席仪式。

静脉血栓性疾病涉及多个学科和专业,该疾病症状不典型,容易漏诊、误诊,住院患者存在发病风险,尤其是致死性肺栓塞的频繁发生,是住院患者的重大安全威胁。平湖市中医院为提高医护人员对VTE的认识和警惕性,早期识别高危患

者,提升血栓风险的评估、筛查和防治水平,经过前期沟通和衔接,正式加盟我院静脉血栓栓塞症(VTE)防治联盟。

作为首个联盟成员单位,平湖市中医院今后将充分依托我院VTE防治联盟,建设并完善VTE防治体系,强化多学科协作,加快学科建设和人才培养,降低患者的VTE发病风险,不断提升住院患者的安全水平。而我院静脉血栓栓塞症防治联盟的建立,将以构建区域性VTE防治网络为宗旨,携手县级医院和基层医疗机构,通过开展业务培训、远程会诊、双向转诊等,共同提升VTE的防治能力,构建VTE防治体系,发挥VTE防治联盟辐射作用。

王正安副院长和血管外科主任许浏主任医师在仪式上作《院内VTE防治体系建设》和《VTEACCP指南解读及典型病例分享》讲座,紧密结合院内VTE防治体系建设、VTE预防及治疗措施和典型案例等内容,深入浅出介绍了我院临床一线的血栓管理和防治经验。

VTE防治联盟的建立,有利于区域内VTE防治水平的提高,同质化提升临床医护诊治能力,造福更多血栓患者。未来,我院将在五县(市)两区范围内,积极联系基层医疗单位,不断吸收、接纳新联盟成员,进一步充实VTE防治联盟,助力“健康嘉兴”建设。

(宣传统战部 诸胜涛)

■双下沉

刘加良团队呼吸科工作室落户王店

贯彻国家卫生健康委新医改精神,深入开展医联体建设,7月5日,我院与医联体单位王店人民医院再度牵手,成立“医联体合作项目——刘加良团队呼吸科工作室”。我院副院长王正安、呼吸内科顾问刘加良、大内科主任兼呼吸内科副主任张齐、外联办主任魏国彪,王店人民医院院长屠卫东、副院长山惠明以及相关科室负责人出席签约揭牌仪式。

我院呼吸内科是嘉兴市医学重点学科,学科规模大,病种齐全,在本地区拥有较高的认可度和美誉度。王店人民医院作为区域内唯一一家二级乙等综合公立医院,呼吸科也是该院重点发展的学科。为进一步满足当地群众的健康需求,我院选派市呼吸内科知名专家刘加良主任医师带队,在该院开设“刘加良团队呼吸科工作室”,协助该院进一步加强呼吸专科建设,提升区域呼吸道疾病诊治能力的同时,也为医联体的共建新模式作出有益探索。

“刘加良团队呼吸科工作室”成功签约后,刘加良主任医师及其团队将于每月第三周的周日上午在王店人民医院坐诊,让王店患者在家门口就能享受到高水平的专家诊疗服务。除此之外,专家团队还将下沉开展业务查房、授课指导、技能操作培训等,积极推进适宜医疗技术资源下沉的同时,提升王店人民医院呼吸科医务人员的医疗服务能力与技术水平。

(宣传统战部 诸胜涛)



医联体“糖尿病工作室”落户城南



7月5日,我院与医联体共建单位——城南街道社区卫生服务中心联合成立医联体首家“糖尿病工作室”。我院副院长王正安,经开区社发局副局长章红亚,内分泌科副主任周强、外联办主任魏国彪,以及城南街道社区卫生服务中心主任杨建中等出席揭牌仪式。

糖尿病作为一种慢性病,是现代人人群中发病率较高的疾病,其慢性并发症具有危害性和隐匿性,所

以科学管理尤为重要。但是,很多糖尿病患者,尤其是基层糖尿病患者缺乏健康的生活行为模式,难以做好对糖尿病的管理。为更好地满足基层糖尿病患者及相关内分泌代谢疾病病友的就医需求,我院医联体合作项目——“糖尿病工作室”在城南街道社区卫生服务中心应运而生。一方面既推进了国家分级诊疗建设,另一方面也符合大多数糖尿病患者医院门诊或居家治疗的特征,便于社区卫生服务中心

开展上门服务、日常治疗和随访等。

今后,我院将下沉医疗资源,由内分泌科周强副主任医师及其团队,在每月单周三上午定期坐诊,对糖尿病患者实施诊断、治疗、教育及慢病管理;开展教学讲课、临床带教、疑难病会诊、开展新技术等多种形式的活动,提升基层家庭医生的糖尿病防治和管理能力,提高基层糖尿病诊疗水平;协助城南街道社区卫生服务中心在金穗社区组建“糖友俱乐部”,开展个性化和互动化的治

疗服务,延缓或减少糖尿病并发症的发生,提高患者生活质量。大手牵小手,我院凭借着自身综合实力,不断创新医联体建设方式,通过下沉医疗资源,帮助城南街道社区卫生服务中心等基层医联体单位,加强相关学科建设,提升医疗服务水平的同时,让群众实现在家门口享受三甲医院专家优质医疗资源,提升患者就医获得感。

(宣传统战部 诸胜涛)

一颗菩提子,一夏无湿气



江南的夏季湿气颇重,对付这湿气,有一种好东西,没错,那就是薏苡仁。薏苡仁顾名思义就是薏苡的种仁,薏苡是一种古老的食药两用之品,《神农本草经》将它列为上品。

《本草纲目》介绍:“薏苡有二种,一种粘牙者,尖而壳薄,即薏苡也,其米白色,如糯米,可作粥饭及磨面食,亦可用米酿酒;一种圆而壳厚,坚硬者,即菩提子也。……其根并白色,大如匙柄,味甘也。”这里提到的菩提子就是我们现在说的“薏苡仁”,薏苡仁由于形似珍珠,所以有很多与珍珠有关的别名,比如菩提珠、股念珠、薏珠子、珍珠米等。

薏苡仁的药用最先记载于《神农本草经》,其主治谓:“主筋急拘挛,不可屈伸,风湿痹,下气。久服轻身益气。其根下三虫。”在其他的古籍中还有“主肺痿肺气,吐脓血,咳嗽涕唾上气”、“利肠胃、消水肿,令人能食”等记载。薏苡仁还有促进孕妇分娩,母子肌肤美艳的作用。《妇人良方》记载:“治孕中有痲,薏苡仁煮汁,频频饮之。”说明薏苡仁有健脾和胃与利水消肿的作用,对于减少孕妇的食欲不振、恶心、浮肿等症状颇有裨益。

现代教材中认为,薏苡仁的功效为利水渗湿、祛湿除痹、健脾止泻、清热排

脓。对于水肿脚气,小便不利,风湿痹痛,筋脉挛急,肺癰肠痈,脾虚泄泻等病症,均有实际效用。

薏苡仁煮粥,在古方中就有很多记载。如《食医心镜》:“薏苡仁为末,同粳米煮粥,日日食之,良。”《本草纲目》:“消渴饮水,薏苡仁煮粥食之。”《三福丹书》:“薏苡仁粥补脾益胃。”因此,对于久病体虚、老人幼儿,用薏苡仁煮粥服用,颇有裨益。常见的薏苡仁粥有与粳米同煮,也有与绿豆、百合、莲蓬等同煮,有清火、安神、补虚的作用。

(中医针灸科 胡天焯)

夏季瘙痒难耐怎么破解

夏天,骄阳似火,万木葱茏,本是个出游、秀身材的好季节,然而“瘙痒”却随之而来——当你吃着冷饮唱着歌时,却发现双手水疱蜕皮、痒痒难耐;当你度假归来余兴未尽时,却发现背部、双腿长满红色疙瘩、奇痒难忍;又或身上长了大片红斑,遇热则痒……你是否为此烦恼?事实上,这些都是夏季常见的痒痒性皮肤病,皮肤科医生可为你一一化解。

一、汗疱疹

天气热起来后,很多人双手手指侧面出现水疱,蜕皮,伴有不同程度的痒痒感,严重的手掌、足底也出现类似情况,出现这样症状很大可能是患上了汗疱疹。汗疱疹病因较复杂,与过敏性体质、精神状态、真菌感染、日晒、多汗、接触过敏原均有关系。患者应注意休息,

精神上要放松,减少日晒、剧烈运动,尽量避免化学物品及镍、铬等金属的接触。治疗上可口服抗组胺药物,外用炉甘石洗剂或糖皮质激素霜剂,症状严重的还可以短程服用泼尼松,蜕皮严重的可外用尿素霜等。当然,是否汗疱疹需要由专业的皮肤科医生做出诊断。

二、丘疹性荨麻疹

丘疹性荨麻疹是夏季最常见的皮肤病之一,主要表现为四肢伸侧、背部、腰部、踝部等部位出现红色疙瘩,痒痒明显,甚至越抓越痒。该病主要病因就是昆虫叮咬,其中以螨虫、跳蚤及臭虫最为多见。患者可寻找昆虫叮咬的源头,如外出旅游者,常有去海边、爬山、漂流史;未外出旅游的,常有换凉席、打扫房间、晚间散步史。该病也与个体的敏感性有关,儿童、体质较差

者更容易出现,而有的人可出现“耐受反应”,这就是很多时候同睡一张床的两个人,却只有一个人发病的原因。容易出现丘疹性荨麻疹的人,外出时应减少肢体暴露,避免接触脏、乱、差的环境;考虑席子上螨虫所致的,席子应烫洗、暴晒,而不是简单的擦拭,如怕损坏席子,可以在席子上铺一层干净床单,也可起到一定效果;而对于家庭内的卫生死角,可适当使用杀虫剂。丘疹性荨麻疹的治疗还是以减少搔抓、对症止痒为主。

当然,夏季的皮肤病还有不少,如隐翅虫皮炎、玫瑰糠疹、日晒伤等等,如病情对你造成困扰,可及时至皮肤科专科就诊,切忌乱用药膏及反复搔抓导致症状进一步加重。

(皮肤科 吴云)

大吃大喝易导致胃食管反流

夏意渐浓,越来越多的人喜欢夜幕降临后在街边小摊大快朵颐,左手龙虾,右手烤肉,配上一扎冰啤,简直不能再满足。然而,及至深夜,洗漱完毕,正准备躺下,突然感到腹中一阵难受,一股难以描述的烧灼反酸感涌上心头,让你猝不及防,折磨得你久久无法入睡。如果这种情景你“似曾相识”并多次出现,那么请注意,可能是胃食管反流病找上门了。

什么是胃食管反流病?顾名思义,胃食管反流病就是在各种因素作用下,十二指肠内容物反流至食管,引起一系列反酸、烧心、嗝气、胸口疼痛等不适症状。它包括三种类型,其中最为人所熟知的是反流性食管炎。胃食管反流病在国内的发生率约在4%-6%之间。

为什么会得胃食管反流病?需要明确的是,正常人本就在防止胃内内容物

进入食管的抗反流机制。其中,位于食管和胃连接部的下食管括约肌起到了关键作用。在包括饮酒、大量饮用咖啡、浓茶、暴饮暴食,过食甜食等多种因素作用下,食管下段括约肌压力降低或出现一过性松弛,伴随食管清除能力下降,就容易发生胃食管反流。胃食管反流病最典型的症状就是反流和烧心,也有可能表现为胸痛、吞咽困难、腹胀嗝气、咽喉部异物感等症状。

需要做哪些检查?对于首诊患者,推荐胃镜检查。考虑到我国是胃癌和食管癌高发国家,此举目的首先在于排除消化道恶性肿瘤,尤其对于伴随消瘦、黑便、贫血症状的人群。其次也用于评估食管黏膜情况,以指导临床用药。除此之外,食管反流监测也是胃食管反流病的有效检查方法,它更直观地提供反流相关数据,对于治疗方案的制订有一

定的帮助。

胃食管反流病如何治疗?主要包括缓解症状和预防复发两部分。非常关键,却又非常容易被人们忽视的一点,就是生活习惯的调整:戒烟酒,减轻体重;限制咖啡因、酸辣食品、巧克力等食物的摄入;避免进餐后即躺卧,不穿紧身衣,适当抬高床头10-15cm(注意不是枕头抬高);睡前3小时避免进食,减少夜间食物刺激引起的胃酸大量分泌。第二,就是药物治疗,包括抑酸剂、促动力药物、情绪调节剂等。抑酸剂在其中扮演着贯穿始终的首要作用。第三,胃食管反流病预防复发的治疗因人而异,目前常见方案是小剂量抑酸剂长期维持,但对于部分用药效果明显,症状迅速改善的人群,可以在专科医师建议下,按需治疗。

(消化内科/15A 王霄腾)

正确解读体检报告

近年来,随着健康生活理念的广泛普及,广大市民对于自身健康的关注度也逐渐提高,定期健康体检的人也越来越多。那么,当您拿到一张体检报告,应该如何正确解读?

首先,要有一个良好的心态,客观理性地看待体检报告,体检能发现一部分疾病,但不能发现所有的疾病;看体检报告不能断章取义,只看自己感兴趣的信息,要全面分析。

有了良好的心态,您就可以开始细读报告。一般体检报告会先罗列您的个人基本情况,接下来是体格检查。体格检查中需要关注血压、心肺的听诊和腹部的触诊。体格检查之后就是实验室检查,包括血、尿和粪三大常规、生化分析、乙肝三系、血肿瘤指标,可能还会有甲状腺功能、幽门螺旋杆菌检测等。这些报告如有异常,均会有箭头标识。以血

肿瘤指标为例,指标高到多少算高?算是有肿瘤的可能,比如癌胚抗原正常参考值0-5,那检查出来6,会不会得肿瘤了?遇到这些情况,您不能自乱阵脚,应该及时向专业的医生答疑解惑。实验室检查后是CT、B超和心电图等辅助检查,以目前比较常见通过胸部CT检查出的肺结节为例,报告中会详尽列出结节的大小、形态、与周围组织关系等信息,市民可以通过查看这些信息,对结节的情况有初步的判断,当然最可靠还是咨询呼吸内科、心胸外科的专业医生。

当您看过自己的体检报告后,对异常的项目应该及时标注,有必要时可以复查,或是动态观察其变化,或是排除实验室的误差。当然,最可靠的途径还是咨询专业医生。

(呼吸内科 刘斌)

关注老年性耳聋

在老年人群中,听力障碍的发病率为30%-60%,中国老年性耳聋患者至少占老年人群的1/3以上,城市发病率高于农村。临床上将老年开始出现的、双耳对称的、渐进性的神经性耳聋称为老年性耳聋。病理表现为内耳神经组织的萎缩退化,如听神经、听觉中枢的退化。

老年人患耳聋者,大部分是中年以前就已有听力障碍。引起听力障碍的疾病,有的已经停止发展,听力维持原来的程度,不再继续下降,但有些疾病如常见的慢性化脓性中耳炎等,病情未得到控制而随年龄的增长继续发展和恶化,听力继续下降的同时还会产生并发症。

耳聋会给老年人带来很多危害:1.生活质量下降,听力下降后老人们会觉得周围的世界逐渐离自己越来越远了,听不清听不见的现象使得老人们慢慢的变得不愿与人沟通,出现心情烦闷,渐渐变得孤独。2.老人听力下降后会以为周围的人们听力和他一样,在讲话时会不知不觉提高音调和音量,或者在看电视和听收音机时将声音调的很高而影响家人的生活。

在治疗方面,对于因听力障碍影响生活质量的老年性耳聋患者,多数可以通过验配助听器恢复听力;部分重度和极重度的耳聋患者,还可以通过植入人工耳蜗来恢复听力。

(耳鼻喉科 邓晶)

眼里常有泪水也是病

人为什么流泪?常言道:喜怒哀乐,人之常情。即便是一个性格刚强的人,也难免会有痛哭流涕、或者黯然泪下的时候。而且,人们不仅悲哀时会流泪,高兴时、激动时也会流泪。流泪的具体原因因人而异,但是如果眼里“常含泪水”,也是不正常的现象。

眼泪是由泪腺所分泌的,作用包括:1. 润滑和冲洗眼睛尘污;2. 在角膜表面形成均匀的液体膜,来减少角膜散光并提高其光学性能;3. 杀菌。正常泪腺每日分泌约2毫升泪水,分泌不足或过量都会对眼睛产生不良影响;不足时,眼睛干涩,杀菌的作用也随之减弱。

流泪的原因:1. 泪腺分泌泪液旺盛,使泪液来不及从流出道流出而溢出。2. 医学上称溢泪,这种情况泪腺分泌泪液正常,但泪液的流出

道异常造成泪液无法正常排出。即泪水“下水道”狭窄或阻塞了。由于泪道系统阻塞,正常分泌的泪液不能顺利排入鼻腔,以致反流溢出。3. 由于下睑外翻,泪小点不能紧靠在泪阜上,泪液不能由泪小管进入鼻腔而外溢。

针对不同的流泪原因,可以采取不同的治疗方式。经医院检查确诊后主要是通过药物治疗,病因不同药物不同,分别使用抗生素、抗真菌药或者免疫抑制剂等,有些情况如倒睫引起的则需要通过手术矫正。手术治疗则包括:1. 探通置管,多用于先天性的泪道阻塞;2. 泪囊鼻腔吻合术,治疗慢性泪囊炎;3. 主要通过手术矫正多种原因导致的眼睑外翻。

因此,流泪不是一个简单的问题,也需要专科医生的检查,找到原因对症治疗。(眼科 章嵘嵘)

得了糖尿病怎么吃水果?

西瓜、哈密瓜、火龙果……这段时间,各式水果多到让人眼花缭乱,吃得也不亦乐乎。但对于糖尿病患者来说,面对这些水果,却是“顾虑重重”——水果固然鲜甜好吃,可吃多吃少不确定,如何才能吃上美味的水果,又不会影响血糖稳定而加重病情呢?

水果不仅美味可口,并且富含多种植物化学物和膳食纤维,它们对保持体内血糖稳态有一定作用。所以,能够明确的是糖尿病患者可以吃水果,但是应该在血糖控制平稳的时候,如餐后2小时血糖在10mmol/L以下,糖化血红蛋白在7.5%以下,没有经常出现高血糖或低血糖的情况。同时,在血糖控制不稳又嘴馋的时候可考虑用黄瓜、西红柿等代替水果。

什么时候吃?水果一般作为加餐食用,也就是在早午餐或晚餐之间(如上午10时或下午3时),不提倡在餐前或餐后立即吃水果。吃

水果的数量?考虑不同水果对血糖的影响,每天可食用水果100-200克左右,但为了不增加日常能量摄入,同时应减少25克主食。

该如何选择水果?水果无论甜不甜都含有一定量的葡萄糖和果糖,在选择水果时不能单纯凭味道来判断。糖尿病患者应多选择低血糖指数的水果,有助于保持血糖稳定,如青梅、橙子、草莓、樱桃、柠檬等。但考虑到个体间存在差异,还需要根据自身实际情况判断。

需要注意的是,由于新鲜水果一般难以长期保存和携带,因此现在有许多水果加工制品,如果汁、果脯等。和新鲜水果相比,这些水果加工制品在加工过程中使水果中的营养成分如膳食纤维、维生素流失较多,且含糖量较高。膳食纤维含量减少,也使人体易快速摄入大量糖分,消化吸收速度也更快,易影响餐后血糖。所以水果加工制品不能代替新鲜水果。(营养师 万磊)

72份礼物插上爱的翅膀,在火红的七月点亮“微心愿”

七一前夕,在南湖红船畔,一群卫健人朝气蓬勃迎着晨曦奔跑,这是我院党委组办的纪念建党98周年系列活动之“医心向党·追梦健康”活动。在环南湖跑途中设置了“点亮微心愿,爱与健康同行”环节。闪亮的七月里,寄托着来自贫困家庭和民工子弟学校、福利院、贵州山区孩子们期待和希冀的微心愿,有没有实现?市卫生健康委和我院职工用爱心打包“礼物”,用行动履行承诺,72份满载祝福的“微心愿”已被一一点亮。

“谢谢叔叔!”在微心愿认领人——外科3党支部书记张亚军的帮助下,小男孩迫不及待地骑上了他心爱的自行车。7月11日,由结对党支部和微心愿征集者、认领者组成的爱心小分队,前往新塍镇公益圆梦。在这个由我院原内科3党支部(肾内科)和社工部共同结对帮扶已有5年多的特殊患者家庭,她家的双胞胎孩子都收到了想要的自行车和新书。同时,志愿者们还细心地为患病的妈妈例行检查身体状况,并指导用药。

“哇,这个娃娃好漂亮,真的是给我的吗?”7月24日,在市区文昌路某小区,看到志愿者送上的叶罗丽娃娃,8岁的小女孩露出了惊喜的笑容,她小心翼翼地打开包装,眼里满是欢喜。“谢谢叔叔阿姨!”当得知为她实现微心愿的护士长阿姨因为工作繁忙,没有时间亲手送来的时候,小女孩的家长再次向志愿者表示感谢,并请志愿者一定要将他们全家的谢意转达。

新塍镇、王江泾镇、长新社区、文昌路、嘉城绿都……带着微心愿认领者满满的祝福,党员志愿者将微心愿一一送达。针对一位86岁患痛风的老爷爷希望能定期得到医务人员帮助的微心愿,医务党员志愿者上门服务并建立了联系。看着受助者实现心愿后的一张张笑脸,大家内心装满了感动和喜悦。

除了本地的微心愿由支部党员和志愿者送达之外,贵州小朋友们的微心愿,也已经由认领者全部实现。一个个可爱的新书包、一本本崭新的作文书,还有过冬的保暖衣、踢球运动鞋……这些都被工作人员仔细地打包好,并为每位远方的小朋友精心书写爱心卡片,装了满满四大箱,快递至贵州,将由对口支援普定县人民医院并挂职该院副院长的沈鹏副主任医师转送。

一个个心愿叠加在一起,就是一个个明媚美好的未来。有温度、有爱心的卫健人嘉言懿行,医心向党!
(宣传统战部 章鸣泽)



大夏天,『送错了』的8杯奶茶

7月24日上午,一位外卖小哥提着8杯奶茶出现在我院住院部6B病区(耳鼻咽喉科)请护士签收。“上班期间没有人会点外卖!”“是不是送错了?”正当护士们摸不着头脑的时候,有人眼尖地发现外卖单上写着:“感谢张亚军主任团队的诊疗,医生和护士们辛苦了!”究竟是哪位病人如此贴心?这事,要从几天前说起。

7月20日一早,高女士(化名)一起床就觉得不对劲,耳朵嗡嗡直响,听不清别人说话,于是连忙前往我院就诊。经检查被确诊为中度突发性耳聋。

住院后,高女士精神一直紧绷着,生怕治不好。为此,治疗组张亚军副主任医师和护士时不时与她交流,宽解她,舒缓她紧张的情绪。幸运的是,经过治疗,高女士次日就有好转,第5天便顺利出院了。

出院后的高女士有感于住院期间病区医护贴心的照顾,便点了8杯奶茶,在这炎热的夏天,送上一份清凉。

奶茶送来时,护士们还有点懵,以为是外卖送错了。等看到外卖单上的备注,才恍然大悟。

中午手术间隙,张亚军副主任医师在科室群里看到同事们正在讨论如何处理这份来自病人的“礼物”,便提出由自己出钱打还给高女士。但思前顾后,觉得这是她的一片心意,生硬拒绝反而不近人情,于是找出高女士的联系方式,给她发了一条短信——“三台手术开完,护士长告知你送的八份奶茶,你太有心太有创意了,只能笑纳了,感谢!出院回家好好休息。”

而高女士的回复也让人心生感动——“谢谢张主任,您的乐观幽默,让我50%的概率事件变成了100%。住院了才知道医生们这么辛苦。谢谢你们照顾。”

良言一句三冬暖,8杯奶茶更是驱走了暑气,让6B病区的医护人员感受到医患之间的相互理解、尊重特别可贵。诚如张亚军副主任医师所说的:“今天的奶茶,味道不一般!”

(宣传统战部 严晓文)

我三台手术开完,护士长告知你送的八份奶茶,你太有心太有创意了,只能笑纳了,感谢!出院回家好好休息。张亚军

哈哈,谢谢张主任呢,您的乐观幽默,让我50%的概率事件变成了100%。住院了才知道医生们这么辛苦。谢谢你们照顾。

理解万岁

张主任多注意吧,高强度的工作量。

若天堂有耳,7B 医护也想对您说声“谢谢”

近日,我院7B病区(肝胆胰外科二)的医护人员意外收到一位已故患者家属的感谢信。这封饱含深情厚谊的感谢信,深深地感动了7B病区的全体医护人员。

尊敬的嘉兴市第一医院领导:

2013年下半年,我父亲被确诊胰腺癌。因年逾八旬,送往上海大医院求医时,被告知不适合手术,建议保守治疗。后来在贵院(肝胆胰外科二)周俊主任组织的治疗方案下,于2013年11月27日成功实施了胰腺切除手术。在此之后,我的父亲度过了与胰腺癌坚强抗争2026个不平凡的日夜,直至2019年6月15日逝世。

在此期间,作为一名普普通通的患者,我的父亲与7B病区所有医护人员建立了深厚的情谊,7B病区已成为他心目中的第二个家。在我的父亲术后近六年的时间里,多次往返7B病区进行治疗,所有的医护人员不仅以精湛的医术、悉心的护理给予医治,更在精神上给了他积极的鼓励、重生的希望,让一位年逾八旬的老人的生命得到了高质量的延续。

特别是在我的父亲进入临终期,因为病痛出现了严重的幻觉,7B病区的周俊主任、闵医生、刘医生等人多次坐在他床边,握着他的手,耐心地听他前言不搭后语的倾诉,极尽安慰他、顺从他、鼓励他。全忠英护士长及其他护士们更是想尽一切办法进行异常艰难的日常护理,看到我父亲受到病痛的折磨,年轻的护士如亲人般地掉下眼泪……这一幕幕永远印刻在我们心里,这已不是医者对患者的医治,而是医者大爱之心的真情流露。

在此,我们要向医院领导表达一个已故患者家属发自内心的由衷感谢:感谢7B病区周俊主任带领的医生团队的医德仁心,感谢全忠英护士长带领的护



理团队的精心护理,感谢疼痛科各位医生每次下班后放弃休息时间来会诊。是你们精湛的医术、高尚的医德温暖了我父亲晚年的人生,给了他一次次创造生命奇迹的动力。

普愿普救含灵苦,悬壶济世暖杏林。贵院的医护人员恪守践行了《大医精诚》的古训,医者有仁心,品德胜黄金!

再次向贵院所有参与治疗、护理的医护人员致以崇高的敬意!谢谢你们!

已故患者***女儿

2019年6月

“我们只是做了应该做的分内事,想不到老先生和家属这么感激,真的令我们非常感动。当得知老先生过世这个消息之后,我也难过了很久。”——7B病区周俊主任说。

“老先生是我们的老病人,也是我们的老朋友,在为他治疗护理的过程中,我们和他本人和子女都产生了深厚的友谊。知道老先生过世的时候,我们很多护士都哭了,还专程买了花圈送去。难受的心情就像送走了一位亲戚长辈。”——7B病区全忠英护士长说。

“老先生,六年来,您的乐观与坚强深深地感染了我们,您和家人的信任与肯定也使我们收获了温暖和不断前行的动力,谢谢您!”

正如周俊主任所说的,竭尽全力为患者治疗,尽其所能延续患者的生命,提高生存质量,是医护人员的应尽职责,患者和家属的感恩,是对医护人员莫大的鼓励。而对这份深情厚谊的最好报答,就是一如既往地为更多病痛中的人提供“暖心医疗”。