



市中心医院血栓防治能力建设项目通过国家级认证

运城晚报讯(记者 王耀)4月8日,2023年血栓防治高峰论坛暨大禹论坛在武汉召开。会上,运城市中心医院VTE防治能力建设项目顺利通过国家级认证,被授予“血栓防治中心达标单位”,这标志着该院静脉血栓防治能力建设工作再上新台阶。市中心医院副院长权建文受邀参会并颁奖(左图)。

静脉血栓栓塞症(VTE)是指包括深静脉血栓形成和肺血栓栓塞症在内的一组血栓栓塞性疾病,60%的VTE事件都与住院相关,是医院内非预期死亡的常见病因。因此,在医院内建立积极有效的VTE防治体系,对降低患者住院期间的非预期死亡率、降低医师执业风险、提高医疗

质量等都具有重要意义。

市中心医院于2019年7月启动VTE防治能力建设工作。项目建设期间,在医院层面的统筹协调和全院各科的协同努力下,医院从组织管理、医疗技术诊治能力、护理管理、信息化建设、患者管理、培训教学、科研能力等方面,对照项目建设标准查漏补缺,不断完善医院肺栓塞和深静脉血栓防治工作,提高VTE防治能力。

该院相关负责人表示,将以此次获评为契机,不断推进VTE防治科学化、规范化、标准化和同质化建设工作,打造患者规范评估、有效防治、健康宣教、出院随访全流程管理体系,提高区域内VTE综合防治能力,为辖区百姓的健康保驾护航。

难缠的“缠腰龙”

最美不过夕阳红,最疼不过“缠腰龙”。家住永济的祁奶奶今年84岁,日前患上了带状疱疹,在当地医院治疗了半个月仍不见好转。每天疼痛发作几十次,像电击一样,不想吃喝,不能睡觉,痛不欲生。此病如何预防?如何止疼?患病怎么治?

带状疱疹是病毒感染性疾病

带状疱疹的皮疹通常会沿着一侧腰背部或肢体排列成条带状,酷似龙形,因而民间俗称“缠腰龙”。这是一种病毒感染性疾病,罪魁祸首是水痘带状疱疹病毒,它“一毒生双病”,既可以表现为水痘,又可以表现为带状疱疹。有的人会在小儿阶段首次感染此病毒,表现为水痘。然后病毒在人体神经内潜伏,待人体免疫力弱时激活,此时表现为带状疱疹。老年人是带状疱疹的“特别攻击目标”,年龄越大越容易患病,而且病情也更加严重,疼痛更难控制。

疫苗预防有效

约99.5%的50岁及以上成年人人体内潜伏着水痘带状疱疹病毒。因此,带状疱疹的预防有着重要意义。目前针对带状疱疹的疫苗已经上市,接种疫苗是最有效的可行的预防手段。与小儿疫苗不同,成人疫苗目前在我国大都属于自费的非免疫规划疫苗。经济条件允许的老年人、糖尿病、血液病等免疫力较弱的人群应积极接种。

早期抗病毒治疗很重要

带状疱疹并非简单的皮疹病毒,在人体激活后就开始破坏皮肤,产生皮疹,破坏神经,产生疼痛。病毒活力越强,作用时间越长,带状疱疹表现越重。因此,早期应用抗病毒药物抑制病毒活动是带状疱疹治疗的最重要环节。疱疹产生72小时内,应用抗病毒药物能有效防止后遗症产生。值得注意的是,疱疹结痂前有一定的传染性,此时患者应尽量避免和新生儿、糖尿病等易感人群接触。

要重视疼痛治疗

带状疱疹并非简单的皮疹,皮疹多会在一周至一个月内愈合。然而,部分人群疼痛会持续存在,这个疼痛和我们日常生活中常见的疼痛不同。日常生活中碰触、摔倒、划伤、胃肠不适等短暂的疼痛在医学中称为症状,这不是一种疾病。疱疹愈合后还持续存在的疼痛是一种疾病,医学上叫“带状疱疹后神经痛”。这个疼痛比疱疹更可怕,它可能会在未来几个月甚至几年内“阴魂不散”。疼痛往往呈灼烧、电击、刀刺样,常让人痛不欲生。

有效的镇痛手段:

专病需要专治。在设置有疼痛科的大型医院,有多种手段用于治疗“带状疱疹后神经痛”。一部分患者经过简单的药物治疗疼痛就可得到控制,而一些患者则需要使用更多的医疗手段。脊髓神经电刺激技术是一种微创治疗技术。医生通过穿刺针将一根“带电导线”放到脊柱内神经周围,通过精准测试找到病变神经根。“带电导线”通过释放微小的电流,阻止神经向大脑传递疼痛,像“消音器”一样达到止痛作用。

文章开头的祁奶奶,辗转就诊来到市中心医院疼痛科,采用了电刺激治疗。经过市中心医院医护人员一个月的精心照顾,祁奶奶的疼痛得到控制。

一个顺口溜帮助大家了解这个病:

带状疱疹像条龙,疹消疼在赖皮虫。
降龙要从预防起,早期更要抗病毒。
出现疼痛要重视,微创治疗效果好。

(运城市中心医院疼痛科 王颖慧
公关宣传科 周怡璇)

互学互鉴 共谋发展

市中心医院赴丽水市中心医院参观学习

运城晚报讯(记者 王耀)为加速推进二期工程和省级区域医疗中心建设等重点任务,创建高质量发展的“运城模式”,日前,市中心医院副院长李斌带队前往浙江省丽水市中心医院考察学习。

李斌一行听取了丽水市中心医院概况、核心指标情况及医院亮点工作介绍。实地参观了门诊、病房、耗材库等区域,并深入办公室、医务科、财务科等科室对接交流,深度学习探讨具体业务工作流程与经验。

丽水市中心医院(浙江大学

丽水医院、温州医科大学附属第五医院)是国家三级甲等综合性医院、区域性标杆医院,其精细化管理的理念和方法得到全国同行的广泛认可。

李斌表示,丽水市中心医院精细化管理的硕果,以及文化建设引领职工积极向上、追求卓越的良好氛围,使全体参访人员深受启发和鼓舞。下一步,市中心医院将继续与丽水市中心医院展开深度交流与合作,努力学习和引进其先进的管理理念及方法,强化医院内涵建设,推动医院管理水平再上新台阶。



▲丽水市中心医院色彩明亮、富有童趣的儿童门诊一角。

春季吃野菜的注意事项

春天百花盛开,绿草遍地,新鲜美味的野菜也被端上了餐桌。本期,市中心医院中医科相关人员从中医的角度向大家介绍吃野菜的注意事项。

1. 尝鲜即可,不宜贪多。

野菜有营养,但并非所有人都可以尽情享受。由于野菜大都偏凉性,且纤维比较粗,建议老人、婴幼儿、孕产妇、哺乳期妇女、过敏体质人群,以及肠胃功能较弱者尽量不吃或少吃野菜。

常见的灰灰菜属于感光植物,过敏体质者食用后经日光暴晒,会导致皮肤裸露部位红肿、起疹,并伴有明显瘙痒、烧灼或刺痛感等症状,即植物日光性皮炎,严重者应及时就诊。

2. 选择合适的野菜品种。

不认识的野草不要乱采,有些野生植物含有剧毒,误食后轻者会头晕、胸闷、发痒、浮肿、腹胀、恶心、呕吐,重者则危及生命。对野菜种类不熟的人,去超市购买较有保障。

3. 选择合理的烹调方式。

最好采用蒸、煮汤或做馅等方法进行烹调。因为野菜所含草酸比较多,被吸收后会与血液中的钙结合形

成草酸钙,可能沉着于泌尿系统及胆道,引起肾结石和胆结石。这样的野菜最好在沸水中烫一会儿再食用。部分树上的野菜应拌面粉蒸吃,若炒着吃,口感欠佳。

山蒜等一些野菜有微毒,食用前应在清水里浸泡两个小时以上。

香椿的硝酸盐和亚硝酸盐含量较高,将香椿在沸水中焯烫1分钟左右,可以有效除去部分硝酸盐和亚硝酸盐,并保持颜色,同时提高食用安全性。

4. 现采现吃很重要。

如果野菜放久了,不仅会影响口味,也会大大减少营养成分。此外,病毒、细菌的繁殖也会增加安全隐患。

5. 路边的野菜莫乱采。

不要选公园、路边或污水旁的野菜,受空气、废水污染的野菜常含有毒素、重金属,均不宜食用。建议采野菜要远离厂矿、工业区、养殖场、果园、马路旁,最好去树林里采集污染较小的野菜。

(运城市中心医院中医科 程盼贵 赵喜艳)



▲香椿芽



▲蒲公英



▲灰灰菜