

# 老人遭失眠煎熬 市三院妙招解“困”扰

**本报讯**(通讯员 高锋 王霞) 7月13日,菏泽市第三人民医院睡眠医学科住院患者张大爷走进医生办公室,将两面分别写有“医德高尚,周到细心”“精心护理,情暖人心”的锦旗送到科室主任肖岩及护士长王雪手中,衷心感谢睡眠医学科全体医护人员精湛的医术和优质的护理服务。

据了解,张大爷今年已经82岁,以往除了有些基础慢性疾病外,身体还算硬朗,生活完全能够自理。但只有一个疾病

长期折磨着他,那就是失眠。从刚开始的入睡困难,慢慢转变为彻夜睡不着觉,长期的失眠不仅影响张大爷的精神状态,让其变得紧张焦虑、悲观乏力,还导致他出现头晕、心慌等多种不适,常常控制不住自己对家人发脾气,他身体状况的异常打乱了一家人的生活节奏。

为求系统治疗,张大爷经了解得知菏泽市第三人民医院睡眠医学科主任肖岩在治疗失眠方面有着非常丰富的经验和

许多成功案例,于是决定来院寻求帮助。

接诊后,肖岩带领医护人员对张大爷进行认真细致的问诊检查,并根据其个体状况制定“中西医药物治疗和针灸推拿、经颅磁刺激等多种非药物治疗技术相结合”的详细治疗方案。住院期间,护士长王雪及护理团队像家人一样与张大爷交流谈心,用温馨的态度、微笑的服务,努力消除他的心理负担,减轻他心理上的压力,给了张大爷精神上极大的安慰。

在科室全体医护人员专业、细心、热心地照顾下,经过几天的治疗,张大爷的睡眠质量明显提高,晚上失眠的情况日渐减少,紧张焦虑、悲观的情绪显著改善,人也变得开朗起来,头晕、心慌等躯体不适也随之减轻。张大爷对治疗效果非常满意,他说:“这几个月以来,我从来没感觉这么好过,不仅身体轻松了,心情也舒畅多了,又感觉生活有意思了,我又可以跟其他老头一块遛弯拉呱了。”

张大爷表示,他的失眠问题目前得到极大的改善,接下来他计划继续住院治疗一段时间,请肖岩帮他系统地调理一下身体上的不适。张大爷对接下来的康复治疗充满信心。

一面锦旗不仅代表着患者家属对医护人员的感谢,更是对医护人员高尚医德、精湛医术及优质服务的肯定。菏泽市第三人民医院睡眠医学科医护人员对待工作高度负责,对待患者亲切并富有耐心,得到很多患者和家属的赞扬。

## 省级儿童医院专家在荷坐诊

**本报讯**(牡丹晚报全媒体记者 李艳粉) 7月17日,阴雨天气,但菏泽市中医医院二楼儿科门诊处早已人头攒动、排队。专程从山东大学齐鲁儿童医院(济南市儿童医院)赶来的名医专家曾冬生现场问诊。他身穿白大褂,胸挂听诊器为前来就诊的患者提出合理的保健、治疗意见。

曾冬生是山东大学齐鲁儿童医院(济南市儿童医院)重症医学科主任,长期与危重症患者打交道,经历过无数次惊心动魄的抢救。30多年的临床职业生涯,无数次

的生死抢救,培养出一种大医情怀,自他到菏泽市中医医院坐诊、查房、授课以来,深受医院、患者的认可和一致好评。

“原来想找曾主任看病,可谓‘一号难求’,往返济南就医需要很多时间。现在他来菏泽坐诊,定期复查变得很便利,真是省心、省时,还省钱。”市民邓先生说。据介绍,自今年2月份以来,曾主任开始在菏泽市中医医院儿科门诊开展医疗服务,患者可直接预约挂号,在家门口就可享受到省级一流儿科专家精湛的医疗服务。

## 菏泽市牡丹人民医院开展专题培训会 提高胸痛、卒中识别和转运能力

**本报讯**(通讯员 陈国栋) 为规范开展胸痛、卒中中心建设,进一步提高相关疾病医疗救治能力,近日,菏泽市牡丹人民医院开展胸痛、卒中中心专题培训会。医院组织门诊分诊、急诊、院前120和相关医技科室全体人员共计170余人参加。

据了解,此次培训由该院心内科主任朱燕阔、卒中病区主任胡会婷进行授课,他们凭借深厚的学术造诣和丰富的临床经验,深入浅出地讲解胸痛、卒中疾病的

最新诊疗理念、技术规范以及临床实践中的关键点。朱燕阔就区域协同救治体系胸痛中心的基本概念、急性胸痛快速转诊机制及联络方式、高危急性胸痛及ACS早期症状识别、急性心肌梗死和常见心律失常的心电图诊断、初级心肺复苏技能等丰富内容进行深入讲解,使参训人员对胸痛疾病的诊断、抢救、转诊及各环节衔接形成快速的协同救治体系等有了进一步认识。胡会婷向大家讲述了目前脑卒中的发病情

况和严峻形势,传达最新指南要求,强调脑卒中防治的重要性,用风趣幽默的语言讲解脑卒中的分类、脑卒中的快速识别和救治流程。

最后,菏泽市牡丹人民医院副院长蔡文强强调,各科室要全力配合医院胸痛中心、卒中中心工作,提高胸痛、卒中患者的识别和转运能力,实现救治过程的无缝衔接,进一步提升救治成功率,同时不断优化救治流程,提高医疗质量,以高标准、严要求推进胸痛、卒中中心的建设。

## 肺结节无处可躲 可行手术或消融微创治疗

谈癌色变,现在提到肺小结节,人们也是色变,非常担心会不会是恶性的啊,是肺癌应该怎么办?手术?观察?感觉无从下手。下面普及一下肺结节以及处理方式,以消除大家的恐惧心理。

什么是肺结节?

肺结节是由于不同病因造成的肺泡内含气量减少、细胞数量增多、肺泡上皮细胞增生、肺泡间隔增厚和终末气囊内部分充血水肿。这种病理变化在肺部影像学上常表现为:局灶性、边界清楚或模糊、直径≤30mm、圆形或类圆形、密度增高的阴影。可为单发或多发,

不伴有肺不张、肺门及纵隔淋巴结肿大和胸腔积液。

肺结节的分类有哪些?

- 1、按病变性质:良性、恶性。
- 2、按密度:实性、亚实性,其中亚实性肺结节又分为:纯GGN(pGGN)和磨玻璃密度中带有实性密度成分的混合性GGN(mGGN),后者也称部分实性结节(PSN)。
- 3、按大小:微小结节(直径<5mm,体积<100mm<sup>3</sup>)、小结节(直径5-10mm,体积100-400mm<sup>3</sup>)、结节(直径11-30mm,体积>400mm<sup>3</sup>)。
- 4、按数量:单发(单个病

灶)、多发(2个及以上的病灶)。

5、按危险因素:高危因素结节:年龄≥50岁且具有下列一种危险因素者:①吸烟≥20包/年(或400支/年),或曾经吸烟≥20包/年(或400支/年),戒烟时间<15年;②有环境或高危职业暴露史(如石棉、铍、铀、钍等接触者);③合并慢性阻塞性肺疾病、弥漫性肺纤维化或既往有肺结核病史者;④既往罹患恶性肿瘤或有肺癌家族史者;低危因素结节:不具备上述危险因素者。

发现肺结节并不可怕,关键在于如何正确面对和处理。首先,要保持积极的心态,不要

过度恐慌。其次,应该遵循专科医生(呼吸科医生或胸外科医生)的建议进行检查随访和治疗。如果是良性结节,无需特殊处理,只需要定期复查即可。如果是恶性结节,也不需要过于担心,因为即便是肺癌,往往也是早期癌症,肺部结节常被认为可能是癌前病变或早期肺癌的征象,而磨玻璃结节样肺癌具有“惰性”发展和极少有远处转移等特点,预后良好,手术切除后5年生存率可达100%。

局部热消融术作为一种精准的微创技术已经应用于早期肺癌的治疗,每年的治疗例数迅速增加,该技术具有创伤小、

疗效明确、安全性高、可重复性强、适应人群广等特点。而其5年生存率和手术切除是一样的。

肺结节是健康的“小插曲”,而不是疾病的前兆。发现肺结节并不可怕,关键在于如何正确面对和处理。我们应该保持积极的心态,遵循医生的建议进行检查和治疗,同时养成良好的生活习惯,关注自己的身体健康。只有这样,我们才能在面对肺结节这个“小插曲”时泰然处之,迎接更美好的未来。

山东省立医院菏泽医院(菏泽市立医院) 任兆强