

许昌市人民医院全科医疗科为患者提供持续性和综合性诊疗服务

关注疾病，更关注人

■记者 马晓非 文/图



尚桂梅(左一)带领医护人员查房。

生活中,每个人都会免不了出现一些健康问题。就医过程中,很多人可能会遇到这样的困扰:同时患有多种疾病,看一种病就要挂一个科室的专家号,奔

14日,许昌市人民医院全科医疗科主任尚桂梅对记者说。

持续性是指对一个人提供从出生到死亡的全过程医疗卫生服务。综合性是

指为同时患有多种疾病的患者提供整体诊疗服务,并关注生理、心理和社会各个方面对健康的影响,从而制订个性化的诊疗方案。

“全科医疗科是一个整合了临床医学、预防医学、康复医学和社会行为科学的综合性科室,可以为患者提供持续性、综合性诊疗服务。”9月

一名70多岁的患者脑梗死再次发作,入院时头晕、发热,出现肺部感染和多脏器功能衰竭,还患有糖尿病、冠心病等。其住进许昌市人民医院全科医疗科后,该科医护人员对其进行了针对性的治疗,并且非常注重细节服务,反复叮嘱其如何饮食、饮水、运动等。在该科医护人员的精心治疗和悉心护理下,患者症状逐渐减轻。

“和专科医生相比,我们不仅关注疾病,而且关注人。”尚桂梅说。很多健康问题往往涉及人们的生活方式、社会角色与健康理念等。该科医护人员会深入了解患者就诊的原因,疾病对患者生活、工作的影响,以及患者的想法和感受,并关注患者的心理状况、所处的社会环境和家庭环境。

患者住院后,该科医护人员会经常

与其沟通,让患者得到心灵慰藉,使其对生活充满希望。正因如此,该科医护人员和患者之间的关系更加和谐。很多在该科住过院的患者这样说:“这里很有人情味儿,住在这里感觉病好了很多。”

许昌市人民医院全科医疗科拥有一支医术精湛、素质过硬、具有多年临床工作经验的专家队伍,注重技术水平的提升和对患者的人文关怀,尤其擅长脑血管疾病的诊疗和管理,可为以下患者提供诊疗服务:一是早期症状不典型,不能明确到哪个科室就诊的患者;二是已经明确诊断,需要提供连续性、综合性服务的慢性疾病患者;三是已经明确治疗方案,但疾病涉及多个系统,需要同时几个专科就诊的患者。同时,该科拥有专业的中医技师,可以为患者提供针灸、理疗、拔罐、穴位贴敷、中频脉冲治疗等服务。

医界前沿
许昌市人民医院协办

秋季出游烧烤 注意防病菌

■记者 刘地委

秋天是出游的好季节。和亲朋好友出游,自助烧烤是一个不错的选择。近日,许昌市中心医院健康管理中心主任田锦芳提醒,烧烤食品虽然美味,但食品烤焦了,食用后对健康危害大。

田锦芳介绍,烧烤致癌物质的产生,最主要的方式是食物接触到明火。比如,烤肉,油滴在炭火上会产生一种叫苯并芘的高度致癌物质;肉烤糊会产生杂环胺类物质;人们喜欢吃烤土豆、红薯等,其里面含有大量淀粉,而淀粉用明火高温加热超过140摄氏度会产生丙烯酰胺类物质。

以上致癌物质,人们可以通过选择其他烧烤方式避免其出现。比如选择用微波炉、烤炉、烤盘等烧烤。烧烤时要控制好温度,或者用锡纸包住肉类再在火上烤,不要让肉糊了,这就大大减少了致癌物质的产生。

另外,选择不同的腌料、酱料来降低致癌物质。平常腌肉会用油、盐和淀粉等,并且在烧烤的过程中会不停地在食物上刷。这个过程完全无助于减少致癌物,而且会不知不觉地摄入过多的盐分。

“建议大家以后腌制肉类或在烧烤的过程中,用大蒜汁、桂皮粉、迷迭香等天然香料,以减少烧烤食物时致癌物质产生的数量。”田锦芳说,食物烤好以后,选用番茄酱、柠檬汁、蒜末儿、香菜末儿作为调味品涂在烤肉上,然后用生的蔬菜包裹烤肉来吃。这样也可以减少摄入致癌物质。

另一种致癌物质被称为多环芳烃,存在于烧烤时产生的烟雾中。人们即使不吃烤肉,长期闻这种烟雾,同样有致癌风险。因此,烧烤地点应选择通风较好的户外场所,同时烧烤时间不要过长。

很多人吃烧烤时会喝啤酒。殊不知,啤酒会促进致癌物质的吸收,还会引起肥胖。另外,很多人把烧烤当成一顿正餐,以肉类为主,瓜果蔬菜可有可无。这是不对的。吃烧烤时,不妨在食物清单中增加薯类、瓜类等,既享受了美味,又不失健康。人们吃红薯片儿、土豆片儿除了可以增加饱腹感,少吃烤肉,减少致癌物质的摄入外,这些含淀粉的食物还能提供膳食纤维和抗性淀粉,有助于有毒物质的排出。没有烤完的生肉,可以简单腌制一下再存放,但不建议反复冷藏,应尽快吃完。

临床用血吃紧,市中心血站紧急求援

即日起至30日(周六除外),该站将举办紧急招募献血者送温暖活动

本报讯(记者 刘地委)今年中秋节、国庆节合并可连休8天。面对即将到来的加长版小长假,你想好怎么过了吗?旅行、聚会、宅在家,都是不错的选择。其实,还有一种庆祝方式——无偿献血。

9月15日,记者从许昌市中心血站获悉,入秋以来,随着我市临床用血量不断激增,该站库存血量频频告急。为确保临床用血患者得到及时救治,缓解供血量压力,在中秋节、国庆节到来之际,许昌市中心血站即日起至30日(周六除外)将举办为期半个月的以“迎中秋庆国庆,捐热血见行动”为主题的紧急招募献血者送温暖活动。

活动期间,凡成功献血者将获赠节日特色纪念品:优质大米、体重秤或双份纪念品等。另外,参与献血并将活动信息转发至朋友圈者将获赠精美纪念品1份。除举办献血送好礼活动外,许昌市中心血站还将采取动员团体单位积极参与献血活动、增加流动采血车下乡镇次数等方式积极应对目前严峻的供血形式。

许昌市中心血站的工作人员告诉记者,今年8月,全市参与献血的爱心人士共计3494人,采集血液总量(红细胞)为6847个单位,而该站发往全市各医院的血液量(红细胞)高达8181个单位,致使该站库存的各种血型严重短缺。病魔无

情,人间有爱。为了他人的健康安全,许昌市中心血站呼吁更多的爱心人士,以及团体单位积极行动,踊跃加入无偿献血队伍,帮助更多患者渡过难关。

为保证献血顺利进行,献血者献血前一定要睡眠充足,2日内不饮酒,且献血当天饮食清淡,不空腹。这样可以保障血液质量。献血者献血时应提供有效的证件,如身份证、士兵证等。

另外,止血绷带应在献血后30分钟去除,穿刺点上的敷料应保留至少4个小时;献血后24小时内不剧烈运动、高空作业和过度疲劳,多补充水分,食用易消化的食物和水果,不饮酒,睡眠充足。

“现在的医疗技术真先进。”9月15日,许昌圆融颈肩腰腿痛医院副院长、骨科及康复病区主任沙明为肩周炎患者做肌骨超声检查时,该患者忍不住赞叹道。

沙明告诉记者,肌骨超声是该院引进的一项新技术。应用高频超声来诊断肌肉骨骼系统疾病,能够清晰显示肌肉、肌腱、韧带、周围神经等浅表软组织结构及其相应的病变,如炎症、损伤、畸形引起的结构异常。医生针对病变部位进行治疗,可以有的放矢、直达病灶。

记者 刘地委 摄



孩子到幼儿园总生病,找准原因“对症下药”

■记者 刘地委

原本健康的孩子怎么一去幼儿园就生病?这是很多父母会遇到的问题。9月14日,许昌市妇幼保健院儿科专家裴留伟告诉记者,孩子入园后的第一年生病的高发期。由于孩子免疫系统发育不完善,加上存在分离焦虑症,这都为生病埋下了隐患。

今年3岁的童童在父母的精细照顾下平时很少生病,可是自从上了幼儿园以后反复感冒、咳嗽。上周童童在家休养好了,昨天去了幼儿园,放学回家后又开始咳嗽不止。童童的父母带其去医院检查,医生说是病毒感染。

裴留伟说,每个孩子的免疫力发展过程略有差异。三四岁的孩子免疫力并不强,环境突然变换,接触到从未

接触过的病菌,很容易生病。同时,开学时间正值秋季,病毒相对活跃,是感冒和呼吸系统感染的高发期。

幼儿园过的是集体生活,空间比较密闭,而且孩子会共用一些玩具或者公共设施,病毒、细菌很容易通过这些玩具或者公共设施传播。

因此,对于刚上幼儿园的孩子,家长一定要培养其良好的卫生习惯。譬如饭前、饭后、便前、便后、玩耍前后要洗手;咳嗽、打喷嚏要捂住口鼻,不要对着他人。另外,孩子出现感冒、腹泻等症状最好留在家中。

因为家里和幼儿园的饭菜口味、种类等存在差异,有的孩子在幼儿园出现挑食、偏食、厌食等情况,增加了肠胃负担,出现腹泻、腹胀、积食等状况。

为增强孩子的免疫力,家长和老要多带领孩子参加运动。家长要给孩子增加营养,多吃蛋白类的食物。因为蛋白质是构成机体免疫防御功能的物质基础。适当补锌,机体缺锌时,免疫力会降低。多吃瓜果蔬菜补充维生素。据研究,轻度缺乏维生素A和维生素C是造成小儿反复呼吸道感染的常见原因之一。

“孩子生病后,家长不要随意给孩子使用抗生素。”裴留伟说,抗生素适合感染严重的病症,如果是轻微感染,不建议使用。因为经常使用抗生素会造成机体免疫功能得不到锻炼,当再次遇到致病菌时,无法通过自身免疫细胞抵御侵袭。因为孩子的免疫力是在一次次与病菌的斗争中逐渐增强的。