

武林论介 曙光论道

——2022中国精准超声介入与智能诊断大会

暨肿瘤消融高峰论坛暨第五届曙光论道肿瘤学大会隆重举行

本报讯(记者 郑昕 叶西)一元复始,万象更新。1月12—14日,来自全国从事肿瘤综合诊治、肿瘤微创治疗、超声诊断、介入治疗、肿瘤消融与数理医学等相关领域专家、学者和同道汇聚浙江温岭,线上线下双轴联动,共襄武林论介2022中国精准超声介入与智能诊断大会暨肿瘤消融高峰论坛暨第五届曙光论道肿瘤学大会。

本次大会由中国医师协会介入医师分会超声介入专业委员会、浙江省抗癌协会肿瘤消融治疗专业委员会、浙江省数理医学学会精准超声介入与智能诊断专业委员会、浙江省肿瘤微创外科联盟、中国科学院大学附属肿瘤医院(浙江省肿瘤医院)、温岭市人民政府主办,温岭市卫生健康局、温岭市新河镇人民政府、温岭市科学技术协会、中国科学院大学附属肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)承办。台州市医学会超声医学分会、台州市微创介入和大数据人工智能重点实验室、温岭市曙光医学大数据与人工智能研究院、浙江省中西医结合围手术期专委会、浙江省数理医学学会盆腔肿瘤MDT专委会、台州市肿瘤医院肿瘤学重点学科群协办。

本次大会共有13个分会场,设立了多个环节,包括主题讲座、专题讲座、胃肠学术沙龙、

MDT比赛、消融手术比赛、专家共识定稿会、多个专委会委员及青委全体会议等精彩纷呈的专业论坛和学术研讨活动,各位医学大咖在场授课,答疑

会议在国家非物质文化遗产温岭大奏鼓表演中拉开帷幕,数十位国家级知名专家学者、各级相关领导及温岭市领导马厉财、王敏峰出席活动。

疗卫生服务体系建设,为广市民提供更加普惠、均等、优质的医疗服务;要持续深化“双招双引”,拓宽引才渠道,强化育才措施,健全服务机制,努力打造医

中国科学院大学附属肿瘤医院副院长裘燕飞指出,精准医疗已是目前医疗诊治的核心关键,加之大数据时代、人工智能、分子诊断治疗、功能成像等也已席卷而来,掌握时代的脉搏,引领时代的潮流,超声介入和智能诊断的强强联合注定是未来的大势所趋。

中华医学会超声医学分会主任委员梁萍、国家卫健委能力建设与继续教育中心主任杨爱平,中国科学院院士、东南大学附属中大医院院长滕皋军,中国科学院院士、中国医学科学院学部委员顾宁,中国科学院院士、国家自然科学基金委数理学部主任江松先后分别致辞。

在众多领导和专家见证下,举行了国家级主委名医工作站揭牌仪式、介入与微创外科医学中心开科仪式、介入与微创外科医学中心名誉主任聘任仪式、消融大师颁奖以及共识发布会。

主会场上,重磅嘉宾齐上阵,带来别开生面的学术盛宴。国科大肿瘤医院院长谭蔚泓院士、解放军总医院介入超声科主任梁萍教授、中山大学肿瘤防治中心微创介入治疗科主任范卫君教授、中国肿瘤医院自动化院田捷教授、中国科学院黄荷凤院士、上海交通大学附属第六人民医院胡兵教授等专家学者专题授课。



图为第五届曙光论道肿瘤学大会现场 郑昕 摄

解惑。

此次大会共计七十多场讲座,紧紧围绕肿瘤综合诊治、精准超声介入、智能诊断与肿瘤消融领域的新理论、新知识、新技术、新方法和临床实践,交流和展示相关医学与数理科学领域近年来取得的新进展。

温岭市委副书记、市长马厉财在致辞时表示,温岭要把握这次难得的学习交流机会,乘势而上,借梯登高,加快推动健康事业高质量发展;要持续巩固与省内知名医院的合作成果,拓宽合作领域,深化合作层次,加速推进整合型、智慧型、现代化医

术精湛、医德高尚的医疗人才队伍;要深入实施优质医疗资源扩容提质,持之以恒推动全市公立医院高质量发展,支持肿瘤医防融合工作,支持台州市肿瘤医院创建三级乙等肿瘤专科医院,助力温岭医疗事业质的飞跃。

浙江省抗癌协会副理事长、

有温度 有厚度 有速度 有高度

——台肿举行2022年度总结表彰大会

本报讯(记者 郑昕)1月17日,辞旧迎新之际,台州市肿瘤医院举行2022年度总结表彰大会,肯定成绩,总结经验,激励斗志,不断推进各项工作高质量发展。

医院党政领导班子成员、职代会正式代表和列席代表、获奖人员、医共体成员单位班子成员及新一轮优秀年轻干部代表参加。

副院长王恩雨主持会议。他指出,过去的一年,在习总书记和党中央的带领和指挥下,我们取得了疫情防控的全面胜利。在徐栋书记和孙旦江院长领航下,我们相继完成了建院七十周年弘大庆典活动,启动了福祉一方百姓的二期工程,突破实现了台州市重点实验室落地,打造了中国居民癌症防控的温岭样板,筹建成立了浙江省首家介入与微创外科中心,实现了“曙光行动”公益慈善项目普惠性推广,完成了“11230目标”的第一阶段工作,通过了专科医院设置审批,更换了医院的竞争赛道,医院的收入结构进一步优化,学科能力进一步提升。而过去的一个月里,我们刚刚顶住了疫情开放后的第一波高峰,向社会展示我院良好的公共

形象和团结向上的精神风貌,一鼓作气召开了台州市规格最高、学术水平最强、影响力最大的“武林论介、曙光论道”全国性会议,向全台州展示了我院的学术实力和学术地位,让台州市肿瘤医院的品牌唱响台州大地。回顾过去一年的每一个精彩瞬间,向在工作中默默奉献的员工和成绩卓越的科室送上最实在的嘉奖。

表彰环节,院领导分别为获得台州市联合质控优秀奖(未领)、新冠救治团队特别奖、新技术特别奖、院感管理优秀奖、DRGs绩效评估管理类奖、国考管理类奖及质量管理类奖等优秀团体,以及优秀医师奖、优秀护士奖、宣传达人、优秀保障奖、科普达人、医共体建设奖、科研之星、感控之星、优秀网格员、疫情防控及新冠救治特别奖等先进个人颁奖并合影留念。

管理奖和质量持续改进奖项将在年后相关工作开展后再行颁发。

院长孙旦江作2022年度总结报告。报告对2022年“11230”战略目标完成情况包括疫情防控、医共体建设、国考、二期工程建设、三级乙等肿瘤专科医院评审、七十周年院庆及医院运营情况进行回顾。他指出,2022年注定是不

平凡的一年。一年来,我院广大医务人员在核酸采样、支援上海宁波金华天台等地疫情防控工作中作出了巨大努力;医共体建设考核连续三年全市第一,质控检查持续推进;国考改赛道增床位两项工作有序开展;二期工程建设正常进行;七十周年院庆及台州院区成立五周年系列活动隆重举行;精益管理从杜绝浪费做起,医院运营实现收支平衡。值得一提的是,徐栋书记为医院带来了大平台,成立介入与微创外科医学中心、温岭市曙光医学大数据与人工智能研究院成立、启动“曙光行动”公益慈善项目、台州重点实验室通过验收、“武林论介曙光论道”学术活动成功举办、癌症防治工作常态化开展,以及国家标准化癌症筛查推广与管理中心揭牌、加入国家创伤救治中心和卒中中心、人才引进和培养等。

报告指出,展望疫情后的2023年,迎接我们的将是机遇和挑战。

孙旦江强调,叙事医学有温度,精益管理有厚度,曙光论道有速度,徐栋科研有高度,这是我们医院发展的四大基石,希望广大干部职工继续努力,为医院更加美好的明天而奋斗。

疫路“参”情

本报讯(记者 郑昕)1月18日,金华康恩贝集团通过浙江省红十字会捐赠的爱心物资由专车送达台州市肿瘤医院,为台肿及医共体成员单位全体医务人员抗疫保驾护航。

三年来,台肿医共体全体员工同舟共济共克时艰,一方面做好内部防疫工作,提供优质医疗服务,同时派出骨干力量执行政府指令性防疫任务。随着疫情防控政策的调整,医院和社会面感染新冠肺炎人数逐渐增多,医院出台相关政策,采取一系列关心关爱措施全力支援。工会牵头组织相关职能部门为医务人员免费提供防疫健康包、防疫汤包、免疫针、水果及夜餐,倡导全体员工当好自己健康的第一责任人,并开展“院内互助、药品共享”活

动,让有限的药品资源发挥最大作用。

据悉,在抗疫护医的路上,康恩贝集团等爱心企业持续发力,用实际行动诠释企业的担当和情怀。希望通过爱心捐赠,帮助医护人员提高免疫力,顺利渡过疫情高峰。该批康恩贝集团捐赠的价值约20万元的红参片等保健产品共计2400份,已全部发放到台肿及医共体成员单位近一千二百名医务人员手中。

“非常感谢康恩贝集团为我们医务人员送来的关爱。”台州市肿瘤医院相关负责人对于爱心企业的慰问和支持倍感温暖。她表示,这几年疫情防控医务人员付出很多,但有社会爱心人士的关注和支持,带来了强大的动力,我们备受鼓舞。

导读

台肿召开六届五次
职代会

详见第二版



浙江省肿瘤医院
台州院区订阅号

台肿六届五次职代会审议并通过两个决议

本报讯(记者 郑昕)1月17日,台州市肿瘤医院召开第六届职工代表大会第五次会议,审议并通过《台州市肿瘤医院2023年目标计划(草案)》等两个决议。

医院党委书记徐栋,党委副书记、院长孙且江,副院长、工会主席应荣彪,工会副主

席张学兵、毛美君在主席台就座。职工代表应到70人,实到58人,符合法定人数。

与会代表听取孙且江关于《台州市肿瘤医院2023年目标计划(草案)》的报告。《报告》列举优势、劣势,对机会、威胁等环境进

行客观分析研判,提出扬长避短策略;明确提出2023年战略目标、关键工作及八大具体工作。

大会听取医院党委委员吴丽丽关于《台州市肿瘤医院2023年财务预算(草案)》的报告。

与会代表经分组讨论,正式代表以举手表决的形式一致通过上述《报告》。

徐栋作重要讲话。他指出,2022年是极不平凡的一年。他希望,在新的一年里,班子成员和全体员工更加团结一致,朝着医院既定的发展目标继续努力奋斗。

安全生产是红线 放心舒心过大年



本报讯(记者 郑昕)1月19日,台肿医共体开展节前安全巡查,确保春节期间安全生产,让职工和患者放心、舒心过大年。

当天上午,城北、新河及滨海分院进行巡查,重点督导医疗救治及生产安全。医共体纪工委书记苏云福、副主任吴丽丽在下午召开的安全巡查准备会议上进行汇报。

会上,医共体党工委委员王戟锋传达了国家卫生健康委安全生

产委员会扩大会议暨全国卫生健康系统安全生产工作电视电话会议精神。

医共体党工委副书记兼主任孙且江根据检查内容进行工作部署。他强调,春节期间一定要进一步落实医疗安全、消防安全、生产安全、舆情安全、信息网络安全、生物安全及廉政安全等措施,确保守住安全生产的红线。

院领导及相关职能科室负责人分四组深入一线,对病区、门急

诊、医技等各部门安全生产、医疗、护理(院感)的公共安全及质量、应急药品状况、信息系统运行状况、后勤保障和物资供应、消防安全、危险品储藏安全、急救用车运行情况、发热门诊新冠等传染病防控工作、节假日排班及户外设施等进行细致检查,并对医疗纠纷、危急重症患者进行梳理、评估和排查。各组对存在的问题,统一记录集中反馈,及时落实解决组内发现的问题,确保整改落实到位。

守护生命防线的这群人

本报讯(通讯员 陈赛赛)“三年前靠这群人,三年后还是……这些医务人员全都冲在了第一线,自己被感染,家人被感染,他们承受着全身心的压力……但没办法,这是职责,就像战士上战场,这是一场硬仗。”国家卫健委医政司司长焦雅辉在接受“面对面”访谈时饱含深情地说。

新冠疫情管控放开后,病毒超强的感染威力让人防不胜防。面对大量病毒性肺炎患者如潮水般涌入医院的严峻挑战,为缓解急诊和呼吸科诊疗压力,同时更好地“为患者服务”,台州市肿瘤医院施行“全院一盘棋”战略,全院床位统一调度、统一管理。面对这场非常硬的仗,妇儿科也顺应时势成了“呼吸妇儿科”。

这天,护士长下班后塞给我一包中药香囊:“赛赛,这是我特意给你要的,你抵抗力不是很好,拿去预防预防。要多吃营养食物,多睡,调整好身体,新冠是一场持久战……”她就像一个大家长絮絮叨叨地叮嘱着,一股暖流顿时涌上心头,让人泪眼婆娑。

这包中药香囊,如今一直挂在我的房间,芬芳着我,也同样激励着我。

守望相助抗疫情

在每个小家中,我们既是母亲,也是女儿;我们是普通人,也都是血肉之躯;但只要穿上白大褂,我们便是守护生命防线的白衣战士。妇儿科全体护士如石榴籽般紧密团结,互帮互助,共克时艰。

“护士长,我想请2个小时假,母亲阳康后突发胸闷心悸头晕,被120接走了。”刚接完班的年轻护士陈忆虹哽咽着说。

“请什么假,赶紧走,我来顶你!”刚完成总值班的护士长王卫红毫不犹豫地回答。

接到家人报平安的电话后,陈忆虹转身便又马不停蹄地回到工作岗位。王卫红则依旧套着白衣战袍,继续调度床位,“团队哪里有需要,她就出现在哪里”。

同舟共济克时艰

上下同欲者胜。硬仗面前,妇儿科无论医护人员,还是患者家属,同舟共济,共渡难关。

21床的王奶奶因病毒性肺炎入院。次日,女儿激动地对我说:“赛赛护士啊,多亏了你们,母亲在急诊留观了一晚上,内科医生热情联系院前,顺利住进妇儿科,而且进行详细交接。整个接待医护都很好,不然我母亲后果不堪设想……”

勠力同心暖台肿

每个周三,医院工会都会联合药剂科,特制新冠二号方或中药香囊等按需发给员工。

宋茜主任得知老人高龄,合并多种基础疾病,且属于新型冠状病毒肺炎重症,便立刻联系内科医生进行会诊,实时沟通,以便按病情发展随时调整治疗方案。

第二天夜班我当班后得知王奶奶没胃口,心里顿时一急,于是便尝试着泡了碗“澳洲纯燕麦片”(我的夜班养胃法宝),没想到奶奶喝了小半碗。女儿欣喜地含泪说:“真是太感谢你们了!”

每次王奶奶来降血糖,看到我值夜班忙碌地奔走,她的女儿会跟心疼自己女儿一样地跟我说:“你们真辛苦,别熬坏了身体,有空就休息会……”

新冠疫情的倒春寒,挡不住春天的脚步!在这场没有硝烟的战场上,我们都是“守护生命防线的这群人”。我们和你们在一起,携手同行,并肩作战,直到赢得胜利!

最简单的方式,最温暖的传递

本报讯(通讯员 阮梦婷 颜灵佳)“曙光行动”自2022年4月发起后,志愿者的足迹遍及学校、海岛、社区和街道,横跨温岭十多个乡镇,用最简单的方式,最温暖的行动,传递传播医学知识,援助困难家庭……

身上。

修善心

一大早,社工办主任金军标的办公室迎来一位“特殊的访客”。

“我们想捐款,就是那个‘曙光行动’,我和老公都看了,请问怎么捐?”

大姐略显焦急,“我们两夫妻平常在外地做生意,现在我老公在你们医院住院,做肠息肉治疗,早上看到你们‘曙光行动’资金筹集的文章,想着我们也能做点好事”。

在大姐表明来意后,金军标表示十分感谢,要求大姐留下夫妻姓名,却被婉言拒绝。大姐说“300块不多,只是尽点心意”。

这倒是件稀奇的事,平常大多数都是医院里发起慈善捐款项目,大家通过朋友圈转发宣传后筹款的,像眼前大姐这般自发找上门的委实不多。

发自内心的修善心,行善不为留名,只因一心向善,这位大姐也一定能够等来自己的福报。

一位队员小潘,是本院职工,每当走进助学家庭,看到小朋友的第一面,总能从口袋里掏出糖果、铅笔等小玩意儿,就像哆啦A梦的百宝箱,而这些恰恰是小孩子眼里最好的东西。

当问及为何总是随身携带小玩意儿时,小潘笑着说,那是受到父母的影响。原来,她的父母经营一家副食批发店,常和学校打交道,偶尔碰到一些穷苦孩子,便会私下捐钱、捐文具。有次在饭桌上,听小潘谈论“曙光行动”的趣事时,潘妈妈很感兴趣,立马往基金账户转账1200元,同时鼓励女儿一定多参加行动去帮助更多需要的人。

“日行一善,增福一份;年年行善,善德善报。”这是潘妈妈常说的一句话。基于中国式家庭的言传身教,父母便是孩子最好的榜样,善举在代际间接续传承着,到达更远的地方。

公益之路漫长而持久,有心人的支持就是对“曙光行动”最大的肯定和鼓舞。期待一盏盏灯火点亮长街,点暖人心,照亮温暖着这片土地。

怀善念

“快过年了,住院费快用完了,我也好回家了……”肿瘤病区肝癌患者老李对援助对象进行信息采集的队长金军标说。病榻上孤单的身影,是成年人满满的无助感。癌症不仅剥夺了他的健康,同时也摧残了他的意志。

简短的采访本以为就此结束,没想到却有意外收获。出门时,隔壁床患者拉住金队长,示意他拉上窗帘,然后掏出手机,偷偷捐款500元。他说,他想帮助老李,但请不要告诉他,“最见不得人命在金钱面前一文不值,我能做一点是一点”。

这是令人破防的瞬间——明明自己过得也谈不上好,但却为他人作舟。善哉,感恩所有的善念,相信这份助人的善念在人间传递,若干年后又会像圆圈一样传递回他身上。

行善举

“曙光行动”小分队中有这样

修善心

一大早,社工办主任金军标的办公室迎来一位“特殊的访客”。

“我们想捐款,就是那个‘曙光行动’,我和老公都看了,请问怎么捐?”

大姐略显焦急,“我们两夫妻平常在外地做生意,现在我老公在你们医院住院,做肠息肉治疗,早上看到你们‘曙光行动’资金筹集的文章,想着我们也能做点好事”。

在大姐表明来意后,金军标表示十分感谢,要求大姐留下夫妻姓名,却被婉言拒绝。大姐说“300块不多,只是尽点心意”。

这倒是件稀奇的事,平常大多数都是医院里发起慈善捐款项目,大家通过朋友圈转发宣传后筹款的,像眼前大姐这般自发找上门的委实不多。

发自内心的修善心,行善不为留名,只因一心向善,这位大姐也一定能够等来自己的福报。

行善举

“曙光行动”小分队中有这样

修善心

一大早,社工办主任金军标的办公室迎来一位“特殊的访客”。

“我们想捐款,就是那个‘曙光行动’,我和老公都看了,请问怎么捐?”

大姐略显焦急,“我们两夫妻平常在外地做生意,现在我老公在你们医院住院,做肠息肉治疗,早上看到你们‘曙光行动’资金筹集的文章,想着我们也能做点好事”。

在大姐表明来意后,金军标表示十分感谢,要求大姐留下夫妻姓名,却被婉言拒绝。大姐说“300块不多,只是尽点心意”。

这倒是件稀奇的事,平常大多数都是医院里发起慈善捐款项目,大家通过朋友圈转发宣传后筹款的,像眼前大姐这般自发找上门的委实不多。

发自内心的修善心,行善不为留名,只因一心向善,这位大姐也一定能够等来自己的福报。

行善举

“曙光行动”小分队中有这样

图片新闻



1月22日下午,温岭市卫健局局长袁为民(右)走访慰问台州市肿瘤医院,勉励医务人员再接再厉,全力保障春节期间医疗供给和医疗安全,并送上节日祝福。孙且江院长等陪同。(图/文 蒋庭)

简讯五则

- ※1月4日晚,膳食科系临床,推出为门急诊及病区值班人员免费送点心,共同抗击新冠疫情。膳食科还将在10个传统节日开展关心关爱活动,采取免费、半价及特色菜等形式,提升员工满意度。(郑昕)
- ※1月16日,台州市肿瘤医院工会、团支部与行政后勤党支部联合开展一年一度的“赠春联、送福字”活动,为医院员工与就诊患者送上新春祝福,本次春联全部由温岭市书法家手写而成。(李雯莹)
- ※1月18日,院长孙且江及相关负责人对温岭市肿瘤预防公共卫生中心(即二期工程)施工现场进行巡视,确保春节长假生产安全。(郑昕)
- ※1月21日,除夕,台肿医共体党委书记徐栋重点走访重点科室及医共体成员单位,亲切慰问坚守岗位的党员干部职工。(蒋庭)
- ※1月22日,春节,院长孙且江及有关人员深入临床一线,走访慰问坚守岗位的干部职工,并致以新春问候和美好祝福。(蒋庭 乐晓伟)



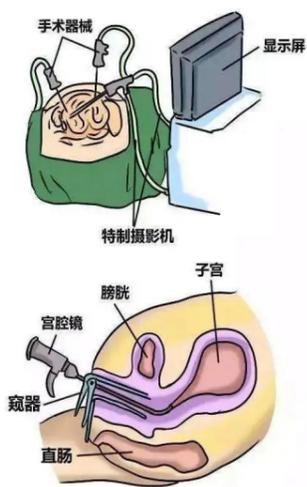
【新科普】

带你认识子宫的“放大镜”——宫腔镜(一)

进行妇科检查时,常常会被医生建议进行宫腔镜检查,很多人一听就开始瑟瑟发抖了。那什么是宫腔镜?是检查还是手术?什么情况需要做宫腔镜?今天我们就来扒一扒子宫的“放大镜”——宫腔镜。

什么是宫腔镜?

宫腔镜是一种纤维光源的内视镜,可通过自然通道子宫颈管进入子宫腔,用膨宫液将宫腔膨胀起来,用强光照射宫腔,通



过镜子的放大作用,可清楚观察到子宫内部。

通俗地说,子宫就像一个房子,宫颈口是门,子宫肌层是厚厚的墙壁,子宫内膜是里面的墙皮。宫腔镜就是通过宫颈这个门进入房间内,观察了解房内的非正常情况,并做出判断和处理。

什么情况需要做宫腔镜?

用宫腔镜技术可直接检查子宫腔内病变并进行组织送检,诊断准确、及时、全面、直观,可早期发现癌症。

下列情况需做宫腔镜:异常子宫出血、不孕症或习惯性流产者、宫腔内异物、子宫黏膜下肌瘤切除、子宫内膜息肉切除、宫腔粘连、子宫纵隔切除、子宫内膜癌、子宫瘢痕憩室。

宫腔镜到底是检查还是手术?

不少患者朋友在预约了宫腔镜后还会有些疑惑:明明说的是宫腔镜检查,怎么就变成了宫腔镜手术?

称作宫腔镜手术,其实是因为宫腔镜检查发现问题,医生可同时进行手术,即有诊断性宫腔镜检查,也有治疗性宫腔镜手术。通过进行宫腔镜检查,发现问题再进行治疗性宫腔镜手术,

可检查和手术同步完成,且术后当天或次日即可离院。

所以说宫腔镜是“全能选手”,在检查与手术上都有良好表现。

宫腔镜手术是微创手术吗?

是的。宫腔镜手术的开发可使许多原来依靠传统方法需切除子宫的患者避免开腹手术,保留子宫;也使许多因宫腔病变不孕或有不良妊娠史的女性实现做母亲的愿望。

宫腔镜检查的优势

- 1、多角度“视察”,效果直观
宫腔镜可从不同角度和方向检查,可看到一些很深的位置,达到直观检查的效果,无漏诊、误诊。
- 2、恢复快
宫腔镜对子宫腔内环境干扰小。术后很快恢复健康,无并发症和后遗症。
- 3、日间手术住院时间短
日间手术由专业医师操作,短时间即可完成治疗,不影响正常生理功能,术后即可恢复正常工作生活。
- 4、减轻患者负担
手术为微创性,用药少、费用低、恢复快。

宋茜

【专科护理】

中成药里面的“秘密”

李兆顺

盲目囤药,“吃”进医院

随着奥密克戎病毒致病性的减弱、疫苗接种的普及和防控经验的积累,去年12月起,我国陆续取消核酸常态化监测及健康码查验,疫情防控面临新形势。

在此背景下,许多百姓因焦虑而囤药,甚至在无任何症状的情况下盲目叠加服药。随着囤药居民越来越多,来院就诊的药物性肝损伤患者陡增,诸如“还未感染新冠,先把自己‘吃’进医院”的新闻屡上热搜。对此,国务院联防联控机制专家提醒:家里可适当备些解热镇痛的日常药物,但没必要抢购、囤积。

叠加混吃不可取
吃错可能会要命

囤药最火爆的属感冒退烧药,其中不乏有些中成药含有西药成分,但大部分患者不了解所服每种药物的成分及作用,常常既服西药又服中成药,易导致重复、过量用药,存在严重的用药安全隐患。

据了解,这些所谓的“中成药”,关键原料是对乙酰氨基酚,如感冒灵(颗粒)胶囊等几种较为常见的抗感冒药。该原料又名扑热息痛,属解热镇痛抗炎药,常用于感冒发热、头痛、肌肉疼痛,治疗量时不良反应少见。



但药物是一把双刃剑,使用得当可治病,不当就会对人体产生副作用。国内许多专家相继表示:若发病后出现咳嗽、流涕、咽干咽痛等症状叠加,则对症的每类药物不可简单地选择一种叠加服用,吃不对可能会要命!

我院临床药师建议不要同时服用两种感冒药,特别是中成药和西药,如感冒灵(颗粒)胶囊和泰诺(酚麻美敏片)——因含有同一成分对乙酰氨基酚,超量服用易引起不良反应,轻者对胃肠道刺激产生恶心呕吐,重者会引起肝肾毒性,严重者甚至死亡。

【专科护理】

通过合理治疗,部分糖尿病也可成功“逆转”

张南

糖尿病可以缓解甚至逆转

近年来,我国糖尿病患病率逐年上升,并越来越年轻化。

从血糖正常、糖尿病前期到糖尿病阶段,血糖是一个连续升高的过程,糖尿病并发症发生风险也随之连续升高。

临床研究结果显示,无论是通过生活方式、药物治疗和代谢手术干预,均可减缓糖尿病前期发展到糖尿病,或使已经发生的高血糖逆转并停留在正常水平,称为缓解Ⅱ型糖尿病(T2DM)。此外对新诊断的T2DM患者采用短期胰岛素强化治疗,也可

促进T2DM的缓解。

糖尿病教育护理专科门诊

台州市肿瘤医院开设糖尿病教育门诊,开展疾病科普知识宣教,提高患者对糖尿病的认识,早发现、早诊断、早治疗,减少并发症的发生。

通过面对面指导个体化饮食及运动处方、调整生活方式,前来就诊的部分Ⅱ型糖尿病患者已减半用药、甚至停药,达到临床逆转的标准(按照2021年指南《缓解Ⅱ型糖尿病中国专家共识》)。

部分老年患者虽长期服药或使用胰岛素,但因用药

不规范,导致血糖控制不佳。通过糖尿病教育门诊的宣教,获得更详尽的健康教育知识和护理服务,血糖亦得到较大改善。

专科门诊为您提供:

- 01 健康教育
为糖尿病、超重/肥胖症进行个案健康教育指导,提高患者健康知识知晓率及自我护理管理能力。
- 02 监测血糖
监测末梢血糖,了解血糖管理达标情况。
- 03 健康处方
根据患者身高、体重、工作强度等,为患者制定个体化的饮食、运动处方;根据病

情及血糖达标情况制定个体化血糖监测处方。

04 评估指导
开展诊前评估及诊后教育指导,指导患者正确使用各种降糖药及自我护理、监测血糖、体重、腰围、臀围、血

压技能。

05 线上管理

建立微信控糖医患交流群,实时解答患者问题,推送糖尿病及其并发症管理知识和技能,建立良好的医患关系,提高患者的遵医行为。



张南 主管护师
糖尿病专科护士

个人专长及诊治范围:糖尿病专科护士,擅长糖尿病患者自我管理行为干预。糖尿病患者教育,包括饮食治疗、运动疗法、血糖监测手段、胰岛素注射用具的使用、健康教育等。

冬季保养好,来年没烦恼

郑芳芳

俗话说,冬季保养好,来年没烦恼。入冬后该怎么养生?中医护理门诊为您支招。

春生夏长,秋收冬藏。一年中的阳

气收藏于肾水中,冬能藏精,就是藏住我们的根基。收敛心神,不可过度操劳,防止精气过度消耗。中医认为肾乃先天之本,肾主骨生髓,冬季养生贵在

养肾。

冬天进好补,来年打老虎。冬季进补以食补为主,但并不一定要每天大荤大肉、山珍海味。要少食咸味,可多食苦味食物以补益心脏,增强肾脏功能。其次,少吃麻辣,麻辣属于发散的,不利于冬天闭藏;少吃黏硬、生冷食物,易伤脾胃。可多吃山药、扁豆、薏米等健脾益胃食物,食疗方像白萝卜炖羊肉、黄芪乌鸡汤、黑豆糯米粥等。

冬季应早睡晚起,日出而作,保证充足睡眠。适度锻炼,严格控制出汗量,锻炼方式可选择太极拳、慢跑、快走等有氧运动。多晒太阳,增加皮肤和内脏血液循环,提高造血功能,调节神经中枢,增强免疫力。人体腹为阴,背为阳,很多经络和穴位在后背,其中督脉为“阳脉之海”,汇集人体经脉中的阳气。命门位于督脉上两肾间,是温阳补肾的要穴之一。艾灸命门有温阳益气、壮腰健肾的功效,临床上可用于治

疗泌尿系统疾病、妇科疾病及其他虚损性疾病,如腰肌劳损、腰酸、腰痛、泄泻、遗精、手足逆冷等。

此外,足部汇集了人体一半的经络,热水泡脚可刺激相应经络和穴位,帮助人体疏通经络,改善肾脏血液循环,加快肾脏代谢产物和毒素排出。可根据不同体质选择不同中药泡脚,像生姜、艾叶等可温经散寒,红花活血散瘀、花椒杀菌消炎等。泡脚过程中按摩涌泉穴,可调理肾脏、温补肾阳等。泡脚水以没过脚踝为宜,水温宜40℃左右,泡20-30分钟。

最后,情志调节在中医养生中占重要地位。有研究显示,情志调节和适应能力差的人患心脑血管疾病、胃溃疡、高血压甚至癌症的风险更高。因此,保持平和心态非常重要。心情不佳无法自我调节时可予头面部一定良性刺激,如头面部刮痧、穴位按摩等,利于缓解焦虑、失眠等,起到宁心安神的作用。



