

防治脑卒中,跨越生死地带

——市中心医院神经内科主任张春华做客健康大讲堂

邵阳日报记者 陈贻贵

通讯员 方艳春 李文娟 孟天笑

今年10月29日是第13个“世界卒中日”。当天下午,由市中心医院与新华书店邵阳分公司联合举办的健康大讲堂第三讲在湘中图书城“书里书外”开讲,市中心医院神经内科主任张春华受邀现场授课,专题讲解脑卒中防治知识。

脑卒中被称为“人类健康的头号杀手”,俗称“脑中风”,是一个具有高患病率、高发病率、高死亡率和致残率“四高”疾病。世界卫生组织将10月29日设立为“世界卒中日”,今年的主题是“战胜卒中,再立人生”。

讲座上,张春华首先播放了脑卒中宣传短片,然后从什么是脑卒中、脑卒中的危害、缺血性脑卒中是如何发生的、如何发现脑卒中、发现脑卒中如何处理、哪些人易患脑卒中、脑卒中可干预和不可干预的危险因素,以及如何预防脑卒中、脑卒中的药物治疗等方面,用通俗易懂的语言结合具体事例进行详细的阐述。

张春华介绍,早期判定是否卒中很重要,脑卒中具体症状为出现脸部、手臂或腿部麻木尤其是身体单侧、说话困难或理解困难、不明原因呈持续性的剧烈头痛、行走困难、头晕眼花等。怀疑中风,早期识别,尽快就医,记住FAST。F(Face Drooping):面瘫,口角歪斜;A(Arm weakness):肢体无力;S(Speech difficulty):言语不清;T(Time to call 120):迅速求助。卒中会导致致残、致死等不良后果,从出现症状到不良结果有平均4.5小时的“时间窗”,如果能利用好这个时间窗,及时发现和进行医疗干预,卒中完全可防可治。

张春华表示,对于时间窗内的脑梗死患者,进行静脉溶栓治疗是首选治疗方式,把堵住脑血管的血栓溶解掉,使闭塞的血管再通,及时恢复供血,从而减少缺血脑组织坏死,患者远期良好恢复几率大大增加。如果出现脑卒中症状,需第一时间拨打急救电话。让病人顺势就地侧卧,搬运病人时,让病人平卧在担架或门板上。如果从楼上抬下病人,注意要头朝上,脚朝下,以减少脑部充血,并随时注意病情变化。

那么,如何预防脑卒中的发生呢?张春华说,这就要“一管一控”,一管即“管”好生活方式,合理饮食,控制体重、坚持运动、戒烟限酒、心理平衡。一控即“控”好血压血脂血糖,多吃新鲜水果、粗粮等,多吃豆制品和不饱和脂肪酸(鱼类、植物油等),少脂、少食、少盐,少吃肥肉、动物内脏等高脂肪类食物,每日应控制总热量、少吃多餐,达到或维持合适体重,每日食盐摄入量应小于6克。

张春华介绍,针对溶栓时间的紧迫性,市中心医院设置了静脉溶栓绿色通道。可



张春华在讲述如何识别早期缺血性卒中。



张春华与听众们进行互动交流。



讲座现场。

疑脑卒中患者送至该院急诊科后,首先由急诊科医生初步判断,并同时电话通知神经内科溶栓团队,然后由溶栓团队负责患者的整个治疗,急查头颅CT、血常规及凝血功能等检查,是否溶栓及介入治疗等。目前,该院已静脉溶栓560余例,位于全省前列;动脉溶栓20余例,动脉取栓30余例,颈动脉支架18例。积累了丰富的临床经验,同时通过动静脉溶栓大大的降低了这

些患者的致死率及致残率,从而减轻了社会及家庭的负担。

前来聆听讲座的大多是慕名而来的患者或是患者家属,为了增强互动性,讲座设置了有趣的回答问题赢奖品的环节,吸引听众们积极参与。讲座结束后,听众们抓住难得的近距离接触的机会,踊跃提问,现场气氛活跃而热烈。针对听众们提出的问题,张春华一一给予详细而又明确的回答。

“精准扶贫送健康”大型义诊暖人心

邵阳日报10月27日讯(通讯员 李定军 刘金春) 10月27日,邵东县人民医院医疗专家及党员志愿者在院长周少峰的带领下来到该县偏远山区堡面前乡开展“情系大云山·助力堡面前”大型健康扶贫义诊活动。

当天8时30分,事先得到义诊通知的群众早早在堡面前中学义诊现场排队等候。专家们和志愿者刚到义诊点,顾不得喘口气、歇歇脚,便迅速地进入工作状态。问诊、检查、诊断、量血压、测血糖、白内障筛查及健康宣教、医保政策宣传等义诊工作有条不紊的进行。当天上午,共义诊363人次,其中免费测量血压142人,血糖137人,做心电图120人,白内障筛查41人,冠心病筛查97人,脑卒中筛查146人,发放健康资料2500份,城乡医保政策、健康扶贫政策宣传资料1200份。

“我老婆子前段时间觉得心口闷,但是堡面前到县城路途远,她又晕车,就一直拖着没看。听说你们来免费看病,我和她走了一个多小时的路特意赶来的。今天做了心电图,一切正常,我就放心了,非常感谢你们。”家住雷湾村,73岁的刘爷爷高兴地说。

在义诊之余,周少峰率部分医务人员还来到堡面前敬老院,为23名老人进行了健康体检,还向敬老院赠送了一台新的血压计和防治感冒、高血压等疾病的药品。

周少峰介绍,该院曾多次来到堡面前开展义诊,基本了解当地医疗状况。医院拓展部精心组织,实施精准健康扶贫,选派了心血管内科、神经内科、内分泌科、呼吸内科、儿科、骨科、普外二科、眼科的主任医师、副主任医师、科主任组成强大的专家团队。下一步,医院还计划成立“慢病管理中心”,不定期到全县各社区、乡镇开展“健康邵东行”系列大型义诊活动,对患有高血压、糖尿病、脑卒中、白内障、呼吸等慢性疾病的人群进行筛查,开展健康宣教和慢性疾病回访工作;对贫困对象户实行精准健康扶贫政策;提高群众“早预防、早发现、早治疗”的健康意识,促进全县人民的健康水平提高。

我省将17种抗癌药纳入医保

记者10月30日从湖南省人社厅获悉,平均降价幅度达56.7%的17种抗癌药在我省落地,11月起纳入湖南省医保支付。

近日,湖南省医疗保障局印发了《关于将17种抗癌药纳入基本医疗保险、工伤保险和生育保险药品目录乙类范围的通知》,明确将17种国家谈判药品纳入湖南省医保药品目录乙类范围。17个药品中包括12个实体肿瘤药和5个血液肿瘤药,均为临床必需、疗效确切、参保人员需求迫切的肿瘤治疗药品,涉及非小细胞肺癌、肾癌、结直肠癌、黑色素瘤、淋巴瘤等多个癌种。

湖南规定,各统筹地区基本医疗保险参保患者按规定住院使用时,自付比例统一设置为30%,并执行本通知规定的医保支付标准(包括基本医保基金和参保人员共同支付的全部费用)和限定支付范围。

为有效保障谈判药品的供应和合理使用,湖南同时将17种国家谈判药品纳入全省医保特殊药品管理范围。这意味着相关患者除住院用药外,还能在特药协议药店和就诊医院门诊取药,且只需支付由个人负担的费用,而经过备案后的患者异地购药也可享受相关待遇。(谢 樱)

中年人压力大更易健忘

日前发表在美国《神经病学》杂志上的研究显示,生活压力大的中年人可能更容易健忘,并出现脑萎缩。

皮质醇是肾上腺分泌的一种激素,用于帮助机体应对压力,还有助于减轻炎症反应、控制血糖和血压。压力、疾病和用药等因素会导致皮质醇水平升高。

美国哈佛大学医学院的研究人员测试了2231人的记忆能力、思维能力以及血液中的皮质醇水平,这些人在研究开始时平均年龄为49岁,且没有患痴呆症。其中2018年还接受了核磁共振扫描,检测脑容量。在平均8年的随访期后,研究人员再次为这些人做了相关检查。

研究发现,在排除年龄、性别、吸烟和体重等因素后,皮质醇水平偏高的人在记忆和思维能力方面的得分较低,脑容量较小。但皮质醇水平低与记忆或脑容量没有关联。

研究人员说,压力大的中年人会提早出现健忘和脑萎缩,因此减压很重要。减压的方法包括保证足够的睡眠、参加适度运动、生活中放松心情等。(周 舟)

加强思想政治工作 建设和谐医院

新宁县妇幼保健院 钟文华

二、加强医院思想政治工作有利于缓解医患关系

虽然说新形势下我国医疗卫生水平得到了切实的加强和提高,但是仍然会存在一些医疗事故影响着医院的正常工作,尤其是这些医疗事故的发生还有可能导致医患关系的恶化,其中医患关系最为紧张的原因就是因为医务人员的操作失误导致医疗事故的发生,进而患者家属和医院之间产生了纠纷,基于此,我们必须提高医务人员的业务水平,加强思想政治教育,切实增强医务人员的责任意识。

医院只有加强思想政治工作,才能更好地坚持病人至上的价值观念,改善院内的诊疗模式,优化院内的诊疗环境;医务人员才会勤勉敬业,简化患者的就医流程,为患者提供亲情化的医疗服务;医院才会不断加强医德医风建设,给予病人充分的尊重与关心,进一步提升医疗服务的质量。

三、加强医院思想政治工作有利于构建和谐医疗体系

医院特殊的服务属性决定了做好医院相关工作切实关系着我国的精神文明建设,只有完善我国社会主义和谐医疗体

系,才能促进我国和谐社会的进程。加强医院思想政治工作,把人民群众的利益放在首要位置,不断提高医务人员的道德素质和职业修养,从而使之成为真正服务于大众,创建和谐医疗关系以及和谐医院的主要推进者。

四、加强医院思想政治工作有利于医院持续发展

加强医院思想政治工作,可以促进医院建立一套完善管理机制,让医院的每一个医务人员明白自己应该干什么,能干什么,决不能做什么。这样一个机制具有明显的激励作用、导向作用、促进作用和控制作用。它激励和引导所有的医务人员不懈努力,刻苦钻研;它促使医院不断提高科研实力,优化专业技术队伍,精心培育高水平、有特色的重点扶持学科,将其自主创新作为一个医疗服务体系,并将其作为示范工程,为提高医院医疗服务质量起带头作用,从而确保不同患者在医院就医、住院的需求;同时,它严格监督医院和所有的医务人员恪守职业道德和职业操守,从各个方面为患者提供优质的医疗服务,进而促进医院和谐持续发展。

近几年来,医患冲突逐渐发展为一个社会性问题,不仅影响了社会的稳定,同时还制约了医院的发展。如何在紧张的医患关系中取得群众的认可和信赖,这是医疗单位面临的新任务,也是对医院政工人员提出的新要求。

一、加强医院思想政治工作有利于提高医院业务水平

医院和我们的日常生活息息相关,其业务水平是至关重要的,这不仅仅是国家对于医院的基本要求,也是新形势下随着医院之间竞争压力的增加,医院自身必须切实关注的一点;而要提高医院业务水平,就必须在医务人员内部明确医院的服务宗旨,加强医务人员的思想建设。只有加强思想政治工作,医院才能不断完善管理机制,加强医疗质量管理;才能促使医务人员以现代医疗理念作为指导,根据病人的需求以及社会文化的需求,为患者提供优质的医疗服务;才能促使医院采取竞争上岗的制度,以医务人员的技术操作和业务考核作为依据,促使医务人员努力学习,认真工作,从而提升医务人员的综合素质和能力,进而促进医院业务水平的提升,促进医院发展。

邵阳市脑科医院
湘邵医广[2018]第0726-0024号

业务范围

- 精神疾病
- 心理咨询与心理治疗
- 焦虑抑郁
- 少年儿童心理问题
- 失眠头痛
- 法医精神病鉴定
- 癫痫疾病
- 老年康复
- 酒瘾/毒瘾/网瘾戒除

地址: 市西湖南路气象塔旁
电话: 527-5358