

# “互联网+医疗健康”改善患者就医用药体验

新华社记者 陈聪

## 进食月饼要适量

立秋后,凉爽了几天,又迎来了一波高温天气。高温下,除了要注意防暑降温,长沙南湖医院结石中心教授陈健提醒:“秋老虎”来袭,也要防止结石病突发。

来自望城的67岁的杨丽(化名)正在长沙南湖医院六楼结石中心住院,她对此感受颇深。据了解,8月底天气炎热,杨丽“沉寂”了近六年的结石病突然发作。“腰腹部剧痛、浑身冒冷汗,痛得受不住,晚上就没睡过一个好觉。”杨丽在附近诊所打了点滴、吃了药,疼痛依旧。她来到长沙南湖医院才明确了病因,由于没有及时发现,肾脏因结石感染,导致积脓,短短十来天的时间,杨丽瘦了十多公斤。好在明确病因后,医院立马确定了手术方案,不久杨丽就可以出院了。

陈健表示,秋天干燥高温,人出汗多,喝水少。当肾盂或输尿管内尿液减少时,原来浮游于尿液中的结石下落到狭窄部位,易造成急性梗阻而引起疼痛发作。而泌尿系结石发作时,除了腰部绞痛外,还会有排尿不畅、血尿、尿痛、发热等不同症状表现,让结石患者苦不堪言,如得不到及时的救治,将可能引发肾积水、肾衰竭等严重的并发症。

在“秋老虎”天,原本患有胆结石的市民,更要预防疾病发作。此类市民应尽可能多喝水,减少晶体沉积,这样有利于已形成结石的排出。

月饼属于高糖、高油、高脂食品,特别是蛋黄月饼。中秋佳节将至,有胆囊炎、胆结石的患者,要注意不要过多食用月饼。否则,容易导致结石发作,还容易诱发胰腺炎。(龙丰 徐媛)

## 正念减压 呵护健康

邵阳日报讯(记者 刘敏 通讯员 杨敏源) 9月6日,受邵阳市心理卫生协会、市脑科医院及5P医学APP邀请,华人正念减压中心创始人、台湾首位、华人中三位具备资质培训正念减压课程师资的导师胡君梅来邵开展正念减压疗法三日工作坊培训。来自全省各地市及全国各地正念爱好者三十余人参加授课。

正念减压疗法也称正念减压疗程,简称为MBSR。正念疗法诞生于1979年,乔·卡巴金博士在美国麻省大学医学中心开设“减压门诊”,并设计了“正念减压疗法”,协助病人以正念禅修处理压力、疼痛和疾病。在西方,正念已成为继瑜伽之后正在流行的新生活方式。除此以外,正念减压也在硅谷、华尔街等世界顶级商业机构以及英美等国各大高校广泛开展,用于改善心身状态,激发创造力。

近年来,随着我国社会人群压力增大,人们纷纷开始寻找积极的解决情绪和压力的方法,正念训练作为一种生活态度、生活方式,在我国心理学界开始慢慢流行起来。

作为我市精神卫生、心理健康领域主导者,市脑科医院自2018年正式启动推广正念减压疗法,目前已先后开展了二十余场“正念减压体验工作坊”活动,帮助一大批心理学爱好者体验学习新型心理减压模式,有利于增强身心健康水平和改善人们生活品质。

来自市区的刘女士是一位十多年的瑜伽爱好者,她说正念对于舒缓情绪,减缓压力有很好的帮助,而且很多时候与瑜伽是相通的,此前,她还经常跑到长沙去学习。刚好这次知道脑科医院举办了这次活动,便来参加了。

来自常德的医护工作者王女士表示,正念减压培训后,学习了探索自我,联结内在智慧,当面对坏情绪时,能正念觉知身心状态,应对工作中的压力和挑战。



邵阳卫生与健康

就诊后还可以直接在APP上缴费;通过APP,患者还可以查询自己的检查、检验报告和处方。这些都大大方便了患者,特别是外地患者,避免白跑或者等候时间过长。

随着“互联网+”技术在医疗机构的应用,患者就医体验也在不断升级。

今年5月,浙江大学医学院附属第二医院联合阿里健康在全院逐步上线“刷脸就医”功能,为患者提供便捷的线上诊疗全流程服务。

据了解,在浙江大学医学院附属第二医院就诊的患者,只要有支付宝账号,便只需在刷脸屏上扫描并进行身份验证,无需携带任何证件和现金,即可实现电子健康卡的申领、建档、挂号、缴费等操作。同时在取药、就诊等环节,患者通过人脸识别,即可核实身份进行无障碍就医。

目前,执业医师“挂证”现象是国家正在加大力气整治的医疗乱象之一。

执业药师是负责提供药物知识及药事服务的专业人员。据有关规定,新开办的零售药店必须配备执业药师,所有零售药店法人或主要管理者必须具备执业药师资格,零售药店和医院药房营业时必须持有执业药师指导用药,处方审核岗位的职责不得由其他岗位人员代为履行。然而现实中,个别药店租用执业药师证、药师“挂证”不在岗的现象依然存在。

一组数据说明了我国执业药师短缺的现状——据国家药监局执业药师资格认证中心数据显示,截至2019年5月底,我国注

册于药品零售企业的执业药师仅为43.9万人,而我国社会药店有近50万家,执业药师人数还不能达到国家规定的配备要求。

这一问题在基层药店更为严重。调查显示,由于薪资待遇、就业环境等现实问题,多数执业药师更愿意留在大城市工作,导致县城及县城以下药店配不上执业药师,很多基层老百姓不能享受到专业药学服务。

在此背景下,“药师小乔”智能机器人的成功研发,为解决行业痛点带来了新的思路。据了解,“药师小乔”机器人具备完善的药学服务体系,能够实现人类执业药师的几乎全部功能,其水平相当于一个有10年经验的药师,可以作为执业药师助手,帮助患者有效用药、安全用药,缓解我国执业药师紧缺的压力,保障广大人民群众用药安全。

“药师小乔”机器人能够辅助指导用药的关键在于其系统算法的提升——北京小乔机器人科技发展有限公司的研发团队利用深度学习算法,将药学相关知识和管理规定成功录入系统。该系统结合语音识别、自然语言处理、归纳性机器学习算法等人工智能技术,最终形成了具有语音交流、症状分析、安全用药审核、推荐用药方案、自主学习等能力的智能机器人,并实现量产。

“药师小乔”机器人研发人员告诉记者,机器人系统已收录近20万条国内外药品详细数据、10万多条疾病的康复与饮食建议、3万多条药品用药指导和安全提示数据,致力于通过大数据帮助药店和患者补上专业药学知识不足的短板。

## 健康扶贫 进村入户

邵阳日报讯(通讯员 欧阳习正) 9月3日,市妇幼保健院各科专家组成医疗义诊小分队,走进新邵县梅岭村为贫困户人员进行义诊。

医务人员分别对贫困户人员进行问诊,通过健康查体、测血压、测血糖、发放宣传资料等方式向他们讲授、传播健康知识,并详细询问他们的身体状况,耐心分析病情,讲解注意事项,耐心解答他们的咨询,为下一步的诊治做出指导,并为贫困户人员免费发放治疗药品。

此次活动的开展,普及了健康知识,增强了困难群众自我保健意识。



## 提升财务管理 助力医院发展



为提高医院财务人员素养,进一步加强医院财务制度管理,9月5日上午,邵阳学院附属第一医院组织开展业务培训,医院相关领导及财务负责人参训。本次培训由市税务局第二税务分局工作人员主讲,主要涵盖个人所得税、医院社保费等政策培训,在一定程度上助力医院发展。

通讯员 谢翠玲 刘奕 摄影报道

## 百日咳要咳一百天吗?

专家表示需重视疫苗接种及对症治疗

秋季天气明显转凉,当儿童出现流涕、打喷嚏、咳嗽等症状时,大部分家长会考虑也许是换季着凉,会给孩子吃一些感冒药和止咳药。但遇到久咳不止、晚上咳得尤其厉害时家长需注意,可能孩子并不是普通的感冒,而是得了百日咳。

据了解,百日咳是一种传染性非常强的传染病,它是由百日咳杆菌引起的急性呼吸道传染病,因为这种病如果不经有效治疗,咳嗽症状可以持续2-3个月,所以被称为“百日咳”。

专家介绍,百日咳的潜伏期很长,平均为7天-10天,初期患儿会出现咳嗽、打喷嚏、流泪和乏力等症状,看着非常像感冒发烧,不同于普通感冒的是,百日咳的咳嗽声开始为单声干咳,之后咳嗽加剧。

浙江大学医学院附属儿童医院感染科主任陈英虎表示,百日咳由呼吸道飞沫传播,咳嗽、说话、打喷嚏时分泌物散布在空气中形成气溶胶,通过吸入传染。家庭内传播较为多见,一

家常有多人咳嗽。5岁以下的儿童最容易感染百日咳,因为儿童的免疫系统尚未完善,抵抗力较差。

另外,由于母传抗体对百日咳没有保护作用,所以6个月以下的婴儿发病率较高,尤其是3个月以下的幼儿,患百日咳易发展为重症。百日咳最常见的并发症是肺炎、肺动脉高压、心律失常、心跳骤停、百日咳脑病,1岁以下婴儿多见。

目前临床上,对百日咳的治疗以对症支持治疗、抗菌治疗为主。百日咳疫苗能大大降低该病的感染率,且降低了重症病例发生率,但却不能保证孩子获得终生免疫,百日咳抗体的保护作用随年龄增长会逐渐下降。

陈英虎提到,虽然接种疫苗并不是一劳永逸的万全之策,但仍然是预防百日咳最直接最有效的方法。因此,建议父母按照预防接种的要求,定时为孩子接种疫苗。此外,百日咳发病后6周内都有传染性,以病初1周-3周最强,因此需控制传染源,家庭也应保持室内通风,若有人患病需戴口罩、勤洗手。(黄 筱)

**邵阳市脑科医院**  
湘邵医广[2018]第0726-0024号

**邵阳市校外未成年人心理健康辅导站**

心理援助热线: 0739-5182266  
咨询网址: www.syxjlkfd.com  
咨询地址: 门诊医技楼三楼

城南街道西湖南路348号  
乘17路公交车到市脑科医院站下车  
联系电话: 527/5358