

聚焦公立医院高质量发展



中国中医科学院西苑医院济宁医院

中医特色康复治疗 让82岁老人重燃生活希望

■通讯员 王碧辉 孙雪莲

在医学的领域中，每一次成功的康复治疗都是对生命坚韧与医疗专业有力见证。八旬老人王大爷在一次劳累过度后突然发热，继而出现右侧肢体活动不灵、言语不清症状，被家人紧急送到一家医院的重症监护室进行治疗。病情相对稳定后，他来到中国中医科学院西苑医院济宁医院康复科寻求进一步诊治。

入院时，老人神志虽清，但精神状态不佳，面临着咳嗽咳痰、右侧肢体严重功能障碍、饮水呛咳、大小便控制等诸多问题，且留置尿管和胃管，生活无法自理。该院康复二科的医疗团队对老人进行了全面细致的康复评定，结果显示，其坐位平衡、立位平衡、右侧肢体肌张力等各项指标均不理想，吞咽功能也存在一定程度的受损。面对老人复杂的病情和高龄、基础病多的疑难症状，康复二科充分发挥其作为山东省中医药临床重点专科的优势，组织多学科团队进行深入讨论，精心制定了“三管齐下”的综合康复计划。

在药物治疗方面，给予抗血小板聚集、降脂稳定斑块、强心利尿、降心率、抗凝、营养神经、止咳化痰、改善小便等药物，全方位对症治疗，稳定老人的身体状况。

在传统康复治疗方面，使用普通针刺、头皮针、电针、红外线治疗、穴位贴敷、耳针、隔物灸、推拿治疗、中药硬膏热敷贴治疗等疗法。这些疗法旨在活血化痰、舒筋通络、醒神开窍、改善循环，从根本上调理老人的身体机能。例如，通过穴位刺激，激发人体经络气血的运行，促进受损神经和肢体功能的恢复。

在现代康复技术方面，运用等速肌力训练、低频脉冲电治疗、运动疗法、盆底磁刺激治疗、言语训练、吞咽训练等先进技术，根据老人的身体状况和康复阶段，循序渐进地设计个性化训练方案。增强右侧肢体肌力，改善运动功能；针对其言语不清和饮水呛咳症状，进行专业的功能恢复训练。

同时，中医辨证为气虚血瘀证，给予补阳还五汤加减。这一经典方剂对改善老人整体气血运行、增强身体康复能力大有裨益。

经过两个康复周期的精准评估与精心治疗护理，老人的身体状况有了显著改善。胃管、尿管均已成功拔出，能够短距离缓慢行走，生命体征平稳。这一巨大的转变不仅让老人重新找回了生活的信心，也让家属满怀感激。家属特意做了锦旗，表达对西苑医院济宁医院康复二科的高度认可和深深敬意。

据了解，西苑医院济宁医院康复二科作为山东省中医药临床重点专科等多个专业联盟和基地的成员单位，拥有专业的医护团队和先进的康复设备。科室将继续秉持专业、精准、人文的康复理念，为更多患者带来康复的希望，帮助他们战胜疾病，回归正常生活。

微山县人民医院

深化优质护理服务 做有温度的护理人

■通讯员 焦裕如 刘伟芳

微山县人民医院消化内科始终秉持“提升自我 关爱他人”的核心理念，持续深化优质护理服务内涵，通过加强科室培训、注重人文关怀，不断提升护理服务质量，让患者在医院感受到更多的温暖和关怀。

爱心糖果：对禁食患者无微不至

近期，在消化内科护士站，新出现的“爱心棒棒糖”格外引人注目。原来，消化内科的患者在做胃镜检查时，多数患者需要空腹等待检查，特别是有糖尿病的患者，在空腹时间较长后容易出现头晕、低血糖等状况。消化内科以患者的需求为导向，在小事上下功夫，便很快在护士站新推出了一种“特色爱心棒棒糖”，看似很普通的一颗棒棒糖，却受到了广大患者及家属的高度认可，并表达了医务人员对病人的一份浓浓关爱，也是医院不断提升优质护理服务的有力体现。

带教清单：传承与创新的桥梁

培养新人是提升护理整体服务质量的关键，为了让实习生快速融入科室，消化内科结合上级医院的临床带教经验，制定了详细的实习生带教清单。这不仅涵盖了基本护理技能与理论知识，还融入了人文关怀、沟通技巧等软技能的培养。通过定期的带教活动与考核，让实习生们明确了实习任务和目标，逐步熟悉和掌握护理工作的精髓，并在实践中不断成长。同时，带教清单也成了新老护士之间传承与创新的桥梁，促进了科室整体优质护理服务水平的提升。

岗位查检表：确保服务质量的基石

为确保优质护理服务的持续性与稳定性，消化内科还制定了不同岗位的查检表。涵盖了护理工作各个环节，从患者入院时的接待与评估，到治疗过程中的观察与记录，再到出院后的随访与指导。每个岗位都有明确的职责与要求，通过定期的查检与反馈，及时发现并纠正工作中的不足，努力让每一项护理工作都能达到最优标准。

济宁市第一人民医院

认知障碍专病中心成立 暨“点亮记忆之光”大型义诊活动举行

本报济宁讯(通讯员 魏震 乔萌)为深入贯彻落实《健康中国行动(2019—2030年)》关于降低65岁以上人群老年痴呆患病率增速的战略部署，进一步提升公众对阿尔茨海默病的认知及防控意识，近日，济宁市第一人民医院“认知障碍专病中心”正式启动，并开展以“点亮记忆之光”为主题的大型义诊活动。

首都医科大学宣武医院济南医院副院长魏翠柏、济宁市第一人民医院院长冯雷、济宁市卫生健康委医政科科长孔晓出席启动仪式，该院医务部主任谢颖光主持。

冯雷向长期以来关心支持医院发展的各级领导、各界朋友表达了诚挚的感谢。他说，认知障碍专病中心汇聚了多学科精英力量，未来将以中心为平台，不断深化临床研究与学术交流，大力开展科普宣传，全力构建完善的患者随访体系，致力于为每一位认知障碍患者及家属带去希望与温暖。

孔晓表示，此次济宁市第一人民医院成

立认知障碍专病中心，对提升我市认知障碍疾病的诊疗水平具有重大意义，希望济宁市第一人民医院以中心成立为契机，充分发挥好平台作用，借助专家力量，不断提升医疗技术水平和服务质量。同时，也恳请省内外专家多给予指导和帮助，助力我市医疗卫生人才培养，促进我市医疗卫生事业高质量发展。

魏翠柏对专病中心的成立表示祝贺。她说，济宁市第一人民医院作为一所历史悠久、实力雄厚的医疗机构，在医疗领域一直保持着卓越的成就和领先地位。此次成立认知障碍专病中心，是医院紧跟医学发展前沿，积极回应社会需求的又一重要举措。这不仅体现了医院对患者健康的深切关怀，也彰显了医院在推动区域医疗事业发展中的责任与担当。

认知障碍专病中心主任闫中瑞从硬件建设、人才梯队、合作规划等三个方面详细汇报

了中心的筹备情况。闫中瑞表示，目前中心已完成跨学科团队组建，并且已制定全流程诊疗规范，旨在通过多学科合作为患者提供更精准、全面的诊疗方案。未来，中心将依托先进的诊疗设备和技术，重点开展阿尔茨海默病的早期筛查、药物治疗和手术治疗。其中颈深淋巴-静脉吻合术(LVA)作为一项新技术，为治疗阿尔茨海默病开辟了新路径，为患者带来了新的治疗希望。

魏翠柏、冯雷、孔晓、闫中瑞为专病中心揭牌。揭牌仪式后，魏翠柏教授、唐诗教授进行了精彩的学术分享。

学术活动后，由相关专家领衔的多学科团队在医院门诊大厅开展公益义诊活动。神经认知评估团队通过简易精神状态检查、蒙特利尔认知评估量表，对老年人进行认知功能评估，医疗专家根据评估结果为患者提供个体化诊疗建议。

“我最近总是忘事，家人很担心，今天听了

专家的讲解，才知道这是认知障碍的早期表现。通过早期干预，完全可以延缓病情发展。在家门口就能得到国家级专家的诊疗，这样的活动实实在在暖人心！”一位刚刚接受完义诊的65岁老人激动地说。

活动现场还安排了免费测量血压、血糖服务。护理团队现场指导手指操、耳部按摩操等居家健脑训练方法，吸引了众多老年人纷纷参与。中医护理专家为头痛、失眠患者开展耳穴压豆治疗，有效缓解了患者的不适症状，让患者感受到中医护理的独特魅力与神奇功效。现场还设置了健康科普长廊，循环播放《关注阿尔茨海默病》公益视频及医院自制科普视频，通过展板、手册等形式向公众普及阿尔茨海默病的防治知识。

认知障碍专病中心继续以患者需求为导向，为认知障碍患者及高风险人群提供筛查、评估、诊断、训练、康复的一站式服务，全方位满足患者的就医需求。

科普园地

良好的睡眠： 保持身心健康的秘诀

■山东省戴庄医院 李珊

良好的睡眠是维持人类身心健康的重要因素。随着现代生活节奏的加快，越来越多的人出现各种睡眠健康问题，进而导致多种身体和心理问题的出现。本文将详细介绍睡眠对身心健康的影响以及怎样保持良好的睡眠，帮助大家了解睡眠的重要性，并重视睡眠健康问题。

健康的睡眠

睡眠的作用。睡眠是大脑和身体修复的重要过程。在睡眠过程中，大脑会整理记忆、清理废物，身体各系统也会得到休息和修复。睡眠从开始入睡起经历浅睡、深睡和快速眼动睡眠这三个阶段，三者形成一个完整的睡眠周期，大概90分钟。一晚的睡眠大概有4至5个睡眠周期。深度睡眠可以起到恢复身体机能和提高免疫力的作用，而快速眼动期睡眠对于记忆的整合和加深尤为重要。

睡眠质量评估。好的睡眠总结起来有5个字，“快、深、沉、爽、足”，快是指睡得快，通常指半小时以内就能睡着；深是指睡眠中呼吸匀畅，无打鼾；沉是指睡得沉，很少起夜；爽是指早晨起床有精神，神清气爽；足是指白天精力充沛，工作效率高。一般来说，成年人每晚需要8小时左右的睡眠时间。需要注意的是，入睡时间过长会起到相反的作用。而长期睡眠不足，则可能导致疲惫、焦虑及记忆力下降等状况。此外，还应注意调整睡眠呼吸状况，如打鼾等异常状况也可影响睡眠质量，也需要及时调整。

睡眠障碍及应对方法。睡眠障碍大致包括三类：一类是睡得少的，一类是睡不好的，一类是睡得多的。前两者是睡眠障碍最常见的两种类型。如遇到睡眠障碍，也不要过于紧张，可通过调整作息规律、改善睡眠环境、减轻压力等方法进行调节，若问题持续存在，可通过寻求医生的帮助来解决问题。大部分的睡眠障碍都能通过专业的治疗得到有效解决。

良好的睡眠对身心健康的影响

身体健康。良好的睡眠有助于身体各系统的恢复和修复，特别是免疫系统的功能。充足的睡眠可以提高身体的抵抗力，减少感冒、咳嗽等常见疾病的发生。此外，良好的睡眠对维持血糖、血压等生理指标的稳定性也起着重要作用。

心理健康。良好的睡眠有助于情绪的调节，使人精神焕发、充满活力。睡眠不足会导致注意力不集中、记忆力下降、情绪波动等问题，严重时甚至引发抑郁、焦虑等心理疾病的产生。

如何保持良好的睡眠

保持良好的作息习惯。每天按时睡觉、按时起床，形成规律的作息习惯。避免长时间熬夜及白天补觉，以免打破身体内的生物钟，造成睡眠节律紊乱。

创造良好的睡眠环境。保持卧室安静、舒适、温暖，调整适宜的光线，选择合适的床垫和枕头，以提高睡眠质量。

睡前放松。睡前避免紧张、兴奋的活动，如看电视、玩游戏等。可进行一些放松的活动，如听音乐、泡热水澡等，以缓解压力，帮助入睡。

适当的运动。适当的运动有助于消耗能量，促进睡眠。但应注意避免在睡前进行剧烈运动，以免影响睡眠。



任城区妇幼保健院
助力成长
预防矮小



为进一步提升广大家长对儿童健康生长发育的认知水平和重视程度，近日，任城区妇幼保健院特邀济宁医学院附属医院生长发育专家李美云主任医师，举办了一场以“预防矮小”为主题的义诊活动。此次活动吸引了众多家长的关注和参与，为30余名矮小儿童提供了专业、科学的生长发育指导。

活动得到了家长们的一致好评，大家对任城区妇幼保健院提供的专业、贴心的服务表示衷心感谢。家长们表示，通过专家的讲解和指导，自己对孩子的生长发育问题认识更加清晰，也更加明白了如何科学地促进孩子的健康成长。

■通讯员 何双胜 摄

曲阜市人民医院

一针除狐臭 缓解“社恐症”

健康小贴士

为什么会得狐臭?

狐臭(医学称腋臭),是因腋窝大汗腺分泌物经细菌分解后产生挥发性异味引发的体味问题。夏季或运动后更明显,多发于青春期少年。该学生的遭遇并非个例,许多青少年都因狐臭问题而遭受心理困扰。

得了狐臭该怎么办呢?

临床上治疗狐臭的方法有很多,常用方法包括止汗剂、激光治疗、射频治疗、肉毒素注射及手术治疗等。手术治疗虽彻底,但是必须等大汗腺完全发育成熟(即18岁以后)方可进行,否则可能面临二次手术的风险。激光、射频等治疗损伤小,但是容易治疗不彻底。长时间外用止汗剂,则可能导致局部皮肤增厚、发黑。

针对未满18岁的未成年患者,医生建议肉毒素注射治疗。据曲阜市人民医院医学美容科副主任医师刘彬介绍,肉毒素注射具有创伤小、恢复快,不影响正常生活和学习等显著优势。治疗过程中,医生只需通过微小的针孔将肉毒素注入相应部位,无需进行开刀手术,对患者身体的损伤降到了最低限度。待到患者成年后,如仍需进一步治疗,可考虑手术治疗以达到更好的效果。

医·前沿

济宁医学院附属医院

与“死神”赛跑 成功抢救危重患者

■通讯员 张勇 高爽

近日,在济宁医学院附属医院重症医学科(太白湖)病房里,一场惊心动魄的生命救援正在紧张展开。

一位年仅23岁、宝宝只有8个月的妈妈,因重症心肌炎陷入生命危险,被紧急送入该科救治。入院时,患者身体极度虚弱,生命体征飘忽不定,呼吸困难,更令人揪心的是,患者的血管条件极差,这使得穿刺治疗极为困难,给救治工作带来了巨大的挑战。

面对如此严重的病情,以主任医师孙强为首的医疗团队迅速响应,副主任医师董方凭借深厚的专业知识和敏锐的判断力,第一时间为患者进行全面细致的评估。经多轮慎重研讨,团队果断启用体外膜肺氧合(ECMO)技术支持治疗。然而,患者的血管条件极差,穿刺困难重重。在这种紧急情况下,医疗团队当机立断,联合心脏外科,迅速开展床旁血管切开置管手术。心脏外科团队凭借精湛的技术和丰富的经验,在最短的时间内成功完成了置管,为ECMO的顺利运行提供了关键保障。这一系列精准而

高效的行动,不仅体现了医疗团队的高超技术,更彰显了他们在紧急情况下的冷静与果断。

治疗期间,医护人员日夜坚守,密切监测患者的指标变化,不放过任何细微波动,依据实际情况精准调整治疗方案。

护士们如同贴心家人,定时为患者翻身、擦拭,预防压疮;耐心喂水喂药,安慰患者。

经过数日的不懈努力,除夕当天,患者病情显著改善,成功转出ICU。当她被缓缓推出,门外等候已久的家人立刻围了过来,看到虚弱却微笑的她,家人眼中满是激动的泪水。

广联医药
咱老百姓身边的放心药店