

帮扶促发展 共享惠民生

山一大一附院对口支援曹县人民医院

本报讯(记者 王燕)近日,山东第一医科大学第一附属医院(山东省千佛山医院)对口支援曹县人民医院交接座谈会在召开。

山东第一医科大学第一附属医院党委书记、副院长王建宁表示,在帮扶期间,专家团队将通过开展临床教学查房、会诊、技术培训、手术示教、病例讨论等工作,对曹县人民医院医师进行规范化培训,带教业务技术骨干、培育特色重点专科,使曹县人民医院在医疗技术、服务质量、管理水平等方面得到极大提升。

持续发热、剧烈咳嗽不止……近期,多地报告了儿童肺炎支原体肺炎病例。专家近日在接受新华社记者采访时表示,儿童肺炎支原体肺炎近两年尤其今年在我国一些区域流行,有少数家庭或班级聚集发病情况,要提醒儿童注意防护,有相关症状者应及时识别并到医院就诊,但该病不属于传染病,不会出现大规模流行。

国家儿童医学中心呼吸专科联盟组长、北京儿童医院呼吸二科主任赵顺英介绍,肺炎支原体肺炎是我国儿童常见的呼吸道感染性疾病,有季节发病的特征,多见于5岁及以上儿童,但5岁以下儿童也可发病。该病以发热、咳嗽为主要临床表现,可伴有头痛、流涕、咽痛、耳痛等,部分患儿有喘息表现,以婴幼儿多见。

该病症状容易与感冒等疾病混淆,如何区分辨别?据介绍,除了结合临床和影像学表现以及病原学、血清学检查来判断之外,一个简单方法是观察患儿的咳嗽情况。

“该病有一个特点,一般会出现阵发性、成串的咳嗽,早期为干咳,咳嗽比较剧烈,甚至影响到吃饭和睡眠。”赵顺英说,如果患儿出现发憋、喘不过气的症状,家长可以用力拍其后背,清理气道,然后尽快到医院就诊。

儿童肺炎支原体肺炎是否会引发“白肺”?赵顺英解释,这类肺炎可能会带来黏液栓堵住支气管,进而引发“肺不张”,即肺的含气量减少,造成影像学上的“白肺”。通过拍背排痰、药物祛痰、支气管镜治疗等手段,患儿可以在较短时间内治愈,基本不会引发生命危险。

今年2月,国家卫生健康委印发了《儿童肺炎支原体肺炎诊疗指南(2023年版)》,旨在进一步提高儿童肺炎支原体肺炎诊疗规范化水平。“医生对这个病已经比较熟悉,治疗基本没有问题,关键是及时识别、及时就诊,最佳治疗窗口期为发热后5天至10天以内。”赵顺英说。

赵顺英提醒,儿童肺炎支原体肺炎不是传染病,但还是可以通过飞沫传播,保持社交距离、手卫生、勤通风等良好个人卫生习惯,有助于减少传播风险。

新华社



山东第一医科大学第一附属医院对口支援队长陈善良详细介绍了对口支援团队成员,他表示,在未来的工作中,团队人员将服从曹县人民医院的工作安排,严格执行对口支援医师工作纪律,积极配合医院的临床、教学和培训工作。在保证医疗安全的前提下协助曹县人民医院开展适宜技术,提高曹县人民医院的诊疗水平。

“本次对口帮扶活动,专家们的精准指导、技术沉淀必将助力医院学科建设再上新台阶。”曹县政协副主席、曹县人民医院院长李松在介绍医院情况时

说,曹县人民医院相关科室将不负众望,既要当好专家们的后勤兵、最大努力保障好专家们的生活,又要当好学习兵、深入汲取专家们的管理、技术经验,进一步拓宽工作思路,全力补短板、强弱项、促提升,努力提高医疗技术水平和科研能力,以更高标准的医疗技术和服务水平为曹县乃至鲁西南地区百姓的健康保驾护航,让曹县老百姓不出家门就能享受到大城市优质的医疗资源和服务。

此次交接仪式的举行,标志着对口帮扶新的开始,是促进优质医疗资源下

沉、共享医疗发展新成果,提升曹县整体医疗服务水平的又一实际举措。曹县人民医院将以此次支援为契机,珍惜机遇,把握好对口帮扶大好有利时机,多向各位专家学习,强化自身能力建设,并以更大力度深化合作,续结硕果,真正走出一条医疗保障水平全面提升的高质量发展之路,为保障人民群众身体健康提供更加优质的服务,推进曹县卫健事业高质量发展。

会议结束后,曹县人民医院相关科室人员与帮扶团队进行了一对一交接,帮扶团队集体参观了曹县人民医院。

秋季警惕儿童肺炎支原体肺炎

专家提示及时识别并就诊

省级专家下乡义诊送健康

本报讯(记者 王燕)



9月10日上午,在曹县人民医院开展帮扶工作的14名山东第一医科大学第一附属医院专家,在医院对外合作办的组织下,共同到曹县王集镇卫生院举办大型义诊活动,多位专家到场开设诊台,为群众提供近距离健康服务。此次义诊活动由山东第一医科大学第一附属医院心胸外科陈善良队长带领骨外科窦连大、神经外科李盛杰、心外科孙士彬、肿瘤微创科王楠、神经外科张玉震、胸外科甄天昌、肝胆外科张东源、重症医学科周天罡、肛肠科李元涛、麻醉科张敏、核医学科李坤、消化内科赵莹莹、小儿血液科韩燕共14位专家在现场设置诊台。

义诊当天,不少群众早来到现场等候,还有患者从较远地方慕名而来。医护专家、志愿者们各司其职,耐心细致地为前来就诊的群众进行分诊

服务,并提供免费的血糖、血压检测。核医学科李坤专家和麻醉科张敏专家分别在王集卫生院CT室和手术室指导下工作。专家与群众面对面交流,详细询问群众的既往病史,为大家提供常见病、慢性病等问题的诊疗和保健建议,获得群众的一致好评。

据统计,本次义诊活动共服务群众200余人次,发放健康教育及宣传

资料200余份,提供血压检测等检查100余次。活动的开展,进一步拉近了医院与社区群众的距离,让群众在家门口就享受到省级专家的诊疗服务,切实提升了群众的获得感、幸福感和满意度。曹县人民医院将常态化开展各类义诊活动,为广大群众提供更优质的医疗服务,助力曹县卫生健康事业高质量发展。

泌尿外科:守护泌尿系统 享受幸福人生

本报讯(通讯员 刘朝晖 记者 王富刚)单县中心医院泌尿外科系

菏泽市临床重点专科,经过医护人员不懈努力,现已成为以微创技术为特色的专业科室。该科拥有床位49张,医护人员26人。其中主任医师2人、副主任医师6人、主治医师2人、博士研究生1人、硕士研究生6名。

该科拥有的先进设备仪器有:Storz全套腹腔镜系统、超声刀、绿激光、输尿管肾镜以及气压弹道联合超声碎石清石系统,经尿道等离子电切系统、体外冲击波碎石机等。在泌尿外科疾病以微创治疗为主的新时代,在菏泽市或较早开展了经尿道前列腺电切、腹腔镜以及输尿管镜、经皮肾镜等微创手

术。目前微创手术率达90%以上。

经尿道微创治疗方面,经尿道进行手术治疗前列腺增生和膀胱肿瘤,至今已经积累了数千余例手术经验,技术成熟,手术效果良好。

腹腔镜手术方面,在菏泽市

开展腹腔镜肾上腺切除、隐睾探

查、单纯肾切除、肾盂成形、输尿管

切开取石术、肾癌根治切除术及腹

腔镜肾蒂周围淋巴管结扎术;完成

多例单孔精索静脉结扎及单孔肾

囊肿手术。能够熟练完成腹腔镜

下肾部分切除术、腹腔镜下静脉后

输尿管离断成形术、腹腔镜下输尿

管膀胱再植吻合等复杂上尿路手

术,对于巨大嗜铬细胞瘤及巨大肾

肿瘤也能腹腔镜完成。前列腺

单县中心医院特色专科展示

一路礼让一路行 一路文明一路情

骨质疏松属于全身性疾病,在多种因素的影响下,导致骨密度、骨质量降低,极易发生骨折。骨质疏松对人体有一定的危害,不仅影响人体形象,还对人体的协调性、钙代谢、睡眠质量等产生较大影响。老年人患骨质疏松的概率比较大,不过其他年龄段的人也有一定的患病概率,一旦发现患有骨质疏松,就需要积极治疗,并做好日常护理。

什么是骨质疏松?

骨质疏松是一种骨骼疾病,它会导致骨骼变得脆弱、易碎。这种疾病通常发生在老年人身上,但也可能影响到年轻人。骨质疏松的主要原因是骨骼中的钙和磷等矿物质流失,可能会导致骨折和其他骨骼问题出现,如脊柱压缩性骨折、髋部骨折等。流行病学调查结果显示,50岁以上人群骨质疏松症患病率为19.2%,65岁以上人群达到32.0%,其中男性为10.7%,女性高达51.6%。

骨质疏松的症状有哪些?

1. 身高缩短。骨质疏松可能导致椎体骨折,从而导致身高缩短。2. 背部疼痛。椎体骨折可能导致背部疼痛,尤其是在弯腰或扭转时。3. 骨折。骨质疏松使骨骼变得脆弱,特别是在腕部、髋部和脊柱,在日常活动中容易发生骨折,一旦发生一次骨折后,再次骨折的概率也会提高。4. 姿势不良。骨质疏松可能导致身体姿势不良,例如圆肩、驼背等。5. 牙齿松动。骨质疏松可能导致牙齿松动和牙齿脱落。

骨质疏松患者的护理措施——

1. 运动护理

①选择适当的运动方式。骨质疏松患者可以选择散步、慢跑、游泳、瑜伽等相对舒缓的运动方式。避免跳跃、激烈的球类运动等高强度运动方式。②坚持有规律地运动。骨质疏松患者应坚持每周进行至少3次、每次30分钟以上的运动,以保持骨骼的健康。③加强力量训练。力量训练可以提高肌肉和骨骼的质量和强度,减少骨折的风险。可以选择使用哑铃、弹力带等器材进行力量训练。④注意安全。在进行运动时,骨质疏松患者应注意安全,避免跌倒和碰撞,可以选择在安全的环境下进行运动,如室内健身房等。

2. 饮食护理

①增加钙摄入量。钙是构成骨骼的重要成分,骨质疏松患者应该每天摄入足够的钙。建议每天摄入1000~1200毫克的钙,可以通过食物或者补钙剂来摄入,如牛奶、豆腐、鱼虾、芝士等。②控制蛋白质摄入量。摄入过多的蛋白质会增加钙的排泄,对于骨质疏松患者来说,应该适量控制蛋白质的摄入量。建议每天摄入0.8克公斤的蛋白质。③补充维生素D。维生素D有助于钙的吸收和利用,骨质疏松患者应该每天摄入800~1000国际单位的维生素D。可以通过晒太阳,食用富含维生素D的食物(鱼肝油、鸡蛋、牛奶等)或者口服维生素D补充剂来摄入。④控制盐的摄入量。摄入过多的盐会增加钙的排泄,对于骨质疏松患者来说,应该适量控制盐的摄入量,建议每天摄入不超过6克的盐。⑤多吃蔬菜水果。蔬菜水果富含维生素C、维生素K等营养素,有助于骨骼健康。建议每天摄入5份蔬菜水果。

3. 心理护理

①寻求支持。患者可以寻求家人、朋友、医生、社工等人的支持,他们可以提供情感上的支持,帮助患者应对治疗和管理方面的问题。

②建立积极的生活态度。患者可以通过积极的生活态度来应对骨质疏松带来的负面影响,他们可以尝试新的爱好,参加社交活动、保持良好的饮食习惯等。

③学习知识。患者可以通过阅读相关资料、参加康复课程等方式,学习关于骨质疏松的知识,这有助于患者更好地了解自己的疾病,掌握治疗和管理的方法。

骨质疏松在日常生活中比较常见,骨质疏松患者一定要多加注意,了解一些护理常识,做好日常护理,多关注自己的身体,一旦有任何异常情况,就应及时就医,以便早日恢复健康。

崴脚了怎么办?

菏泽市立医院 董斌

在日常活动中,“崴脚”时有发生,医学上把“崴脚”称做“足踝扭伤”。这种外伤是外力使足踝部超过其最大活动范围,使关节周围的肌肉、韧带甚至关节囊被拉扯撕裂,出现疼痛、肿胀和跛行的一种损伤,是人在不平道路上行走、奔跑,或下坡、下楼时,足部突然内翻或外翻、旋转,重力失衡所致,踝关节扭伤是最常见的损伤之一。

万一踝关节扭伤了我们应该怎样正确处理呢?大多数人受伤后往往做不到正确及时处理,患者可能长时间不能完全愈合。第一时间按摩、热敷、活血化瘀,或是逞强继续运动,都是错误的。那么怎么做才是正确的呢?

1. 制动:要立即停止走路或运动,患肢进行制动,让受伤部位静止休息,减少进一步损伤,避免二次伤害。

2. 冰敷:可通过冰敷让受伤部位温度降低,减轻炎症反应和肌肉痉挛,缓解疼痛抑制肿胀。每次20~30分钟,2小时一次,注意不要直接将冰块敷在患处,可用毛巾包裹冰块,以免冻伤。冰敷仅限伤后48小时内。

3. 保护:尽可能以适当的工具及姿势

进行防护,如使用弹性绷带包裹受伤的踝关节,适当加压,以减轻肿胀。注意不要过度加压,否则会加重包裹处以远肢体的肿胀、缺血。

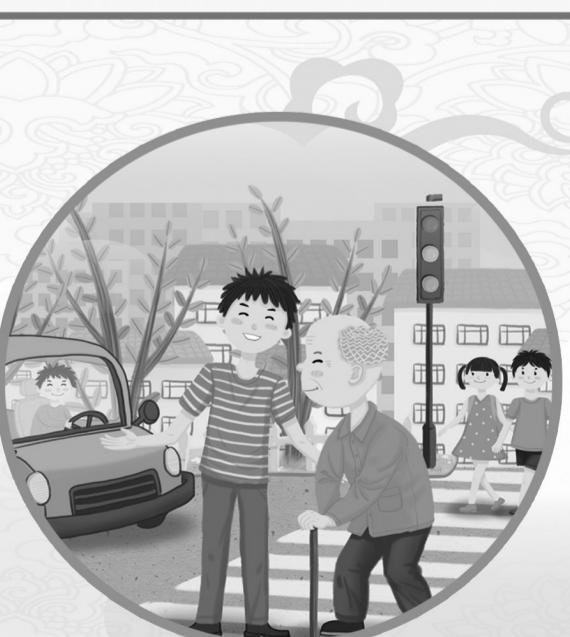
4. 肢体抬高:休息时将患肢抬高,要稍高于心脏位置,这样有利于增加静脉和淋巴回流,减轻肿胀,促进恢复,比如睡觉时用枕头垫高患肢。

5. 主动活动:如果能够确实排除需要人为干预的损伤外,损伤初期休息过后,可在保证无痛的前提下,主动适度地活动踝关节,注意避免对踝关节造成潜在伤害,而不利于踝关节功能恢复。

6. 功能锻炼:疼痛减轻后可尝试踝关节主动活动,逐渐负重行走,并进行肌力练习;疼痛消失后可进行肌力练习和各种功能性运动,例如直线跳、Z形跳、8字跳等。伤后3个月内进行体育运动时,应使用护踝或绷带保护踝关节。

崴脚是最常见的运动损伤扭伤,必须引起足够重视。伤后约四分之一的人会留下后遗症,最常见的后遗症就是慢性踝关节不稳。平时加强踝关节功能锻炼,伤后及时就医正确处理,早期康复锻炼可以早日恢复、减少后遗症的发生。

“讲文明 树新风”公益广告



创建全国文明城市 做遵德守礼菏泽人

骨质疏松患者注意

刘一帆

菏泽市牡丹人民医院

董斌

菏泽市立医院