

巡视时多看了一眼,她救了患者一命

本报讯(赵雪煜 李祉莹 冯凯)近日,市一院输液护士陆森在忙碌的工作之余悉心观察患者,及时发现异常情况并采取有效措施及时挽救生命,其善举被省市级媒体报道。

73岁的曹先生最近总感觉小便不畅,到市一院就诊后查出患有急性尿潴留,医生立即行膀胱穿刺手术后,他便来到输液室进行输液。没多久,曹先生就突然发生意识障碍,晕了过去。“病人歪斜坐着,像是睡着了,一动不动,我观察了一下,总感觉情况不对,呼叫了几次,他当时已经没有了反应。”当班护士陆森在巡视过程中发现了蹊跷,呼之不应、脉搏微弱,出于职业的判断,陆森一边呼叫其他同事帮忙,一边安抚患者家属李女士,“你不要急,在医院里就放心,我们会送老爷子去找医生。”

周围的热心群众也参与进来,大家合力将曹先生抬上抢救平车,快速将他转运至急诊抢救室。经急诊团队详细检查,发现曹先生本就患有心脏



疾病,当时突发室性心动过速致心源性晕厥,急诊医护团队给予紧急处理并经老年医学科和心血管内科专家充分评估,最终植入一枚心脏除颤器后转危为安顺利出院。

“幸亏陆森护士的快速反应和沉着应对,以及众人的合力帮助,大家与时间赛跑,挽救了曹先生的生命。”参与救治的急诊医学科副主任医师金肇权说。“当时真的慌了,无论怎么喊、怎么推老伴,他都没有动弹。幸亏陆森护士,她的及时出现和准确判断,不顾一切地把老头子抱着抬上病床,我非常感动,感谢一院救了老头子的命。”李女士感激万分。

陆森坦言,遇到患者突发病情,专业判断和紧急救治是输液室护理人员的基本技能。为进一步保障就诊患者的安全,门诊护理团队近年来持续开展急救能力提升行动,以多形式加强门诊急诊工作人员的病情评估、应急处置及团队急救等能力。

注射输液室副护士长强盛表示,陆森是一名主管护师,工作已有二十余年,作为科室组长,平时严格要求自己,时刻保持冷静的头脑,认真踏实地完成每一天的工作是她给自己的承诺。她善于沟通,能耐心倾听患者需求,及时给予关怀和帮助,最大限度保证每位患者都能得到最好的护理。

医防融合赋新能 医教协同护健康 市疾控中心举办全市学生常见病干预工作研讨会

中心、青少年近视防控中心、青少年脊柱侧弯防控中心、儿童青少年脊柱侧弯中医药干预等试点牵头工作进行介绍。

相关监测干预工作亮点纷呈。溧阳市疾控中心与武进区中医院合作开展脊柱侧弯干预行动,组织初筛阳性学生开展假期训练营,在医院专科门诊完成随访干预;新北区疾控中心组织开展科学刷牙实践活动,拓展儿童口腔健康服务内涵,在全区幼儿园推广“小手拉大手”科学刷牙法,其原创科普动漫视频获一致好评;经开区开展青少年肥胖健康干预试点工作,签订家庭-学校-医疗机构三方合作协议,进行膳食和运动干预并取得良好成效。

市教育局、市卫健委领导出席会议,进一步推动医教协作、医防融合,整合优质资源、引进适宜技术,提升干预成效、强化学生常见病防控工作,共同保障青少年儿童健康成长。

近日,常州市疾控中心组织召开2024年全市学生常见病干预工作研讨会,总结全市学生常见病干预工作情况,交流探讨相关经验做法,护航全市青少年儿童健康成长。

经过多年努力,全市学生常见病监测体系不断完善,干预措施也更加精准。市疾控中心主任姚昉致开幕辞,进一步推动学生健康医防融合,持续深化医教协同育人格局。市疾控中心副主任谈立峰主持会议。

会议上,市疾控中心相关工作人员介绍近年组织实施的学生常见病监测和六大干预行动工作情况,学校卫生能力提升、科研交流方面的成果。市儿童医院、市三院、市体育医院、市中医院分别就市儿童心理发展



常州爱尔眼科医院开设斜弱视门诊



引发一系列心理问题,如自卑、社交障碍等。

天宁区残联党组书记、理事长沈仲亮,常州市医学会眼科学分会主任委员、市一院眼科主任刘瑶,常州爱尔眼科医院CEO胡鹏祥,常州爱尔眼科医院院长谭英,常州爱尔眼科医院视光及小儿眼病科主任、斜弱视门诊主任刘元媛以及部分斜弱视患者朋友参加了本次斜弱视门诊发布会。

沈仲亮介绍了天宁区残联发起的“0-6岁儿童低视力基本康复救助”公益项目。早在2008年,我市就开始对0-6岁包含低视力在内的各类别的残疾儿童实行抢救性康复救助。2023年7月,天宁区残联正式确认常州爱尔眼科医院为残疾儿童定点康复服务机构,开展“0-6岁儿童低视力基本康复救助”公益项目。他衷心希望常州爱尔眼科医院能够继续发挥自身的专业优势,充分利用好先进的诊疗设备和经验丰富的医生团队,为每一个接受训练的孩子制定科学、有效的训练方案。

常州爱尔眼科开设的斜弱视门诊,将依托爱尔眼科江苏省区斜弱视视光学组和爱尔视光研究所,常州爱尔视光及小儿眼病科主任、斜弱视专科主任刘元媛坐诊,开展斜视的手术及非手术治疗、弱视的综合治疗、视功能训练、低视力康复等检查、诊断及治疗。门诊汇聚爱尔眼科集团斜弱视专家力量,采用同步国际的视觉训练技术,推动多学科联合诊疗,为患者提供精准诊断及“一站式解决方案”的服务。

斜弱视训练的关键期通常被认为是儿童视觉发育的关键时期,即0至6岁。在这个阶段,孩子的视觉系统处于快速发展和塑形的重要时期,通过有针对性的斜弱视训练,可以显著改善孩子的视觉功能,因此,将斜弱视防控的阵地前移至幼儿园,无疑是保护儿童视力、促进其健康成长的重要举措。活动中,常州爱尔眼科与红梅幼儿园、翠竹幼儿园共同签署了儿童斜弱视防控指导站共建协议,通过一系列切实可行的措施,为孩子们筑起一道坚实的“爱眼护眼”防线。

土三七养生,吃出肝脏血管性疾病

本报讯(李青 于梦霞)56岁的陈女士,数日前出现上腹部不适,伴暖气、反酸,腹部饱胀,来到南京医科大学第三附属医院(常州二院)就诊。超声检查显示,陈女士肝实质弥漫性回声不均、增粗、增密,肝内静脉变细,可能是患上了肝小静脉闭塞综合征。

仔细询问后,医生得知陈女士很重视养生,特别迷信各种草药,已经坚持吃了一年的土三七。土三七是一种中药,具有止血、散瘀、消肿止痛、清热解毒的功效,与三七疗效相似,且价格更低。但土三七含有多种吡咯生物碱成分,极易损伤肝脏,如果随意自行服用,没有进行严格的质量控制和医学监测,会引发严重后果。

陈女士被确诊的肝小静脉闭塞综合征就与此相关。医生解释,这是一种由于肝小血管尤其是肝窦内皮细胞受损,造成肝窦与肝小静脉部分或完全闭塞,引起肝内淤血、肝损伤和门静脉高压的一种肝脏血管性疾病。临床表现主要为腹胀、肝区疼痛、乏力、腹水、黄疸、肝大等。患者多数在服用含吡咯生物碱植物后1个月内发病,也可能经过较长时间后才出现临床症状,病情严重的甚至可能导致死亡。

医生提醒市民,土三七有毒,且中毒后治疗困难,应在专业医师的指导下合理使用,千万不要自行服用民间偏方。使用土三七时要高度重视其肝毒性,不要大剂量长期使用,使用期间要定期检查肝功能。



抗癌,应注意“身心同治”

瘤,情绪低落,不免存在或多或少的焦虑甚至抑郁,而肿瘤患者情绪好坏与其生存期长短及生存质量息息相关。市肿瘤医院在长期的临床工作中发现了这一点,因此注重“身心同治”,医护人员常常利用治疗间隙为病人进行心理疏导,渐渐在患者之间形成了互助的良好氛围。

刘阿姨就把自己缓解负面情绪的“五感”抚触法传授给了新认识的病友小吴。“五感”抚触法是一种通过视觉、听觉、嗅觉、味觉和触觉五种感官刺激来缓解患者心理压力的方法。这种方法可以帮助肿瘤患者减轻焦虑、抑郁等负面情绪,提高生活质量。

视觉:通过欣赏美丽的风景、艺术作品或观看轻松愉快的视频来实现。这可以帮助患者转移注意力,减轻心理压力。刘阿姨自从患病以后,就报名参加老年大学的摄影班,每次出去散步都随手拍一些路边的小花小草,心情不知不觉就好了很多。

听觉:通过听音乐、自然声音(如鸟鸣、流水声)或者参与音乐疗法来实现。刘阿姨一直喜欢弹古筝,经常自己谱支小曲练练手或者找个专业“大咖”的音频听一听。

嗅觉:通过使用芳香疗法来实现。就是使用精油等物质,通过嗅觉刺激来达到放松和舒缓的效果。刘阿姨说她最喜欢薰衣草的味道,家里不仅有薰衣草插花,床头柜上还放着薰衣草精油给自己助眠、镇静、放松心情。

味觉:通过品尝美食或者参与烹饪活动来实现。刘阿姨说美食不仅可以带来愉悦的体验,还可以促进社交互动,增强社会支持感,帮助自己建立积极的生活态度。她经常和一群老年大学的校友去寻访网红美食,逢年过节时自己还看烹饪视频学习做法,给家里的老伴和儿孙们摆上一桌好菜。

触觉:通过按摩或使用舒适的物品(如柔软的毯子、抱枕等)来实现。按摩疗法对缓解肌肉紧张和心理压力有积极作用,与柔软的物质亲密接触可以带来安全感。刘阿姨在网上买了一台按摩椅放在卧室窗边,每天听古筝音频的时候就躺在椅子上,盖着舒适的蚕丝小毯闭目养神。心理治疗听上去很神秘,其实,在日常生活中有很多可以慰藉心灵的小妙招。

链接 甲状腺癌131-碘治疗后日常生活小贴士

1. 执行隔离措施:131-碘有放射性,会通过体液排出。治疗后的前2周,应尽量避免与他人特别是儿童和孕妇的近距离接触。在家中应单独使用卫生间,并多次冲水,以减少放射性物质残留。单独睡觉,保持与他人人的合适距离,通常建议在1到2米之间。
2. 确保合理饮食:多喝水,有助于加速131-碘的排泄。避免吃含高碘食物,如海鲜、碘盐等,以提高治疗效果。适量增加膳食纤维摄入,帮助肠道蠕动,加速放射性物质排出。适当增加蛋白质摄入,如牛奶、鸡蛋等,增强机体免疫力。
3. 保证规律作息:应有充足的睡眠,每天7-8小时,避免熬夜;治疗完的2周内勤洗手,尤其是在上厕所后和处理个人物品时,使用单独的毛巾和餐具,避免交叉污染。衣物和床上用品应单独清洗。
4. 保持良好情绪:多与他人交流,培养广泛的兴趣。灵活运用“五感”抚触法舒缓不良情绪,必要时可以找专业医生进行心理疏导。
5. 坚持科学运动:适度的慢跑、快走、瑜伽等运动,都可以有效提高机体免疫功能。对于大多数患者来说,坚持练习八段锦是非常不错的选择。另外,还有很多简单易行的“微型运动”方式也是养生法宝,如经常转动眼球、叩齿、梳头、揉腹、按摩耳朵、提肛、拍手、踮脚等。
6. 注重定期复查:治疗后需按医嘱进行定期血液检测和影像学检查,监测甲状腺功能和疾病进展。若出现不适症状,如喉咙疼痛、唾液腺肿大或异常疲劳,应及时就医。

南医大三附院(常州二院)“延陵院区——阳湖院区”定点班车时刻表

始发站	班车发车时间				
延陵院区	6:50	9:00	12:00	14:00	17:30
阳湖院区	6:50	10:00	12:50	15:30	17:30

乘车点:常州二院延陵院区东南角(延青路) 常州二院阳湖院区东门
※周六、周日保留延陵院区6:50、9:00、17:30和阳湖院区6:50、10:00、17:30的班车,其他时段取消

健康服务

常州市第一人民医院	地址:局前街185号 电话:0519-68870000	常州市肿瘤医院(第四人民医院)	地址:新北区红河路68号 电话:0519-69806980	第904医院常州医疗区	地址:和平北路55号 电话:0519-83064102
常州市第二人民医院延陵院区	地址:延陵中路468号 电话:0519-88104931	常州市妇幼保健院	地址:钟楼区丁香路16号 电话:0519-88581188	武进人民医院	本部:永宁北路2号 电话:0519-85579150
常州市第二人民医院阳湖院区	地址:滆湖中路68号 电话:0519-81099988	常州市儿童医院	地址:中吴大道958号 电话:0519-69808328	(常州市第八人民医院)	南院:武进区滆湖东路85号 电话:13915837120
常州市中医医院	地址:和平北路25号 电话:0519-88124955	常州市第七人民医院	地址:延陵东路288号 电话:0519-69800506	武进中医医院	地址:湖塘人民西路6号 电话:0519-86582737
常州市口腔医院(市中医医院钟楼院区)	地址:北直街61号 电话:0519-86804028	常州市疾控中心	地址:泰山路203号 电话:12320	北极星口腔医院连锁	钟楼机构、武进机构、新北机构、天宁机构、青枫机构、溧阳机构 电话:0519-81899999
常州市第三人民医院	地址:兰陵北路300号 电话:0519-82009999	常州市卫生监督所	地址:泰山路199号 电话:0519-86608357	常州现代口腔门诊部	荷花池店:钟楼区荷花池公寓19-1 电话:0519-88120611
		常州市德安医院	地址:丽华北路157号 电话:0519-68016199		九洲店:钟楼区三陵九洲新世界四楼 电话:0519-88120633