

# 市中心医院推进肾病专科建设,服务患者 优质医疗资源下沉 惠及更多肾病患者



▲市中心医院肾内科对培训人员进行技能操作考核。

记者 陈贻贵

通讯员 李文娟 孟天笑 张亚慧

7月28日下午,市中心医院肾内科,银宇紧张地忙碌着,就临床实践中遇到的问题与该科医护人员学习交流。银宇是一名来自邵阳县人民医院肾内科的医生,来这里进修的目的是学习腹膜透析技术。

6月1日,在邵阳县人民医院的推荐下,银宇来到市中心医院进修学习腹膜透析置管、腹膜炎处理等腹膜透析相关技术,为期半年。学成后,他将指导患者及家属进行腹膜透析操作,服务当地肾病患者,提高尿毒症患者生活质量。

到医院就诊、买药,往返耗时耗力,腹膜透析患者的感受尤为深刻。56岁的莫某来自邵阳县白仓镇,是一名尿毒症患者,做腹膜透析已经3年了。在市中心医院肾内科做腹膜透析时,该科医护人员对他们进行了腹膜透析培训,操作熟练了才让我们出院。”莫某笑着说。

今年的新冠肺炎疫情期间,通过医院医务人员的指导培训,莫某自己在家做腹膜透析治疗,他感慨地说,在家操作腹膜透析,方便很多,不但不用跑医院来回奔波,节约了出行的时间,而且节省了往返途中的费用,也避免了外出可能招致的感染风险。

目前,治疗尿毒症的方法主要为肾移植、腹膜透析及血液透析,由于肾源短缺,透析治疗成为国内外医学界的首选。由于开展血液透析对相关技术和设备的要求较高,大

多情况下需要尿毒症患者到大医院由专业医护人员进行操作,加上交通不便等原因,广大农村地区的尿毒症患者到大医院进行血液透析,花费巨大的经济、时间及精神成本,许多患者难以承受。而腹膜透析相对简便易行,是一种可在家操作的简便透析方法。只要经过正规培训,大多数患者在家里就可以自行操作。

市中心医院肾内科主任王小艳介绍,目前腹膜透析面临着社会知晓率低,技术推广不足,开展范围窄的问题,尤其是基层医院对终末期肾脏病(ESRD)知识掌握不全,认知不足,存在漏诊、误诊等现象。针对这一问题,国家卫健委要求逐级开展腹膜透析治疗,尤其是要在基层医院,探索出一条经济性强、治疗规范的标准化腹膜透析治疗道路。

2016年开始,作为全省5个指导基地中唯一一家地市级医院,市中心医院主要负责加强县域的肾病专科建设,具体包括帮助当地医院建立腹透工作室、规范血液透析室、腹透工作室的工作流程与质量管理,并培训能处理终末期肾病患者肾替代治疗常见并发症和部分疑难症的肾内科医师和能承担腹透患者管理的护理人员等。

当年2月底,在省卫健委的指导下,市中心医院肾内科以腹透技术的指导为主要内容,与中南大学湘雅医院肾内科共同启动了肾病诊疗技术帮扶,举办湖南省贫困县终末期肾病居家管理乡镇医护人员同质化培训班,构建全方位、多层次、同质化的治疗模式。对我市隆回、邵阳县等9个

县(市)的县级人民医院进行了专职医师和专职护士的系统培训,并在当地医院建立了腹膜透析室,提高了基层医院的腹膜透析技术水平。统计数据显示,截至2019年10月31日,通过腹膜透析培训,9个县(市)人民医院管理病人总人数由培训前的23人,上升为培训后的618人。

市中心医院肾内科还贴心关怀肾病患者,举行腹膜透析专病肾友会,对在居家腹透方面表现优异的肾友颁发最佳依从性奖、最佳爱心奖、最佳陪伴奖等奖项,邀请获奖者讲述他们在腹透方面的经验与自我回归社会的经历,给其他肾友起到了很好的鼓舞与励志作用。

多年来,市中心医院肾内科不仅致力于自身建设,造福邵阳百姓,还不断地向周边市州的医院提供技术指导,为湘西、怀化、永州、益阳等地的县级人民医院进行腹透技术培训,推广腹膜透析置管、人造血管、血管通路球囊扩张术等技术,在全省40个贫困县48家培训单位均建立了腹膜透析室,培养了160多名县级医院腹透专职医护人员。

如今,市中心医院已成为湖南省卫健委湘中西部腹膜透析技术培训中心、湖南省科技厅授予的湖南省肾脏疾病临床医疗技术示范基地。未来,市中心医院将继续为基层医院和周边地区的腹膜透析治疗中心提供技术指导及服务,由传统的医院服务模式转变为资源共享的医联体服务模式,打造湘西南区域腹膜透析治疗中心,扩大腹膜透析治疗中心的辐射半径,惠及更多肾病患者人群。



## 立秋后注意调养 预防呼吸疾病

帅 才

8月7日是农历二十四节气之一的立秋。中医专家提醒,立秋之后,气温开始降低,雨量减少,空气湿度相对降低,且昼夜之间温差增大,是呼吸道疾病高发的季节。在秋季应注意养生,注意饮食调养、起居调养、情志调养,预防呼吸道疾病。

湖南省中医药研究院附属医院呼吸科主任谭光波教授介绍,立秋之后,养生讲究“养阴防燥”。首先要注意饮食调养,要多喝水,少吃葱、姜、蒜、辣椒、油炸食品、膨化食品等,可适当食用一些时令水果,还可以食用百合蒸南瓜、银耳枸杞粥、雪梨炖川贝等滋阴润肺的食品。

谭光波教授说,立秋之后,天高气爽,应做到早睡早起,不要长时间待在空调房里。由于昼夜温差增大,要及时增减衣物,防止受凉感冒。有基础性疾病的老年人秋季养生要做到内心宁静、神志安宁、心情舒畅,避免因不良情绪影响身体健康。

谭光波教授提醒,患有慢性呼吸系统疾病的人群,立秋后可以针对个人情况进行食疗,饮食清淡,注重营养,必要时在中医指导下予以中药汤剂调理,可增加免疫功能。

## 瘦子不会得脂肪肝? 你可能想错了

樊文岑

35岁的张先生平时应酬较多,少不了喝酒、吃肉、熬夜,体检时被查出轻度脂肪肝。张先生以为是小事,待到右上腹出现隐隐作痛时,才发现已转为中度脂肪肝。张先生有些纳闷,自己明明是个瘦子,怎么会得脂肪肝呢?

复旦大学附属中山医院厦门医院大内科主任、消化科执行主任蒋炜介绍,近年来,脂肪肝人群迅速增长,已成为我国居民第一大肝脏疾病。为了健康,大家应均衡饮食,适当运动。即便是瘦子也不可大意。肥胖人群中60%~90%患脂肪肝,但肥胖只是得脂肪肝的风险因素之一。出现脂肪肝还有其他原因,比如胰岛素抵抗、遗传代谢等。瘦子内脏脂肪沉积过多,也会出现脂肪肝。特别是消瘦的人或短期内快速减肥的人,会出现蛋白质-热量营养不良,影响肝脏的脂肪代谢,也会发生脂肪肝。

此外,有的人选择吃素,认为吃得清淡就不会得脂肪肝。其实这么做只会事与愿违。素食中往往缺少蛋白质和维生素,不能满足身体的需要,机体就会将大量游离脂肪释放入血,一旦超过脂蛋白运输能力就会沉积在肝脏中,从而引发营养不良性脂肪肝。因此,均衡饮食非常重要。

日常生活中,大家还常常陷入另一个误区,那就是有些人认为脂肪肝轻度等于肝的损害轻。实际上并非如此。如果用胖和瘦做比喻,体检报告中B超提示的脂肪肝的“轻、中、重”更多地指肝细胞“变胖”的程度。这和肝细胞是否破裂、损害进而造成肝功能异常,并不一定成正比。也就是说,“轻度”脂肪肝完全可以发生肝损害,变成脂肪性肝炎;“重度”脂肪肝也可能不发生肝损害,依旧是单纯性脂肪肝。因此,尽管重度脂肪肝变为脂肪性肝炎的风险更大,但不代表轻度脂肪肝就没问题。无论脂肪肝的程度或轻或重,我们都需要重视。