

温州市人民医院报



医院官微

崇德崇新 至精至诚

编印单位 温州市人民医院 温州市妇女儿童医院 上海大学附属第三医院 投稿热线: 88306615 Http://www.wzsrmyy.com

2023年8月18日 第243期 本期四版 内部资料 免费交流 浙内资准字第C008号

“医”心为民,闪耀在百年里的温暖瞬间

潮起瓯江,大爱未央。

110年滚滚洪流中,温州市人民医院展现了百年仁济的风骨与精神,焕发着人性的光辉。

110年风云激荡里,不变的是全体职工艰苦奋斗的光荣传统和与时俱进的为民情怀。

一代又一代的温人医人,秉承人民医院为人民的宗旨,不断提升群众就医体验,全力打造让人民群众满意的人民医院,用自己精湛的医术和仁爱的臂膀扛起了保障温州乃至浙南闽北百姓健康的重担。那些闪耀在百年里的温暖瞬间,牵引着温州市人民医院走过四季,走进新的春天。

不忘初心 百年仁脉未曾褪色

当我们掀开医院百年历史画卷,看到的是一串串闪光的足迹。

“董若望医院以仁爱救济为宗旨,为温州劳苦穷人施医施药,此外还经常上门送医送药。”温州市人民医院百年院志中提到,医院处处以慈善仁爱之心温暖着劳苦贫穷的病人与地方老百姓。“救死扶伤,厚德济世”的种子,在建院之初就播撒在了这片土地。

“献给参加‘氯爆’事故的无私无畏战士”——在医院精心收藏的老物件中,有一张依旧鲜艳的证书,见证了一场惊心动魄的极限救援。



参与“氯爆”救援证书

历史的指针拨回到1979年9月,平静的一天被接连而至的急救车给打破。“当时是中午,司机送人来的时候,我们一点思想准备都没有。”当时的值班医生黄素梅老人回忆道,病人越来越多,整个医院充满了氯气的味道,非常刺鼻。“把他们放在手术室门口地上!进行人工呼吸!”黄素梅立刻判断需要为患者及时给氧,跪在地上为患者按压胸腔人工呼吸。

全院的医生迅速集结,外科、内科、门诊、急诊医生都过来了,医院各个科室所有氧气筒也都拿了出来。许多医生强忍不适坚持抢救病人,甚至有的医生因接触病人时间过长,自身肺部也受到严重影响,出现胸闷的情况。氯爆抢救工作持续了一个多月,累计抢救病人200

多人。

经过时间的发酵、精神的滋养,这颗“救死扶伤,厚德济世”的种子逐渐夯实根基,枝叶繁茂。

上世纪70年代,黄素梅医生接诊了一名特殊的脓胸病人,其他医院无力诊治不敢接收,几经辗转到了她这里。经过开胸诊治,患者奇迹般痊愈了。被问及为何不拒绝,黄素梅十分坚定:“不能就这样回去,回去她就死了。这是医生的天职,我问心无愧。”

医者,胸中有爱,手下有情。像这样温暖的故事在市人民医院一次次上演,重获新生的人们有人开了服装店、有人结了婚、有人抱了孙子……不忘将喜事告诉自己的医生,将这份温暖回报。

医改便民 细微之处温暖人心

“医生开具门诊入院单后,我们直接到病房就办理住院了……非常方便!”日前,患者夏阳(化名)在温州市人民医院娄桥院区就诊时体验了“一站式服务”。家属感慨,在病房就能办理入院手续,免去了排队时间,真的非常便利。

来市人民医院看病越来越“简单”了,这是许多患者和家属的直观体验。市人民医院坚持践行新发展理念,深化医疗服务改革,充分运



“5G+AR”急危重症远程会诊

用新手段、新技术、新模式,打通群众看病就医的痛点、难点。

将诊疗服务做细做实,离不开信息化手段的全面应用。看病排队长、住院往返跑的问题早已成为“过去式”,医院不断创新推出全市首个住院病历移动端“信息化阅档服务”,全市首个“互联网医院+居家护理”等项目,让数据多跑路,就医少跑腿。

依托5G+AR技术,市人民医院实现基层医院救治-院前转送急救-院内救治信息资源共享、系统互联互通,全面优化危重症患者救治全过程的病史信息实时调取、生命体征数据实时传输、远程医疗视频会诊等功能。1年时间成功救治了100多位基层危重病人。

为了满足暑期儿童就诊高峰,今年7月份,市人民医院增开了夜间儿童生长发育特需门诊;为了减轻医院周边企业务工人员的经济负担,娄桥院区将部分周末特需门诊改成普通门诊,邀请高年资医生坐诊,正高挂号费仅需22元;为了缩短患者平均住院时长,也降低住院费用,市人民医院启动日间手术试点,广泛开展快速康复,依托多学科联合会诊,推进日间手术精细化管理……

让人民满意永无止境。未来,市人民医院还将开展术后管理,药学咨询门诊等服务,让“急难愁盼”变“满意答卷”。

生命至上 全龄友好图景绘就

步入市人民医院信河院区10号楼11楼,温馨的米色系环绕四周,隔着病房听不到嘈杂,如果不是穿梭其中的医生护士,仿佛来到了一家五星级酒店。

这里有全国首家智慧母婴友好病房。慕名而来的法国华侨胡女士,在这里体验了一次五星级的生产服务。智能手环实时掌握产妇身体状况,婴儿智能安全床垫对新生儿监测睡眠和呼吸情况,只需通过声音就能控制各项生活设施,让她直呼科技体验感满满。“最重要的是,这里的医护人员都非常专业,让我时刻感受到

温暖和关怀。”

阳光待产室内,梦幻的星空主题缓解产妇产焦虑,同样温馨的还有家属等候区;开展父婴接触,让爸爸第一时间与孩子亲密接触,增加亲子关系,分担妈妈的辛苦……在市人民医院产科,像这样温暖的细节无处不在。“帮助产妇达到她们的理想状态,让分娩成为快乐的事。”科室负责人胡艳君说,这是产科一直在努力的方向。

今年6月1日,娄桥院区的智慧儿童友好门诊、病房正式开诊。“好像进了科技馆,没有个把小时,孩子都带不走。”带着孩子就诊的市民李先生评价道。

市人民医院在儿科建设有着丰厚的历史积淀,随着温州市妇女儿童医院的回归,儿童健康管理全面发展。“顺应‘儿童友好城市建设’的东风,我院提出了儿童友好医院建设。”儿童内科主任姜毅深知“儿童友好”的重要性,医院不断改进符合儿童生理的设施,打造符合儿童心理的环境,更是在服务上贴近儿童需求,改善儿童就医体验。“改变传统就医模式,有时候在游戏中就能完成就诊。”去年医院获得全市五星级儿童友好医院,相关经验不断推广。

除了“一小”,市人民医院在实现“一老”的身心健康上也下足了功夫。2021年6月25日,医院成立老年综合学科,按照国家标准对病房人员、配备、仪器设置提出具体要求。不仅对病房进行了适老化改造,还定期举办关爱活动,减轻住院老人的焦虑。

“老年人的医疗服务更‘针对人’。”在老年医学科主任张建华看来,老年人的救治不能只针对“治病”,更要改善老年人的功能状态,提升身体素质。医生会对住院老人进行全面评估,多学科查房讨论,开展针对性治疗,协同康复、营养、护理等提高老年生活质量。

把“友好”融入医院发展的方方面面,把柔性关照渗透到医疗服务的各个环节。“每次路过医院咖啡吧,看到老人、孩子、青年人和谐共处的美好场景,我们做的这一切都值得。”副院长张红萍的一席话,道出了所有温人医人的心声。 据《温州日报》

我院“仁医博士团”志愿服务项目 荣获省卫生健康系统青年志愿服务项目大赛银奖

本报讯(团委 朱高斌)为深入贯彻落实党的二十大精神,习近平总书记关于志愿服务系列重要指示精神,紧紧围绕“谋人民健康之福,解群众疾病之苦”的初心和使命,大力挖掘、培育、推广卫生健康系统优秀青年志愿服务项目,引导青年志愿服务组织和广大青年志愿者为深入实施“八八战略”、打造“重要窗口”,奋力谱写省域卫生健康现代化贡献青春力量,以优异成绩迎接杭州亚运会、亚残运会顺利召开,7月17日,2023年浙江省卫生健康系统青

年志愿服务项目大赛在杭隆重召开。

我院“仁医博士团”——早癌筛查医疗志愿服务项目“经市卫健委选拔报送,通过项目申报、集中评审和现场汇报等环节,从全省项目中脱颖而出,夺得银奖。

2022年我市户籍居民恶性肿瘤报告发病率为472.83/10万,已成为我市疾病死亡原因之首,且80%的癌症患者发现时已为中晚期,此时的患者5年生存率不足10%。世界卫生组织《癌症报告》指出:三分之一的肿瘤是可以预防

的,三分之一的肿瘤是通过早诊早治实现治愈,因此加强早癌筛查刻不容缓。癌症已成为家庭因病致贫、因病返贫的一大因素。如何提升居民防癌、治癌意识,对癌症进行科学有效的早期筛查就成了一项重要任务。

我院“仁医博士团”秉承“仁心仁术,仁医仁爱”的理念,为贫困、偏远地区群众提供早癌筛查。以医院14个科室的24名医学博士为核心,形成MDT(多学科会诊模式),开展8种浙南闽北高发肿瘤早癌筛查。

仁医博士团早癌筛查团队深入偏远贫困山区,为浙南闽北、西部对口支援地区居民提供早癌筛查服务,并积极联系社会慈善组织,为患癌症经济困难群体进行手术费用减免。团队定期进行健康市集、科普沙龙、线上直播等多种方式的科普宣传,提升居民早癌筛查意识,达到早发现、早诊断、早治疗的目标。

主编:张丽 编辑:刘微微

我院圆满完成“廉洁文化宣传月”活动



仁医清韵

本报讯(纪检监察室)为推动党风廉政建设向更深更实的方向发展,全面提升职工的纪律意识和廉洁意识,我院在建院110周年之际,以“仁医清韵”为主题在七月开展廉洁文化宣传月系列活动。

以“报”铭廉,深化青廉工程

7月3日,医院推出“清音廉语-青年话廉”海报展活动,拉开了廉洁文化宣传月的序幕。21位优秀青年医务人员以海报为载体,借助院内网、钉钉、公众号等媒介,分享医院美景和廉政学习心得。不仅展现了青年医务人员的使命担当,也丰富了廉洁文化传播的方式,让廉洁文化深入人心、内化为年轻干部的自觉行动,转化为打造清廉医院的内生动力。

以“影”省廉,筑牢思想防线

7月6日,医院组织“廉洁观影”活动,两院区共百余人到场观看。影片故事情节精彩生动,展现了一场正义势力与邪恶势力的较量,体现了对贪腐分子坚决打击的态度和决心。通过生动的故事情节和鲜活的人物形象,传递了廉洁的价值观和道德准则,切实增强职工廉洁从业的主动性、自觉性、自省性,筑牢拒腐防变的思想防线。

以“艺”宣廉,营造和谐氛围

7月13日,医院举行“仁医清韵”文化主题公园的开园仪式。将公园实景与仁爱、廉洁理念深度融合,寓思想性和艺术性于一体,生动地展示了医院的发展历程和医务人员仁爱为怀的高尚品德,和谐医患关系营造了良好的氛围。开园当天,同期举办了廉洁主题作品展览。参展作品涵盖书法、绘画、摄影、手工等多种艺术形式,通过色彩的运用、形象的塑造,展现了廉洁的内涵和外延。展出还设置了廉政知识测试互动游戏和大众投票区,进一步提升廉洁文化的活跃度和参与度。

以“赛”明廉,点亮廉洁文化

7月20日,医院开展了“拼图倡廉洁”、“连‘廉’看”等别开生面的主题活动,将多元化的廉洁元素与年轻人喜闻乐见的游戏相结合,通过新颖有趣的比赛方式,让全院职工关注和重视廉洁文化建设。活动中,医务人员纷纷在《廉洁行医承诺书》上郑重签下自己的名字,用实际行动践行廉洁自律的承诺,努力打造一支医德好、医术精、风气正的高素质医疗团队,共筑风清气正的医院新风采。

以“学”悟廉,共聚奋进力量

7月28日,医院党委书记阮国模以《全面从严治党永远在路上》为题,讲授专题党课。会上强调,要立足新发展阶段,自觉把握和运用党的百年奋斗历史经验,永葆自我革命精神,坚定不移将党风廉政建设和反腐败斗争进行到底,持续深化不敢腐、不能腐、不想腐一体推进,统筹党风廉政建设与医院高质量发展,统筹行业作风建设与医院各项工作,全面、持续、深入推进清廉医院建设,踔厉奋发、勇毅前行,为医院高质量发展保驾护航。

以“言”抒廉,倡导勤廉并重

医院党委书记阮国模在网络直播间开展“勤廉大家谈”活动,畅谈清廉医院建设创新举措,并与网友们在线交流,勉励大家勤廉并重、守法修身。内二支部的专家名医、青年医生代表结合自身工作实际,分享“勤廉并重”心得,立志用行动彰显仁医情怀,让爱廉守廉成为新时代的风尚。

以“行”践廉,助推医院发展

医院积极动员全院各支部的干部职工,围绕“九项准则”、网格化监督制度、法律法规等进行学习。通过科室、支部、青年学习小组等方式开展“勤廉共同学”活动,并以微视频形式展现学习成果,记录廉洁之声,传播清风正气,推动形成崇尚廉洁、向上向善、创新实干的良好院风。

通过这次廉洁文化宣传月的活动,进一步加强了医院团队的向心力和凝聚力,有效提升了广大干部勤廉意识。温州市人民医院将继续传承百年人医崇德崇新、至精至诚的理念,用实际行动践行廉洁文化,彰显仁医情怀!

温州市人民医院：“夜色疗人”下的坚守与创新

近日,去温州市人民医院夜间门诊看病的市民会发现,周一至周五晚上,有不少“重磅级”专家坐诊,如消化内科主任医师余颖聪、儿童保健科主任医师张宇、耳鼻喉科主任医师张瑜等……

从当初的一个科室到10个专科,再到全院总动员;从夜间门诊到日间义诊,该院积极探索医疗服务新模式,将医疗服务向院外延伸,“医疗上门”便于民,更是暖人心。

据悉,这是温州市卫健委近期组织市直属公立医院推出“夜间门诊”“周末门诊”“节假日门诊”等便民服务措施的一个缩影,一系列很有体验感的暖心举措更加方便市民看病就医。

从坚守到走红 他因夜间门诊成“网红”

2020年,温州市人民医院试水夜间门诊,温州市人民医院儿童保健科副主任医师吴安乐成为夜间特需儿童生长发育门诊的第一个坐诊医生。

“他当时因为知名度不高,刚开始在夜间门诊坐诊的时候,有时候一个晚上只有一个孩子来找他看。”该院门诊部主任林玉仙介绍,“根据门诊统计数据,这3年来,吴安乐的门诊量逐年上升,其中有不少是在夜间门诊结识的‘小粉丝’,因为他的坚守,有越来越多的家长认可他,现在看他的生长发育门诊也

需要抢号了。”

如今的吴安乐已经成为有一定知名度的“网红”医生。“现在我的号都已经约到10月份了。”吴安乐告诉记者,平时的门诊号就比较难抢,在暑期就更加难抢了。在刚刚过去的7月份,他周一至周五的门诊号,往往是一放出来,很快就被抢光了。

如今,在吴安乐每周五晚上的夜间门诊,来找他看生长发育的孩子,除了温州市区外,还有不少来自瑞安、乐清、永嘉等地。在周五晚上的夜间门诊,为了照顾到更多



骨科主治医师刘文斌在夜间门诊坐诊

白天抽不出时间的年轻父母,吴安乐还特意增加了婴幼儿体检项目。

从4个科室到多学科

全院总动员“夜色疗人”

为了解决上班族、学生在白天无法就医的痛点,近年来,温州市人民医院陆续开设了夜间特需儿童生长发育门诊、夜间针灸推拿科门诊、夜间特需妇科门诊、夜间儿科门诊4个夜间门诊。

从今年7月份开始,该院又推出消化内科、神经内科、呼吸科、全科、骨科、妇科、产科、耳鼻喉科、儿童保健科等10个科室“组团式”扩容夜间门诊单元,检验科、影像科、超声医学科等辅助诊断科室;同时,药房、收费处、导诊台等同步运行,方便患者错峰就医。

夜间门诊由临床经验丰富的专科医生领衔坐诊。在出诊的名单中,一些知名专家也赫然在列,如消化内科主任医师余颖聪、消化内科主任医师郑恩典、儿童保健科主任医师张宇、全科医学科主任张雪良、呼吸内科主任医师叶环、耳鼻喉科主任医师张瑜等;另有知名妇科团队、产科团队出诊,如陈育梅团队、胡艳君团队专家联合出诊,切实满足了患者对优质医疗资源的更多需求。

温州市人民医院党委书记阮国模介绍,按照温州市卫健委的统一部署,为进一步优化医疗服务流程,帮助群众解决“上班没时间看病或没时间陪老人看病”等急难愁盼问题,逐步实现群众看病就医“上班族不误工、学生党不请假、老年人不落单”,温州市人民医院特推出夜间门诊、周末门诊、节假日门诊,延长就诊时间,改善就医感受、提升患者体验,用医务人员的“无休坚守”守护“百姓健康”。

接下来,根据当前患者夜间就诊需求和就诊人次监测情况,医院将动态调整夜间门诊接诊安排,针对群众需求旺盛的科室,将全院总动员,组织更多医生参与夜间门诊扩容服务,更好地保障群众健康。

此外,温州市人民医院还大力推进“医疗上门”。如该院“互联网+护理服务”以“线上申请,线下服务”的模式为主,为各种原因无法到医院的人群提供统一、规范、安全的上门居家护理以及线上护理咨询服务,让群众足不出户就能感受到优质、便捷的就医体验,体现“护理到家”的服务理念。

据《温州晚报》

从本地到外地 夜间门诊解燃眉之急

“太好了,晚上也能看张主任的门诊!”8月11日晚上7点,一名来自乐清的年轻父母带着孩子走进温州市人民医院看生长发育人气“爆棚”的医生——张宇的诊室,很是欣喜。



针灸推拿科医师潘荣凯在夜间门诊为患者推拿

张宇告诉记者,他的夜间门诊依然爆满,由于不断加号,他常常要看到晚上10点多,主要是有一些孩子到处看生长发育,家长会拿一大堆资料来,这样坐诊的时候比较容易浪费时间。

记者了解到,在张宇的夜间门诊中,除了温州地区的孩子,还有不少是来自台州、金华、丽水等地的。

在该院娄桥院区的夜间门诊,针灸推拿科主治医师邵衡明显忙碌了起来。“最近在夜间门诊,一个晚上要接诊五六个患者。”邵衡介绍,在针灸推拿操作时,患者需进行问诊查体,治疗一个患者至少需要半小时;如果病情复杂一些,一些患者甚至需要一个小时左右。因此,在3个小时的夜间门诊,治疗五六个患者已经是极限了。由于娄桥院区邻近潘桥工业区,来该院针灸推拿科做治疗的大多是工地上的工人,他们

白天来回医院加上治疗时间,往往需要2个小时,夜间门诊就极大地方便了他们的治疗。

“对于骨科患者来说,夜间门诊的开设蛮有用的。”骨科主任医师王大凤介绍,由于骨科的CT、核磁共振检查可以预约到晚上7点,但这个时候医生已经下班了,因此,不少患者做好检查后,只能在第二天拿着检查单再来一趟医院。而现在,做好检查后,患者可以直接在夜间门诊找骨科医生看片子,真正做到了“最多跑一次”。

据了解,坐诊骨科夜间门诊的,都是副高以上高年资医生,他们业务强,经验丰富,可以为一些看骨科急诊的患者提供更加专业的医疗服务。此外,在骨科门诊,由于白天门诊量大,医生可能没有充裕的时间为患者讲解,而在夜间门诊,时间则更加充裕一些,医生也可以做更细致的讲解。

26岁小伙口渴难耐吃半个西瓜险丧命！

究竟是怎么回事……

此前,一名26岁小伙因口渴吃半个西瓜而昏迷的新闻登上热搜,原因是该小伙本身患糖尿病,而吃西瓜后引起了重度糖尿病酮症酸中毒。

而最近的我院内分泌科也碰到了好几例被“甜到中毒”的患者。

赤日炎炎,随着大家饮料及西瓜等进食量增多,糖尿病酮症酸中毒发生率明显增加。我院内分泌科2天内收住4例糖尿病酮症酸中毒患者,其中年纪最小患者才16岁。其中3例均为新发糖尿病,均因“口干多饮多尿伴消瘦,纳差,乏力”等表现入院,来院查血糖最高达37.57mmol/L;另1例为25岁年轻小伙子,糖尿病病程3年余,平素降糖药物治疗下家中偶测血糖显示“high”——已经高到测不出来准确数值了,但其仍未予重视,此次出现“纳差伴频繁恶心呕吐,呼吸费力”入院,入院时查静脉血糖>34.69↑mmol/L。上述患者入院后予积极降糖、补液等治疗后均已好转出院。

正当年轻力壮的时候,为什么会突然出现如此危重的病情?糖尿病酮症酸中毒又是什么原因?

糖尿病酮症酸中毒(DKA)是糖尿病急性并发症之一,病死率较高,是由于胰岛素不足和升糖激素不适当升高引起的糖、脂肪和蛋白质代谢严重紊乱综合征,临床以高血糖、高血酮和代谢性酸中毒为主要特征。1型糖尿病(T1DM)有发生DKA的倾向;2型糖尿病(T2DM)亦可发生DKA。

糖尿病酮症酸中毒(DKA)的发生常有诱因,包括急性感染、胰岛素不适当减量或突然中断治疗、饮食不当、胃肠疾病、脑卒中、心肌梗死、创伤、手术、妊娠、分娩、精神刺激等。

血酮体升高(血酮体≥3 mmol/L)或尿糖和酮体阳性(++以上)伴血糖增高(血糖>13.9 mmol/L),血pH(pH<7.3)和(或)二氧化碳结合力降低

(HCO⁻³ <18 mmol/L),无论有无糖尿病病史,都可诊断为糖尿病酮症酸中毒(DKA)。

糖尿病酮症酸中毒临床表现

糖尿病酮症酸中毒是常见的糖尿病急性并发症,起病急、病情重,如果没有得到及时、恰当的救治,很可能危及生命。

起病前数天:可有多尿、烦渴多饮和乏力症状的加重;

失代偿阶段:出现食欲减退、恶心、呕吐、腹痛,常伴头痛、烦躁、嗜睡等症状,呼吸深快,呼气中有烂苹果味(丙酮气味);

病情进一步发展:出现严重失水现象,尿量减少、皮肤黏膜干燥、眼球下陷,脉快而弱,血压下降、四肢厥冷;

晚期:各种反射迟钝甚至消失,终至昏迷。

糖尿病酮症酸中毒预防方法

1.控制饮食
应遵照个人情况,根据医嘱定时定量进食,控制热量及糖分的摄入,对于加餐需要节制。

2.防止脱水
保证人体必须的水分摄入,必要时可以适当补充淡盐水,同时还需预防腹泻引起的脱水。

3.预防感染
感染是酮症酸中毒的主要诱因,虽常发于冬春,但夏季也不可掉以轻心。气温炎热,食物容易变质,要预防病从口入。

4.严格控制血糖
不论是口服药物或是注射胰岛素,都要严格按照按量使用,不能擅自停药或增减药量。

5.增加识别能力
糖尿病患者及其家属要掌握糖尿病的基础知识,提高对糖尿病酮症酸中毒的认识。一旦出现患病症状请尽快就医!
内分泌科 黄玲玲

58岁的包先生,两个月前开始遭遇了令人困扰的症状——一直打嗝,在医学上称之为顽固性呃逆。尽管他进行了全面的检查和尝试了各种药物治疗,但这个症状并没有得到改善。包先生表示自从出现打嗝症状后,他的生活质量明显下降。食欲减退,夜晚难以入睡,不停的打嗝给他带来了无尽的烦恼。更糟糕的是,他的情绪变得越来越不稳定,有情绪爆发的趋势,这让他的家人担忧不已。

后来,包先生经人介绍来到我院疼痛门诊寻求帮助。根据他的病史和临床表现,疼痛科陈翔医师决定采用超声引导下神经阻滞疗法对其进行治疗。术后,包先生的呃逆症状立刻得到了缓解。一个周后的门诊随访中,他表示呃逆的症状已经完全消失,睡眠质量得到了显著的改善,进食也回归了正常。

顽固性呃逆是一种罕见且具有挑战性的疾病,其主要的表现为膈肌不规则、有节律的痉挛性收缩,其持续时间超过48小时且无法自行缓解,目前没有可靠的药物治疗办法。这种疾病可能导致多种并发症,如睡眠障碍、饮食不节、疲劳和情绪障碍等。因此,会严重影响患者生活质量。

神经阻滞疗法是一种通过注射药物阻断或减弱其神经信号的传递,以达到缓解疼痛、减轻症状或改善特定疾病的目的。不仅能治疗呃逆、耳鸣、失眠、面肌痉挛等疾病,还能治疗多种慢性疼痛疾病。它具有以下优势:

- 1.能够通过注射药物到特定的神经周围,阻断疼痛信号的传递,从而快速有效地控制疼痛。
 - 2.能够阻断疼痛循环,减轻疼痛的程度和持续时间,有效改善患者的生活质量。
 - 3.能改善血液循环,缓解由于血液循环不畅引起的疼痛。
 - 4.具有抗炎作用,能够减轻组织的炎症反应,进一步加强其镇痛效果。
- 神经阻滞疗法在疼痛治疗中的应用十分广泛,不仅能有效缓解疼痛,还有助于改善炎症和血液循环,是一种非常有效的治疗手段。

麻醉科 陈翔

不停打嗝可能是因为疾病造成的……很多人还不知道!

三伏天流行“晒背养生”?

医生提醒:这些才是养生的正确操作!

近日,网上掀起一股“晒背风”,引发关注。那么晒背真的有效吗?有网友表示确实看到效果,有网友则表示晒背不当容易造成中暑,晒背不是每个人的体质都适合。

医生提醒:不要盲目跟风,要根据自己的体质量力而行。那么什么才是三伏天养生的正确操作呢?

什么是三伏天

所谓三伏,是指7月中下旬,气候渐热,属初伏;8月上旬为中伏;8月中旬,为末伏;这段时间,气温最高,三者统称三伏。

伏天过不好,对我们的健康影响很大。这绝非危言耸听。

入伏后有一个问题一般人都不会搞混:“伏天里我们要一心防暑?”

正好相反,古代圣贤几千年的顺天时养生智慧告诉我们:入伏之后,要防寒!

伏天开始,人体的阳气在一年中逐渐达到顶峰,血管处于扩张状态,腠理开泄,一旦着凉,寒邪便容易趁机入侵。夏季外来的寒邪包括洗冷水澡、蹬凉水、吹空调等。

除了外来寒邪,还有内伤寒邪。夏季人们多喜食冷饮、冰镇水果等,导致人体阳气受损,秋季易生疾病。

因此,千万不要小看夏季的寒邪,此时防寒甚至比防暑还重要。

下面将养生的方法推荐给大。

三伏天防暑养生

第一招:喝热茶

夏季阳气浮散于外,人体内里虚寒,因此夏季应当选择温热食物,喝热茶,为人体提供充足的能量,让汗孔打开,微微出汗,这样才能更好地散热。同理,洗热水澡、热水泡脚也可达到促进汗腺分泌、增强代谢、加快散热的作。

第二招:做艾灸

伏天艾灸,是泻热清凉、养生避暑、冬病夏治的最佳方法。在施灸的过程中,适量出汗,再喝一些温热的薄荷叶水,顿时人就会感觉到清爽无比,闷热之气一扫而光。

第三招:八段锦

《黄帝内经》说“动能升阳”,但是夏天运动最好不要出大汗,因此练八段锦是个不错的选择。八段锦老少皆宜,术式简单,不受年龄、天气和地点的限制,非常适合久坐办公室的上班族们,可以预防颈椎、腰椎病等,每次练习只需十几分钟。

第四招:热敷热浴泡脚

1.热敷肚脐
平时用热水袋或热毛巾(温度在四十

摄氏度左右),敷在肚脐上,半小时后取下,每天坚持敷,辅助身体排汗散热,是解暑的好方法。

2.热水浴

用冷水洗澡,会使皮肤毛细血管变细,反而更让人觉得热。而洗热水澡,可以使毛细血管扩张,有利于机体散发热量,消除人体疲劳。

3.热水泡脚

在夏季,经常用热水泡脚,可促进排汗,增强汗腺功能,提高耐热力。每晚临睡前用45℃左右的温水浸泡双脚,水淹没踝关节处,每次浸泡15-20分钟,以感到微微出汗最好,千万不要大汗淋漓。

三伏天的养生误区

一、夏天过度温阳

俗话说“一年养阳看春夏,春夏养阳看三伏”。因此很多人在夏天会喝姜粉。但如果不知道自己的体质盲目喝姜粉,不仅达不到养生的目的,反而会适得其反。姜粉适合于脾胃虚寒或寒湿体质的人。如果体质属湿热或者阴虚者,如果再过多吃姜就会“火上浇油”引起上火。同样,有人提倡夏季多喝羊肉汤也是这个道理。夏季喝羊肉汤进补只适合阳虚之人,大多数人在夏季呈阳盛状态,喝多了羊肉汤或吃多了羊肉,反而会导至上

火。就算是阳虚体质者,夏季进补也需适可而止,不要大补。

二、夏天过度锻炼

夏天过度锻炼,如果出汗过多,会耗伤人体的阳气和津液,尤其中老年人,出汗过多会导致血液黏稠,容易引起心脏病、脑梗等。夏天锻炼一定要避开高温,宜做体操、散步、打太极拳等,只要微微出汗就好。

三、每天大量喝绿豆汤

绿豆汤寒凉,脾胃虚寒的人不宜喝绿豆汤,否则会加重症状,甚至引发其他疾病。

四、雨后凉爽去锻炼

夏季暴雨后,湿度随热气蒸发往上走,空气中的湿度其实会加重,雨后散步往往更易出现胸闷、头晕甚至恶心的症状。因此雨后建议减少外出活动。

五、蔬果代替正餐

三伏天身体出汗多、消耗大,易疲劳、没胃口,不少人直接选择蔬果代替正餐,但这种方法很容易导致免疫力降低,时间久了容易产生疾病。因此即使天再热,也要适当的吃些瘦肉、鱼、豆、奶、鸡蛋等,食欲不好时,可变换一下口味,吃莲藕、冬瓜、丝瓜、扁豆等夏令食品。

中医科 朱雪琼

医疗共富

“山海提升工程”常驻专家叶亚云：

让温州泰顺百姓领略她的“手上功夫”

“叶医师，感谢您的治疗，让我的肩部活动自如，疼痛消失，终于可以睡上安稳觉了。”近日，温州泰顺50岁的阿芬(化名)带了一面锦旗感谢温州市人民医院针灸推拿科副主任中医师叶亚云。近期，叶亚云作为“山海提升工程”的下派专家组成员，在泰顺县人民医院开展帮扶工作的短短两个多月时间里，让当地老百姓领略了她的“手上功夫”。

肩疼不等于肩周炎

康复训练动作要得当

前段时间，阿芬的右肩不能外展、后伸，连内衣扣子也扣不起来，尤其是夜间，肩部的疼痛让她无法入睡。她以为自己患上肩周炎，贴贴膏药就能好，结果三四个月不见好转，于是求助于叶亚云医师。叶医生仔细地对她进行检查，初判不是肩周炎，就让阿芬做了肩关节核磁共振检查，结果发现右肩袖轻度撕裂、肩关节积液。于是，叶亚云为她进行针灸、隔药饼灸治疗，并且指导她做强化肩胛带训练动作。两个疗程，即一个月后，阿芬终于康复，便有了送锦旗的一幕。

“近期我在泰顺接诊多例肩痛的患者，他

们通过针灸结合康复治疗，均有改善。”叶亚云介绍，很多人把肩痛与肩周炎画上等号，其实肩痛的原因复杂，比如肩关节本身的疾病：肩袖损伤、肩峰撞击症、肩锁关节炎、筋膜炎等等，还包括肩关节附近的病变以及其他疾病导致肩关节牵涉痛。肩周炎(冻结肩)只占很小的比例，此病即便不治疗，也能逐渐好转。但是肩袖损伤不治疗一般不能自愈。同时，肩袖损伤疼痛发作时如果自行错误锻炼有可能会加重病情。因此，肩痛患者应到医院通过检查确诊，再根据病因做相应治疗和康复锻炼。

开展腹针、艾灸新疗法

患者络绎不绝

叶亚云常驻泰顺县人民医院后，秉持“授人以渔”的帮扶理念，开展艾灸疗法、腹针疗法等中医特色新技术新项目，言传身教，一边诊治，一边教学。

前段时间，叶亚云忙着给当地村民中医埋线减肥，这段时间，开展冬病夏治、艾灸、腹针治疗。她开展的督脉灸、脐灸、隔药饼灸深受当地患者的欢迎。一位备受宫寒、痛经困扰

的年轻女性在“督脉灸”后，当月来潮就不痛了，之后她的亲友，有患强直性脊柱炎、有患慢性胃炎都寻求治疗，都收获不同程度的疗效。于是，患者口口相传下，来叶亚云诊室的人越来越多。

泰顺的一位音乐女教师患上“怪病”(肌张力障碍)，手指出现僵硬，无法弹琴，职业生涯受阻，为此，她四处求医，收效甚微。叶亚云为她实施腹针疗法治疗，其病症逐渐好转，现已可以弹琴，目前还在进一步治疗之中。

“腹针疗法为无痛疗法，是在患者的腹部选取特殊穴位，进行特殊手法，调气血，通过调节内脏平衡达到治病的作用，适宜病种广泛，尤其适合怕针灸疼痛的患者。”叶医生将腹针疗法的经验传授给泰顺县人民医院的针灸医生，让更多的当地患者从中受益。

叶亚云说，她在泰顺县人民医院常驻还有近三个月的时间，她会继续开展各项帮扶工作。

从下沉到提升，再到受益，自“山海提升工程”开展以来，温州市人民医院与泰顺县人民医院紧密合作，派驻专家开展了一项项新技术，造福了泰顺百姓。

据《温州都市报》

温州市体检中心成功创建市级「青年文明号」

吹响青春号角！

本报讯(团委 钟铭晨)近日，经共青团温州市委员会批准，温州市体检中心荣获2022年温州市“青年文明号”称号，这是该院在青年文明号建设中取得的又一重大成绩。

温州市体检中心是温州地区成立最早的非营利性专业健康体检机构，也是首家通过“全国健康管理示范基地”评审的市级专业体检机构。科室共有62名成员，青年40名，是一支具有良好职业素养的年轻的体检服务团队。

温州市体检中心以“三心”的服务宗旨开展工作，坚持以人为本，健康至上。以“做人民健康的好卫士”为创建理念，让青年员工在“体检行业”光芒“四色”，从巧立名色建制度，色色俱全强管理，和颜悦色促服务，有声有色创活动四个方面开展工作。

2022年3月8日中心成立了公益品牌“听体检说”，2022年全年公众号共发表文章138篇，视频号共发布健康视频58个，直播间共直播25期，总观看人数约39463人，获赞264992次。“听体检说”公益项目开展线下健康讲座24次，受益人群约1000人。

2022年6月1日，为助力温州市儿童友好服务项目，经过青年职工前期的调研、筹备，温州市体检中心儿童体检业务正式上线，并且与温州晚报合作开展了3次线下儿童体检体验活动，参与儿童共50人。

2022年11月3日，中心青年文明号和社会体育指导中心合作的另一公益品牌项目“国民体质检测”正式签约。在中心设立全国国民体质监测点，投用首台国民体质检测一体机，为参加体检的市民提供免费的体质测试，深入贯彻习总书记始终坚持以人民为中心的理念。

在媒体宣传活动中，温州市体检中心共参与录制了五期“与卫健同行，一切为了人民健康”的专题系列节目，共接受了21次的媒体采访，涉及温州日报、健康浙江等。同时，青年职工积极参与医院开展的“共享社，幸福里”，走进名企、“关爱民警健康”城市路面整治等志愿服务活动。

多年来，温州市体检中心的青年职工们默默奉献，挥洒青春汗水，用实际行动彰显新时代青年应有的风采。市级“青年文明号”的成功创建，是对温州市体检中心工作的高度肯定，今后将以此作为新的起点，用青春的誓言扎实工作，为实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献青春力量。

温州市人民医院午间义诊，把优质医疗服务送到群众「家门口」

8月11日，温州市人民医院“迎亚运、当先锋、作奉献”义诊活动走进娄桥街道中庚漫游天地，把优质的健康医疗服务送到群众“家门口”。

作为温州市人民医院夜门诊服务的延伸项目，此次义诊活动由该院开通夜门诊的消化内科、骨科、耳鼻喉科、呼吸内科、神经内科等科室的专家团队共同参与，其中有不少“重量级”专家坐诊，包括消化内科主任医师余颖聪、骨科主任医师王大凤、神经内科主任医师张庆元等。义诊现场人头攒动，排队等候就诊咨询的市民群众络绎不绝。居民张女士告诉记者，这几天自己身体浑身乏力，得知这次有多位主任、副主任医师前来义诊，感到机会难得，所以早就过来等候就诊。

“耳鸣，头晕症状有多久了？”“平时要注意小朋友的饮食习惯”……义诊医生面对面为群众“把脉”问诊，详细询问既往病史，耐心检查身体症状，并对健康状况进行评估讲解和开具处方。免费问诊送药的同时，该院技能培训中心的急救培训师还利用人体模型为大家现场演示心肺复苏的急救步骤和操作手法，以理论和实践相结合的方式讲解专业理论和急救技能，提高居民应对突发事件的应急自救、互救的能力。

“为了更加方便娄桥商务区的上班族参加我们的义诊活动，我们医生特意利用中午午休的时间给大家进行义诊，这在我们的义诊中还是首次。”温州市人民医院行政二支部副书记陈乐表示，此次午间义诊是该院继夜间门诊、周末门诊、节假日门诊后对医疗服务新模式的又一次探索，通过医疗服务向院外延伸，打通服务群众的“最后一公里”，也是借此机会进一步宣传医院夜门诊服务。近期，温州市人民医院再度升级夜门诊服务，改善就医体验，“组团式”扩容夜间门诊单元，将开设夜间门诊的科室增至10个，着力帮助群众解决“上班没时间看病或没时间陪老人看病”等急难愁盼问题，逐步实现群众看病就医“上班族不误工、学生党不请假、老年人不落单”，用医务人员的“无休坚守”守护万家健康。

据《掌上瓯海》

成功救治“病危”患者出院这天家人送来……



“朱医生，谢谢你，谢谢大家这段时间的照顾和关心！”7月10日，温州市人民医院娄桥院区呼吸与危重症医学科病房里，患者张先生握着前来查房的科主任医师朱莺的手，连连说着感谢。原来，两个月前张先生病情突然恶化，辗转求医后，最后在温州市人民医院得到救治，今天是他出院的日子，家人还特意带来一枚印有“医德高尚 医术精湛”的锦旗，向医护人员表达感激之情。

家住瓯海区潘桥街道的张先生今年60岁，有着十多年的病史，长期有着咳嗽、咳痰、胸闷气喘等病症。今年5月，张先生病情发展迅速，被某省级医院一度下达“病危”通知。6月13日，不愿放弃治疗的张先生家人，将其送往温州市人民医院娄桥院区诊治。“当时他家人把他送过来的时候，状态是很差的，出现呼吸衰竭的情况，入院的时候生命体征很不稳定。”温州市人民医院呼吸与危重症医学科主任医师朱莺介绍，刚刚入院时，张先生患有慢性阻塞性肺病伴有

急性加重、呼吸衰竭、肺源性心脏病、免疫缺陷等多种疾病，肺部感染严重，还出现皮疹等过敏情况，病情十分危急。

在住院期间，朱莺和她的医师团队一起积极查找病因，时刻关注患者病情变化和各项化验指标，依据张先生身体状况果断更换前期的治疗药物，并结合各项检查结果，随时调整治疗方案，开展了抗感染、机械辅助、营养支持、抗凝等一系列治疗。在经过27天治疗后，张先生身体得以康复。“感谢医生对我爸的关怀，他们特别负责任，非常谢谢。”得知父亲今天就能出院回家，张女士激动地表示，这全都得益于医护人员的高超技术和精心护理。

“我们一直是非常努力地地为瓯海乃至全市的病人提供救治，对于每个病人都做到个体化的治疗，不放弃每一个病人，不管是危重病人还是普通病人，都是尽我们最大的力量去做。”温州市人民医院呼吸与危重症医学科科主任叶环说道。

据《掌上瓯海》

医院目标

不断提升核心竞争力，加快实现“打造员工满意、百姓信赖的现代临床研究型医院”阶段性战略目标，向2035年建设“浙江名院”的远景目标奋进。