

广州卫生计生

创办于1976年2月

内部资料 免费交流 准印证号:(粤A)L0160107

广州市卫生和计划生育委员会主管 广州市健康教育所编印

2017年4月14日星期五 第7期(总第1083期) 半月出版 本期4版

全国健康促进工作会议在济宁召开

“2017年健康中国行”宣传活动同步启动



王贺胜向“2017年健康中国行”活动首站山东省授旗,正式启动今年健康中国行宣传活动。

《广州卫生计生》综合报道 为了贯彻落实全国卫生与健康大会和第九届全球健康促进大会精神,推进实施《关于加强健康促进与教育的指导意见》和“十三五”全国健康促进与教育规划,继续加强健康促进工作,4月13-14日,国家卫生计生委在山东济宁任城区召开全国健康促进工作会议,并同步启动2017年健康中国行宣传活动。教育部、工商总局、体育总局、国家中医药局、中国科协等部门相关司局,各省、自治区、直辖市卫生计生委,新疆生产建设兵团卫生局,委机关各司局和相关直属联系单位,有关专家和媒体代表约500人参加了会议。国家卫生计生委副主任王贺胜出席会议并讲话。王贺胜充分肯定了健

康促进工作取得的显著成绩,“把健康融入所有政策”成为新时期卫生与健康工作方针,健康影响因素得到进一步控制,健康环境进一步改善,居民健康素养水平稳步提升,成功举办了第九届全球健康促进大会,为全球健康促进事业发展贡献了中国经验。他指出,要准确把握健康促进工作面临的新形势,全面推进健康促进工作跨越式发展,以新时期卫生与健康工作方针为指引,以推进健康中国建设为主线,以抓落实为主线,以需求为导向,以维护和保障人民群众健康为根本,落实“把健康融入所有政策”方针,建设健康支持性环境,普及健康生活方式,营造健康文化,共建共享,实现健康促进工作与经济社会协调发展。

他强调,要建立“把健康融入所有政策”长效机制,探索开展健康影响评价,创建健康促进县区,营造支持性环境,普及健康生活方式,提高居民健康素养,持续推进控烟履约,加强体系建设,提升健康促进能力。王贺胜向2017年健康中国行活动首站山东省授旗,启动2017年健康中国行宣传活动。山东省人大常委会副主任温孚江出席会议并致辞。本次会议安排有全体会议和“学校健康促进”、“健康科普”、“全民健身”、“健康传播”、“媒体传播”5个平行会议。与会代表们就加强健康促进与教育等问题进行了现场交流,并在济宁市任城区部分健康促进医院、学校、机关进行现场调研。

理论与宣传引导更加及时,指出全面两孩政策下控制“两率”形势更为严峻,产儿科服务资源供需矛盾突出,出生缺陷综合防控任务加重,并在此基础上部署了2017年加强妇幼健康服务机构建设、加强产儿科队伍建设和提升妇幼健康服务能力,继续实施母婴安康行动计划和落实妇幼重大和基本公共卫生项目等十个方面的工作任务。唐小平在讲话中分析了广州市妇幼健康工作面临的问题和挑战,提出要深化医药卫生体制改革,推动妇幼健康事业可持续发展;在加强基层服务能力建设过程中,补齐妇幼健康服务短板;与优化整合

卫生计生资源相结合,探索妇幼健康服务新模式;将健康融入所有政策,保障妇女儿童健康权益,要求以抓落实为主线,切实完成2017年妇幼健康工作任务,强调了全面提升妇幼健康服务能力,进一步优化妇幼健康服务网络,下大力气加强产儿科能力建设,持续巩固危重症救治工作成效和不断完善出生缺陷综合防控等五项重点工作,要求全市各级卫生计生行政部门和妇幼健康服务系统的工作人员深刻理解,准确把握新形势下妇幼健康工作方针,齐心协力、真抓实干、开拓进取、攻坚克难,为保障母婴安康、建设健康广州做出更大贡献!

番禺区召开卫生计生工作会议

《广州卫生计生》讯(通讯员 詹海燕)4月6日,番禺区召开2017年卫生计生工作会议,回顾2016年工作成绩,部署2017年工作。会议指出,2016年,番禺区卫计系统深化医药卫生体制改革,完善计划生育服务管理,提升公共卫生服务能力及重大传染病防控水平,成功创建国家妇幼健康优质服务示范区,达到国家消除疟疾标准,高分通过巩固国家卫生城市复审,大石街社区卫生服务中心以省、市第一名的成绩参加全国基层岗位练兵和技能竞赛获三等奖。全年完成门急诊量1300万人次,出院19.5万人,人均期望寿命达81.34岁,各项指标居全市各区前列。会议强调全区卫生计生工作要坚持以人民群众健康为中

心,践行“大医精诚”理念,以“稳基层、重预防、强医疗、优服务、促改革、保健康”为工作目标,不断完善卫生服务体系,提升基层卫生服务能力,优化人口计生服务管理,提高全民身体健康素质。重点推进八项工作:一是强化资源投入,推进广州南部医疗高地建设;二是完善医疗机构运行机制,争当深化医改的排头兵;三是推进公共卫生服务全覆盖,健全疾病防控网络;四是深化计生服务管理改革,完善配套保障措施;五是提升基层卫生服务能力,做好健康“守门人”;六是加强宣传和文化建设,培育医务人员的精神家园;七是加强卫生计生执法,为群众健康保驾护航;八是层层压实责任,推动全面从严治党向纵深发展。

越秀区妇幼保健院入选广州市首批公共场所母婴室示范点

《广州卫生计生》讯(通讯员 李婷)近日,广州市首批公共场所母婴室示范点授牌仪式在白云山举行,越秀区妇幼保健院与白云山风景区母婴室、海珠客运站母婴室、地铁广州南站母婴室、广州市儿童公园母婴室等九个母婴室被授牌,成为广州市首批公共场所母婴室示范点。授牌仪式上还发布了《广州市公共场所母婴室建设指导手册》(以下简称《指导手册》)。

《指导手册》按照计划,到2019年广州将建成800间以上母婴室。越秀区妇幼保健院作为妇女儿童健康的守门人,近年来积极投入母婴室建设,配备了婴儿护理台、哺乳椅等专业的母婴硬件设备,功能齐全,环境优美,已经申请通过了联合国儿童基金会认证的“母爱10平方”,为带着宝宝外出的妈妈们提供母乳喂哺便利。此外越秀区大力倡导建立母乳喂哺和婴儿护理室,2016年全区18个社区卫生服务站均设立了母婴室,有效促进了母乳喂哺措施的落实,为越秀建设“首善之区”做出了应有的贡献。

黄埔区开展控烟综合执法检查

《广州卫生计生》讯(通讯员 江敏健)按照市卫生计生委控烟办的统一部署,近日黄埔区由区爱卫办牵头,区公安分局、区食品药品监督管理局、区卫计局卫生监督所等控烟执法部门联合组成控烟执法队,对辖区内餐饮场所、国家机关、企事业单位公共场所进行控烟综合执法检查。

联合执法队负责人介绍,经过近年来坚持每月控烟联合执法和多方宣传教育,黄埔区公共场所吸烟情况明显减少,餐饮行业维护无烟环境意识明显提升,但仍部分餐饮企业控烟力度不足,无及时制止客人吸烟行为,对周边群众造成影响。该负责人表示,下一步,黄埔区将以《条例》为依据,以宣传执法为抓手,持续加大我区控烟执法力度。

广医五院与增城区派潭镇中心卫生院共建医联体

《广州卫生计生》讯(通讯员 张振华)4月5日,广州医科大学附属第五医院(下称“广医五院”)与增城区派潭镇中心卫生院医联体揭牌仪式在派潭镇中心卫生院举行,双方合作共建的紧密型医联体正式成立。据了解,广医五院是一所微创外科技术和康复医学技术为品牌特色,集医疗、教学、科研与预防保健为一体的三级综合医院,在泌尿系统结石微创治疗领域具有国内先进水平。按照合作计划,广医五院和增城区派潭镇中心卫生院建立

医联体后,双方将在人才培养、技术支持、双向转诊等方面开展合作。广医五院将定期派出专家到派潭镇中心卫生院坐诊,为卫生院医护人员开展培训,将该院在康复医疗、微创外科方面医疗服务和技术知识引入至当地,让当地群众在家门口享受优质服务。同时,广医五院将开通人才培养通道,派潭镇中心卫生院将定期派出医护人员到广医五院学习,促进基层医院医疗服务队伍综合素质和能力提升。



医联体揭牌仪式现场

短讯

今年3月,海珠区政务服务中心对依托“海珠政务”微信平台推出的“在线应询”服务进行功能升级,将后台从消息终端迁移至微信官方客服平台。海珠区卫计局迅速响应,按要求进行了职能落实和人员报备。办事群众可通过“海珠政务”微信平台“在线应询”服务,以发送文字、图片、语音等方式进行卫生与计划生育相关内容的咨询。(海珠区卫生监督所 林乃森)

3月29日,白云区预防毒蘑菇中毒宣传活动(主会场)在同和街雄州商业城广场举行,活动由白云区卫生计生局主办,区疾控中心(区健康教育所)承办,同和街道办事处、区人民法院、同和街社区卫生服务中心共同协办。白云区将今年3月27日至4月7日定为“预防毒蘑菇中毒”宣传周。在此期间,辖内22个街镇均结合实际开展以“珍惜生命,远离毒蘑菇”为主题的大型宣传活动。(白云区卫生计生局 蔡景浩)

3月18日,海珠区妇女儿童保健工作委员会联合珠江医院举办第二届“再生育—优生优育产前诊断研讨班”,辖区内外医疗机构妇产科医务人员和社区保健人员共200余人参加了培训学习。作为广东省首批通过的出生缺陷综合干预中心,海珠区积极举办再生育专题研讨班,以提高产儿科医务人员诊疗水平,保障辖区积极应对生育高峰。(海珠区妇幼保健院 席静)

3月24-25日,2017广东省文化科技卫生“三下乡”活动暨“千会服务千村”行动启动仪式在开平举行。中山六院积极响应号召,由中山六院北院区党支部、影像检验中心、生殖医学中心、产科与胎儿医学中心等科室和部门组成的15人专家团队(其中6人副高以上),联合开平市卫计局和开平市妇幼保健院,开展“生殖与健康”专题义诊活动。(中山六院)

今年以来,海珠区妇幼保健院频传喜讯,先是以最高得分取得了2016年度海珠区属公立医院绩效考核评价A级、手术室获得“海珠区巾帼文明岗”称号,紧接着妇产科住院部在全市多个参评单位中脱颖而出,一举获得了“广州市巾帼文明岗”称号。(海珠区妇幼保健院 黎迎)

3月15日,广州市、区两级卫生监督所积极参与,配合全市各职能部门进行“3·15国际消费者权益日”宣传活动。活动期间,各卫生监督单位在现场咨询点就市民关心的各类卫生问题、疾病防控、投诉举报等涉及卫生监督的有关事项进行了详细的解答,获得了较高的群众满意度。(广州市卫生监督所 刘国绕、罗婷婷)

4月1日,海珠区卫计局组织召开“海珠区基本公共卫生服务项目研讨会”。区卫计系统各下属单位、市结防所二分所等对本机构负责的基本公共卫生服务项目专线工作进行总结经验、查找不足,并展开研讨。(海珠区卫生监督所 殷明、陈繁)

何贤纪念医院挂牌 “广州市女职工创新工作室”

《广州卫生计生》讯(通讯员 麦丽霞)3月28日,番禺区何贤纪念医院(区妇幼保健院)在保健楼会议室举行“广州市女职工创新工作室”揭牌仪式,标志着该院女职工增添了一个技术攻关、自主创新的工作平台。2016年,广州市总工会女职工委员会响应省总工会女职工委员会号召,带领各级工会女职工组织积极搭建平台,培育女高技能人才(女劳模)领衔的创新工作室,充分发挥女职工在提升企业自主创新能力中的主力军作用。经过一系列评选,广州市总工会女职工委员会最终评选出15间女职工创新工作室,番禺区何贤纪念医院超声医学专业技术攻坚工作室成为成功创建的工作室之一。此次揭牌仪式受到了市、区各级领导的重视,番禺区委常委、番禺区委总工会梁艳燕主席、广州市总工会女工部副调研员、广州市总工会基层女工部副调研员、番禺区委常委、番禺区委王满娣主任、番禺区卫计局办公室主任、工会副主席陈卓君、医院领导及相关科室人员参加了揭牌仪式。



揭牌仪式现场

何贤纪念医院女职工创新工作室旨在把有发明爱好、创新兴趣和技能专长的女职工组织起来,围绕本单位生产经营重点、难点问题开展项目攻关、技术难题探讨、岗位技术和经验交流。在揭牌仪式上,梁艳燕主席指出,女职工创新工作室对激发职工活力、打造知识型创新型队伍有重要的意义,希望以此为契机,工作室成员发挥主观能动性,深入开展各种技术攻关、技术创新、传帮带等实践活动,有力推动学科发展,为创建美丽和谐番禺作出更大的贡献。

超声医学专业技术攻坚工作室,由超声科主任、主任医师龚伟带队,副主任医师梁倩虹、主治医师陈淑华、医师袁晓芸、主管护师吴引娣五人组成。创建过程中,在超声造影、超声介入、女性盆底超声、儿科超声等方面共获得37项新技术创新成果;推动了全科开展超声新技术,在区属医院首先开展女性盆底三维超声、子宫输卵管三维超声造影、儿科系列超声等;参与广东省心研所的“先天性心脏病出生队列研究和心脏缺陷监测”科技项目,得到广东省心研所有关专家领导的好评;产前超声检查例数达5万例/年,发现各种严重胎儿畸形上千例,为母婴安康保驾护航。工作室负责人龚伟表示,将围绕超声专业重点、难点问题,创新思维,开展自主创新、技术攻关、技术培训、经验交流等工作,助推岗位创新队伍能力和创新成果质量的提高,推动超声专业的技术进步。同时,发挥工作室的示范作用,激发全院女职工的自主创新热情,形成技术攻关、自主创新的浓厚氛围。

黄埔区:逾10万人参保计生家庭综合保险



资料图片

《广州卫生计生》讯(通讯员 李周耿、吴勉兰)2016年6月,一篇题为《计生家庭综合保险免费送》的文章刷爆了黄埔街坊的微信朋友圈,霎时间“填资料、领保单”成了黄埔人的口头禅。引得大家兴致勃勃竞相参与的是由黄埔区率先推出的区财政出资购买“计划生育家庭综合保险”政策,该项目将2016年1月1日新人口计生法实施前区内的独生子女家庭、农村纯二女户家庭和农村部分符合具体条件的无子女人员;并根据黄埔区实际,将村改居转社区按原农村政策生育的政策内纯二女户家庭纳入参保;在参保年龄上,由原要求优待家庭中男方未满60周岁,女方未满55周岁,子女本人未满18周岁,扩大到男女均未满65周岁,子女在未婚前都可随父母参保。由此,黄埔区财政出资购买计生家庭综合保险的参保人数达10万余人,覆盖人群占比达到户籍人口的20%,大大拓宽了受惠群众的广度,更切合计划生育家庭的实际需求。该项保险保障项目包括四种,其中意外伤害身故和意外残

参保人数达10万余人 为体现制度的严谨性及政策便民性,让更多符合政策的家庭得到更多更大的保障,黄埔区扩大了参保人群范围并提升投保时效性:根据新人口计生法和新修订的《省人口计生条例》,参保人群范围包括2016年1月1日前生育的独生子女家庭、农村政策内纯二女户家庭和符合具体条件的无子女人员;并依据黄埔区实际,将村改居转社区按原农村政策生育的政策内纯二女户家庭纳入参保;在参保年龄上,由原要求优待家庭中男方未满60周岁,女方未满55周岁,子女本人未满18周岁,扩大到男女均未满65周岁,子女在未婚前都可随父母参保。由此,黄埔区财政出资购买计生家庭综合保险的参保人数达10万余人,覆盖人群占比达到户籍人口的20%,大大拓宽了受惠群众的广度,更切合计划生育家庭的实际需求。该项保险保障项目包括四种,其中意外伤害身故和意外残

疾保障金额为5万元,恶性肿瘤、急性心肌梗塞等10种重大疾病保障金额3万元,意外门诊、意外住院医疗保障金额0.5万元,总保障额高达8.5万元。“超过60岁的年龄还能享受带有重大疾病保障责任的保险产品,这在以前我觉得是不可能的事,更别说自己没花一分钱。”家住大沙街64岁的徐姨接过保单后简直不敢相信自己的眼睛。而事实上,这项民生福利却真真切切地降临到黄埔区像徐姨这样的独生子女父母身上。 普惠政策“进居、落户、到人” 真情服务程序方便快捷 2017年3月6日,家住黄埔区鱼珠街的63岁老人范老伯的账户上收到一笔30000元钱,这在以前,他从没想过理赔会如此顺利。他清楚记得,去年5月社区通知他去登记参保,同月便领到了保单。12月,老人身体不适在医院检查确诊患有结肠恶性肿瘤,居委知道后便上门指导他如何准备理赔资料,2月份提交理赔资料后不到一个月就领到了这笔相当于他一年退休金的理赔款,这无异于雪中送炭,大大缓解了她的经济窘境。 为确保计生家庭综合(下转第4版)



如何面对我们身边抑郁的朋友

□广州市惠爱医院(广州市脑科医院、广州市心理危机研究与干预中心) 陈新锐 心理治疗师

“要理解”——

处在抑郁期的患者会有很多看似难以理解的表现,如“他无缘无故地感到悲伤”,“他变得懒惰,什么事情都不愿做”,“即使没做什么,他也在经常诉说很累”等等,如果没有对抑郁症有所了解,也没有站在他的角度去理解他的困难,而取而代之的是一味的劝解,这最终将是徒劳,也会让彼此之间的交流出现更大的缝隙。

“要倾听”——

听是一门艺术,是在谈话过程中去理解患者表达的信息。“听”是克服自我中心,不是总是谈论自己,用自己的经历去否认和怀疑他当前的感受;“听”是要尊重对方,不要打断他的对话,问问自己“是否我们真的理解他的问题了”,不要急于去评价对方的观点,不要急切表达建议。其实,我们在真诚地倾听的时候,已经给了对方自由表达的空间,这本身也是在自我的修复。

“要希望”——

当前有很多关于抑郁症的信息,尤其现在的网络非常方便,我们可以从中获得很多的资讯;然而,并非所有的资讯都是客观的。因此很容易

带来一些误解。其中,我们非常关心的就是抑郁症康复的话题。很多人对疾病的康复是非常担忧的,觉得自己得病了,这一辈子也就完了,加上患者抑郁时更容易关注到消极的信息,对未来感到很失望。因此,在与其接触时,一方面向他灌注希望,一方面要关注他的改变,哪怕只是细微的转变,这点转变可以让他们对治疗更有期待。

“要平静”——

尽管我们非常期待患者可以马上好转,但是我们必须接受这样的事实,“改变需要一个过程”,就像抑郁的问题也不是一朝一夕就形成的。在陪伴患者的时候,我们不免接受了很多负面的信息,就算是治疗顺利,情绪的波动也在所难免,因此很多人感到焦虑,而情绪是会互相传染的。有位母亲看到孩子情绪有些变化的时候,即使这种变化是正常的,她也变得异常的紧张,带来的结果便是孩子也特别恐惧自己情绪的改变。因此,我们需要先调整好自己的情绪,再去帮助我们的亲人朋友。

“不要无端指责”——

抑郁症是一种疾病,而不是患者本人有意控制和选择的结果。然而,指责患者抑郁的声音并

不少见,像是“你怎么就抑郁了,想开一点就好了”,我们往往容易将抑郁症单纯看作是心情不好而已,因此我们会肆意去否认他们当前的感受,甚至无端地指责。对待其他躯体疾病,我们似乎容易理解一些,例如我们并不会去指责一个肺炎患者“怎么可以得肺炎”的事实,但在抑郁症这件事上则并非如此了。指责带来的结果不单是他们更加内疚和自责,对疾病的康复也无济于事。

“不要恐惧交流”——

很多人在亲人朋友患有抑郁之前,对抑郁症知之甚少。有些人会担心谈论他们的感受会加重疾病,因此避而不谈。其实,让患者知道任何有需要的时候,都有那么一些人愿意和他交流,可以减轻他的负担;另外,我们也可以从交流中,了解到疾病的动态,即使不能帮助他,也能建议他接受更专业的治疗。

“不要强加压力”——

当发现身边抑郁症患者变得“懒惰”的时候,我们不要着急对他下定义,归咎于他的堕落或者“自暴自弃”,而过于迫切地想去督促他改变。打个比方,一个运动员受伤了之后,如果再让他去

24小时免费心理援助热线电话
020-81899120 020-12320-5
免费QQ心理咨询 1661042151

广州市心理危机研究与干预中心
GUANGZHOU CRISIS RESEARCH AND INTERVENTION CENTER

比赛,只会带来第二次创伤。因此,先询问他的感受,理解他变懒的原因便非常重要,很多时候他们并非不想改变,而是不知道如何开始,或者他们对改变的过程是恐惧的。

“不要畏惧压力”——

乍一看,这好像跟上面的内容有些冲突,其实两者并非矛盾。抑郁症患者康复之后,出自于对疾病复发的担忧,我们可能会极力想要为他织一道防护网,让他免受压力的影响。有些家属甚至让他不要去工作了,不要去和别人接触了,因为他们认为只要工作,只要和别人交往就避免不了压力。当然,避免过大的压力对患者来说是有益的,但是并不是最终的目标,我们更加期待的是让患者能够接受一定范围的压力,提高自身应对的能力,而逐渐回归到正常生活中去。因此,不要畏惧压力,让患者适时地接受挑战更加重要。

当然,有效的方式绝不只上述这些,如果发现我们的朋友很难改变他们的境况,尤其是有一些自杀自伤的念头时,请务必建议他到医院接受专业的治疗!

一种糖尿病足局部用药对策

□广州市胸科医院 钟洪兰 主任药师

糖尿病足(DF)是糖尿病综合因素引起的局部疼痛、皮肤溃疡、肢端坏疽等病变总称,是糖尿病慢性并发症之一,也是导致糖尿病患者致死的主要原因之一。

糖尿病足形成的主要原因

糖尿病足形成的主要原因,一是血糖控制不好;其次是糖尿病神经病变;三是糖尿病患者免疫力低下,发生感染。

糖尿病足的处理对策

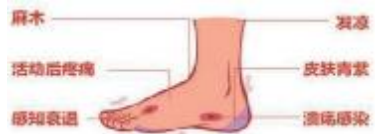
糖尿病足多采取综合对因处理,根据病情选择适当的全身治疗、局部治疗或外科手术,绝大多数患者需行专业的全身治疗和局部治疗联合。

全身治疗一般包括①控制血糖②扩血管、活血化淤、改善组织供血③应用维生素B制剂等神经营养药物治疗神经病变;④控制感染。

局部治疗主要包括局部专业清创术和创面处理。

专业清创术的清创原则:由专业医务人员根据创面的大小、溃烂程度深度、感染程度、创面分泌物多少选择适宜的清除方式、频率、时间间隔,既要能有效地清除创面坏死腐烂组织,又要防止过度清洗以免加重对创面组织的破坏。现清创方法主要有双氧水冲洗、生理盐水冲洗、超声清创术等。

创面处理原则:保持创面清洁和改善血液循环,增强局部组织的渗液吸收,促进肉芽组织生长,坚持每天换药。现局部多应用没有抗生素、胰岛素和山莨菪碱(654-2)的混合液进行清洗和湿敷;或可辅用具有去腐生肌、消炎止痛和改善微循环作用的中药粉和中药膏加物理治疗仪如周林频谱仪或灯泡进行局部照射。



京万红烫伤膏和糖尿病足的外治

鉴于糖尿病足的危及对生活质量的影响,人们不断探索其有效的治疗方法,而中医外治法以其特殊的方法和显著的疗效引领人们积极拓展和发现新的糖尿病足的中医外治模式和制剂。其中京万红烫伤膏就被发现用于糖尿病足外治具有独特良好的疗效。

京万红烫伤膏为一种复方中药制剂,其在局部可形成一层较薄的油膜,缓慢而持久地释放药物有效成分,主要成分为地榆、当归、黄连、黄柏、红花、川芎、山栀子等30余种中药,具有活血化淤,止痛消肿,祛腐生肌,抑制细菌生长之功效,可改善下肢微循环和组织供血,从而达到促进组织修复的作用,符合糖尿病足创面治疗原则。其价格低廉,使用方便,无明显副作用。

具体治疗如下:合理清创后,清洁消毒创面后将京万红烫伤膏均匀涂于创面,厚度约1~1.2mm,用无菌纱布覆盖并包扎或在无菌纱布上涂上京万红烫伤膏敷于创面包扎,每日换药1~2次。注意每次换药时必须将创面上的药膏及液化物擦拭掉,清创后再涂药。

(编者注:本文的部分内容为作者引用和综合国内医学科技期刊的相关表述,参考文献此略)

广医五院骨科成功为百岁老人实施人工股骨头置换术——

换上新关节 百岁老人又能行动自如

□通讯员:广州医科大学附属第五医院 吴登将 陈志刚

在科学技术突飞猛进的今天,人的期望寿命不断提高,不过能活到百岁以上的老人仍属凤毛麟角。谈到要为百岁老人施行外科手术大手术,更是难上加难。近日,广医五院骨科团队成功地为一位百岁老人实施了粉碎性骨折关节置换术,一时传为佳话。术后老人恢复良好,目前患者已能正常坐卧和站立。

今年1月4日,100岁的张老太太在家中不慎摔伤,当即感觉右臀部疼痛伴下肢畸形,不能行走。家人紧急送至我院急诊科就诊。拍片结果显示,老人的右股骨转子间粉碎性骨折,马上送入骨科进行进一步诊治。

骨科二区陈为坚主任为病人进行了详细检查,发现老太太的右股骨转子间骨折,属于难度较大的粉碎性骨折,同时患者有冠心病、重度贫血(血量不到正常人的一半)及骨质疏松等多种基础疾病,如果采取保守治疗,很快会因为体力消耗而衰竭,甚至死亡。这主要是因为老年人在发生髋骨骨折后必须长期卧床,会导致肠胃功能、心肺功能等全身机能短时间急剧下降。只有积极手术解除痛苦,并尽快让老太太起床,早日下地活动,才可避免严重并发症出现,使老太太重获生的希望。

在跟家属仔细沟通取得理解之后,陈主任决定为患者实施关节置换(关节置换是人工制造的关节代替疼痛且丧失功能的关节),因为手术风险极大,科室高度重视,会同麻醉科、呼吸科、心内科及ICU等多个科室的多名专家进行了全院大会诊,拟定了一套

详细治疗方案。在做好充分术前准备的条件下,1月13日,为老太太实施右侧人工股骨头置换术。虽然手术中发现骨折范围很大,属粉碎性骨折,但因科室已有许多例此类骨折处理经验,手术完成十分顺利,出血量也很少,术后老人病情很快平稳,3天内疼痛基本消失,饮食恢复正常,一周内能坐起站立。不久前,老太太就已出院和家人一起高高兴兴

回家吃团圆饭了。

为高龄老人行外科手术,既往被认为是挑战医学“禁区”之举。然而,在医护人员的精心照料下,百岁老人却顺利冲破了“禁区”,重获健康。陈为坚主任表示,虽然高龄患者存在着基础疾病多、易出现并发症等问题,但只要准备充分,仍可通过手术治疗改善生活质量,获得良好的效果。

正能量



重获健康的百岁老人感谢陈为坚主任(左一)团队的精心医护。

癌痛来袭,规范治疗可提高患者生活质量

□通讯员 李晓娟 张甫婷 指导专家:南方医科大学南方医院肿瘤科主任护师 缪景霞

癌症是严重威胁人类健康的疾病,据世界卫生组织统计,全世界每年有1000万新发癌症患者,600万死于癌症,其中50%的患者有癌性疼痛症状,70%的晚期癌症患者以疼痛为主要症状。有人说癌痛比生孩子还痛。折磨人的癌痛,甚至超越癌症本身,让不少患者丧失求生意志。

癌痛来袭,切不可盲目忍受

南方医科大学南方医院肿瘤科主任护师缪景霞介绍,癌痛是疼痛部位需要修复或调节信息传到神经中枢后引起的感觉,其中晚期癌痛,是造成癌症晚期患者主要痛苦的原因之一。她指出,癌痛未被治疗或治疗不足是普遍存在的现象,大多数疼痛患者未接受规范化的镇痛治疗。究其原因也是多方面的,例如某些患者错误地认为癌痛不是病,忍一忍就好了,或者错误地认为服用镇痛类药物容易上瘾。还有部分医务工作者重视肿瘤治疗,却忽视了疼痛管理。

对此,她表示,癌痛会影响患者的情绪,对患者的日常活动、饮食、睡眠也会造成影响。长期吃不好、睡不着会导致身体抵抗力下降,肿

瘤细胞一般在人体抵抗力较差时发展最迅速,以致不利于治疗癌症。因此,当患者感到癌痛时,应及时告诉身边的人以获得支持和帮助,接受规范癌痛治疗以改善生活质量。

规范治疗可提高患者生活质量

癌痛治疗的方法分为药物治疗和非药物治疗两类,口服药物治疗是最基本也是最主要的治疗的方法。

缪景霞介绍,口服药物治疗的方法及注意事项主要有:口服给药,按规定的时间给药,药量需要医生指导、密切留意用药后的反应、按阶梯用药。其中口服给药的好处有:服药简单、剂量调整方便,而且更加经济。按时用药的好处:阿片类药物一般12h口服一次,不按时服药会导致癌痛控制不理想。

“阿片类药物治疗癌痛最常见的副作用有:便秘、恶心、呕吐。”对此,她指出,预防便秘的方法有多种,例如多喝水、多吃蔬菜和水果、养成定时排便的习惯、遵医嘱按时服用缓泻剂、适当运动。当出现恶心、呕吐时,只要坚持服用3至5天,这些副作用就会减轻或消失。她表示,只要患者遵循以上药物镇痛治疗的决

窍,药物镇痛不但疗效好,而且副作用少。

非药物治疗方法主要有冷热敷、舒适体位、冥想、按摩、聆听音乐、深呼吸和放松操等。但缪景霞表示,这些只属于辅助方法,并不能代替药物治疗。她指出,抗击癌痛需要全社会一起努力,通过社会、医生、护士以及病人家属对癌症病人的关注,给患者更多的人文关怀,使患者的生活质量得到保障。因此,呼吁大家重新认识癌痛,规范癌痛治疗,战胜癌痛。



专家简介:
缪景霞,南方医院肿瘤科主任护师,国内第一批获得美国认证的PICC置管专家(编者注:PICC是将处周中心静脉导管由肘窝静脉沿血管送入上腔静脉的一种方法,被认为是一种方便、有效、安全的置管技术)

研究方向:
癌痛护理、化疗药物外渗防治、化疗相关静脉相关静脉炎的防治、生物治疗与分子靶向治疗护理、护理职业防护、临终关怀、心理护理。

2017.4.7 世界卫生日——共同面对抑郁,共促心理健康

抑郁防治核心信息 (2017版)

1. 抑郁症是一种常见疾病,人人都有可能受抑郁困扰。

2. 抑郁可导致精神痛苦、学习无效、工作拖延,甚至悲观厌世。

3. 如果情绪低落、兴趣丧失、精力缺乏持续2周以上,应及时就医。

4. 抑郁症可治愈,但易复发,要在医生指导下坚持规范治疗。

5. 多交友、勤运动、规律作息和饮食,可有效降低抑郁风险。

预防抑郁

