

邵阳学院附属第二医院 全科医学科开科了

邵阳日报讯 (记者 陈红云) 10月28日,邵阳学院附属第二医院全科医学科正式开科。

随着医学的发展,学科分类越来越细,医生也是“术业有专攻”。但很多患者往往并不是只患有一种病,且病情复杂,无法对照医学专科去就诊,尤其是中老年人,他们常常患有多种疾病,全科医学科的出现恰好解决了患者的就诊难题。

该院副院长张根萍表示,全科医学科将秉承全心全意、全面医疗、全民健康的理念,不断加强学科建设,提高诊疗及服务水平,竭力打造成为邵阳地区有影响力的全科医学品牌。

邵阳学院附属第二医院全科医学科位于新大楼15楼,开放病床20张,共有医护人员16名,以预防常见病、多发病为重点,包括糖尿病、高血压、慢阻肺、痛风、骨质疏松症等疾病的综合性诊疗。全科医学科将根据患者情况合理配置医疗资源,科学设计诊疗方案,提供全方位的个体化、持续性的优质诊疗服务。

市中心医院医护人员贴心服务获患者赞誉

医患情深

邵阳日报讯 (记者 陈贻贵 通讯员 李文娟 孟天笑) “医护人员对我特别关心,服务周到细致,谢谢他们!”10月28日上午,市中心医院心血管内科一区病房里,准备当天出院的申旭初老人对该科医护人员无微不至的服务和人文般的关怀赞不绝口。

申旭初今年77岁,有多年高血压、冠心病病史,曾先后多次入院治疗。10月20日,申旭初老人突然感到胸闷、胸痛发作较之前频繁,含服硝酸甘油症状不能快速缓解,预感到情况不妙,他立即来到市中心医院保健科就诊。就诊后,由于老人没有亲属陪伴,门诊的护士热心地帮他办理了入院手续,联系到了心血管内科并将其送到了病房。

入院后,询问病史并行体格检查后,管床医生段艺珠给老人制定了治疗方案。经过治疗后,申老的症状得到了缓解。10月21日24时许,申旭初老人顿感胸口剧烈疼痛,一时间大汗淋漓。于是,他立马呼叫医护人员。值班医生赶到后,马上给他服用了3粒硝酸甘油,并指导老人慢慢调整自己的情绪。

十多分钟后,老人症状逐渐缓解,但仍感胸闷不适。段艺珠结合老人表现,近几天来老人反复夜间感到胸闷胸痛,与活动无明显相关。含服硝酸甘油症状不能迅速缓解,考虑老人存在冠状动脉痉挛,给予加用地尔硫卓缓释胶囊缓解冠脉痉挛治疗。经过治疗后,老人绞痛的症状得到了明显缓解。鉴于老人既往有冠脉支架植入病史,近期又症状加重,医患沟通后决定复查冠脉造影,以明确冠脉情况。冠脉造影结果证实,老人血管原支架内没有再发狭窄。

住院期间,医护人员时刻关注他的病情。晚上,怕打扰其他病人休息,医护人员打着手电筒过来观察、询问病情。精湛医术和贴心服务让他不再紧张担心,坦然地接受治疗。

经过治疗,老人病情好转,无胸痛、心悸、气促、恶心等症状。面对老人的赞扬和感谢,段艺珠显得很平静。“医护人员的职责就是为患者服务,守护他们的健康。老人的感谢犹如幸福的暖流涌上心头,对我们医护人员来说是最大的肯定。”段艺珠说。

预防为主 远离卒中

——市中心医院开展“世界卒中日”公益义诊活动

进行治疗,真正做到早预防、早发现、早治疗。

脑卒中,俗称中风,是我国第一致死病因,具有“高发病率、高复发率、高致残率、高死亡率、高经济负担”的特点。全球每年增加近1700万名脑卒中患者,其中,我国每年新发患者就有约270万人。为了在全球范围内引起公众对脑卒中的关注,世界卒中组织将每年的10月29日定为“世界卒中日”。

专家指出,脑卒中是可以预防的,通过合理膳食,适量运动,戒烟限酒和心理平衡,积极控制脑卒中危险因素,可有效降低脑卒中发病率、死亡率、致残率。

“通过义诊让我及时了解自己的身体状况,并通过医护人员认真细致的诊断和健康建议,深入了解了脑卒中的有关知识,增强了科学防病、健康养生的自我保健能力。”义诊现场,65岁的市民吴敏深有感触地说。据统计,此次义诊活动,共接待市民300余人次,发放科普宣传资料600余份,测血糖300余人次。



▲市民在观看脑卒中防治知识的宣传展板。

▲市民向专家咨询。

预防卒中 你我同行

众早早排起长队,医护人员向群众详细讲解了卒中的一二级预防、危险因素、识别和急救等知识,还免费为群众测量血压、血糖、发放科普宣传资料,并现场进行“卒中中”健康知识答题抽奖活动。

任邹胜华等专家分别就脑梗死出血转化、急性脑卒中的早期识别及处理流程、一例脑出血的病例分享等课题为新宁县二人民医院卒中相关科室医护人员进行授课指导。

据悉,此次义诊活动共接待群众200余人次,发放预防高血压、糖尿病、脑中风等宣传资料600余份。

“感谢医生给我讲了这么多预防脑卒中的知识,我有高血压更要警惕脑卒中,保持身体健康尽量不给儿女添负担。”现场73岁的姜大爷说。

“感谢医生给我讲了这么多预防脑卒中的知识,我有高血压更要警惕脑卒中,保持身体健康尽量不给儿女添负担。”现场73岁的姜大爷说。

我国高血压患者2.7亿

该如何稳住我们的血压?

温克华

我国近期出台的《健康中国行动(2019-2030年)》和国家心血管病中心发布的《中国心血管病报告2018》显示,我国现有高血压患者2.7亿人,18岁及以上居民高血压患病率为25.2%,并呈现上升趋势。

高血压是引发心脑血管疾病的高危因素,显著增加脑卒中、冠心病、心力衰竭、终末期肾病等并发症的发生率,严重威胁我国居民的健康。专家表示,积极预防和控制高血压是遏制我国心脑血管病流行的核心策略,正确的生活方式干预可以有效提高高血压知晓率、治疗率、控制率,个人是高血压防控的主力军。

防控高血压从了解自己开始

每个人都是自己健康的第一责任人。中国老年医学学会会长范利提出,高血压防控的核心是早期预防,从源头上遏制其对身体的损害。这需要每个人了解高血压,通过健康生活方式预防高血压,通过规范治疗控制高血压。

“数据显示,高血压控制率的提升直接导致心脑血管病死亡率的快速下降,可见,让公众知道高血压的危害并主动去控制血压,提升高血压的知晓率和控制率是关键。”世界高血压联盟主席张新华说。

健康中国行动提出,到2022年和2030年,

30岁及以上居民高血压知晓率分别不低于55%和65%;高血压患者规范管理率分别不低于60%和70%;高血压治疗率、控制率持续提高。

如何判断和知晓自己的血压是否健康?健康中国行动给出了指导:超重或肥胖、高盐饮食、吸烟、长期饮酒、长期精神紧张、体力活动不足者等是高血压的高危人群。成人应注意关注血压变化,血压正常者至少每年测量1次血压,高危人群经常测量血压。建议血压为正常高值者(120-139mmHg/80-89mmHg)及早注意控制以上危险因素。

正确生活方式干预给血压“维稳”

自我血压管理是高血压患者应该具备的能力。专家提醒,在未使用降压药物的情况下,非同日3次测量收缩压 ≥ 140 mmHg和(或)舒张压 ≥ 90 mmHg,可诊断为高血压。高血压患者要认真遵医嘱服药,经常测量血压和复诊。

根据国家心血管病中心发布的《国家基层高血压防治管理指南》显示,高血压患者每人每日食盐摄入量不超过6g并注意减少咸菜、鸡精、酱油等食物中的“隐性盐”摄入,可以让收缩压下降2-8mmHg;体重超标的高血压患者每减轻10千克,可以让收缩压下降5-20mmHg。

根据这份指南,对确诊高血压的患者,应立即启动并长期坚持健康生活方式干预:减少食盐和脂肪摄入量,适量运动,减轻体重,戒烟限酒,保持心态平和、心情愉悦,通过改善不良生活习惯积极控制血压。

“合理健康饮食和降压药是并驾齐驱的。”北京医院心内科主任医师汪芳认为,合理膳食对于高血压患者的血压控制十分重要,有助于减少降压药使用、提升降压药使用效果。专家同时建议,高血压患者养成良

好生活方式还需做到三点:保证充足睡眠,不熬夜,睡前避免进行剧烈的体力或脑力活动;自备血压计,每周至少测量1次血压并做好记录;遵医嘱服药,切忌自行停药。

基层医疗服务为高血压患者保驾护航

提高高血压控制率还需要保证患者得到规范化治疗,因此,建立有效的公共卫生防控体系至关重要。中国医学科学院阜外医院心衰重症监护病房主任医师张宇清说:“基层是高血压防控的主战场。基层卫生服务人员应重视高血压患者教育,加强高血压筛查,提高高血压有效检出,同时应加强儿童和青少年的健康教育。”

近年来,我国持续推动高血压基层防治。《国务院关于实施健康中国行动的意见》要求,引导居民学习掌握心肺复苏等自救互救知识技能,对高危人群和患者开展生活方式指导,全面落实35岁以上人群首诊测血压制度,加强高血压规范管理,提高院前急救等应急处置能力。

为提高基层医疗机构心血管病防控能力,建立以基层医疗为基础的高血压防控体系,世界卫生组织、世界高血压联盟等国际专业机构开发了HEARTS技术工具包,为政府、专家及基层医疗机构工作人员提供政策和专业指导。

张新华介绍,自2017年HEARTS项目中国区启动以来,目前已覆盖河南省18个市,起到了很好的示范作用,北京、广州、新疆等地也在陆续筹备和开展该项目。

此外,专家建议应加强高血压研究。“目前高血压研究多关注于如何降压,但对于高血压发生的内在机制以及危险因素等方面关注不够。如何进行危险因素的筛查?如何划分高危人群?如何根据患者特点合理用药?未来应在这些方面下更大的功夫。”心血管基础研究专家、中国科学院院士韩启德说。

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
乘坐17路公交车到市脑科医院站下车
527/5358



邵阳卫生与健康