

我市推进离休干部家庭医生签约服务

本报讯（记者 嘉瑛 通讯员 陈永忠 王虹）今年以来,我市将离休干部家庭签约服务与疫情常态化紧密结合起来,保障了高龄、高发病期离休干部的就医需求。

近来,今年3月刚被镇江市委老干部局、镇江市卫健委表彰授予“镇江市2019年度离休干部家庭医生签约优秀家庭健康责任

团队”称号的云阳人民医院王虹团队,在做好个人防护的前提下,认真对服务的离休干部上门巡诊,了解他们的身体、心理、饮食、睡眠状况,听诊心肺,查体,测量血压、血糖,开展针对性指导用药,同时重点普及疫情防控知识,指导他们如何正确佩戴口罩及洗手,嘱咐他们少到人群密集场所活动、避免接触呼吸道感染者、经

常开窗通风,有效减轻了干部们的恐慌情绪。

据了解,云阳人民医院王虹团队为离休干部提供的签约服务已坚持了两年多时间。在这两年里,该团队的医护人员积极为29位离休干部(目前在世26位)提供每月一次的健康服务,其高标准的医疗服务得到了离休干部本人及其家人的高度肯定。

其实,云阳人民医院的王虹团队只是我市离休干部家庭签约服务的一个缩影。记者了解到,离休干部家庭签约服务,是离休干部看病就医“三有一落实”的重要内容,是为离休干部就近、就便提供综合健康管理服务的现实需求。目前,我市在世离休干部共有116人,由13个基层医疗卫生单位负责承担辖区内离休干部的家庭医

生签约服务。工作启动以来,市卫健委与老干部局通力协作,认真贯彻落实《镇江市离休干部家庭医生签约服务规范》。当前,我市共有3个团队获评镇江市优秀离休干部家庭签约优秀服务团队。下一步,市卫健委将启动第二轮摸底调查,督促全市各团队切实把常态化疫情防控融入离休干部家庭医生签约服务全过程。

注意！五类人容易发生低血糖

俗话说“民以食为天”,每天的一日三餐给我们提供了一天所需的能量与营养。其中,糖是我们身体必不可少的营养之一。人们摄入谷物、蔬菜等,经过消化系统转化为单糖(如葡萄糖等)进入血液,运送到全身细胞,作为能量的来源。那么我们该怎样维持体内的糖分呢?如果血糖低了该怎么办呢?内分泌科专家为大家讲解的低血糖的识别与预防。

专家介绍,正常情况下,血糖可以保持动态平衡,并且在较窄的范围内波动,当这种平衡被破坏时,就会引起高血糖或低血糖。低血糖不是一种独立的疾病,而是由多种病因引起的血葡萄糖水平的降低,成年人空腹血糖浓度低于2.8mmol/L,糖尿病患者血糖低于3.9 mmol/L,就可以诊断为低血糖,这个时候患者会出现一系列的临床症状,如感到紧张、头痛、恶心、出冷汗等。

那么,哪些人容易发生低血

糖呢? 1.大于60岁的老年患者; 2.肝功能和肾功能减退者;3.有严重微血管和大血管并发症者;4.应用胰岛素或胰岛素促分泌剂治疗者;5.反复发生低血糖者。其中,低血糖发生的常见因素如下: 降糖药物的不合理使用,用药与进餐时间不匹配;进食太少、漏餐,过量饮酒尤其是空腹饮酒;剧烈活动或活动过量超过平常、空腹运动等。

一旦发生严重低血糖或昏迷,可迅速采取以下措施:如果尚有意识,可饮糖水或饮料;已经昏迷,亲友可以在患者的口腔黏膜或牙龈上涂抹蜂蜜或糖浆,同时拨打120,紧急送往医院急救。

专家提醒,在日常生活中,为了预防低血糖,大家要养成良好的生活习惯;加强血糖监测;随身携带预防低血糖的食物及急救卡;频发低血糖时要及时就医。

(星空)

视力模糊、色觉异常……都要当心白内障

白内障是老年人常见的眼科疾病,一般需要积极治疗,否则有失明的危险。眼科专家提醒,如果老年人有视力模糊、老花眼程度减弱、夜盲症等现象,十有八九是患上白内障了,这时候要积极进行治疗,千万别耽搁。

专家介绍,对于早期的白内障患者来说,一般都会出现视力模糊的症状。但是,有很多的患者会将这种症状错当成近视的常见反应,会通过配近视眼镜来解决此症状,最终可能会加大自身眼部的不适度。还有一些老年人可能会出现这样的症状,即平时佩戴的老花镜在突然之间就不用佩戴了,并且依旧能够读书看报。在出现这种症状之时,先不要过早地开心,因为这很可能是患上了白内障。此外,这个症状一

般是发生在白内障的初期,在中后期,老年患者就可能会出现失明。

“还有一部分白内障患者先期会出现夜盲症或者色觉异常症状。”医生介绍,对于白内障患者来说,随着病情的逐步加重,眼睛内晶状体会逐步出现浑浊的情况,当这种浑浊过于严重之时,就会引发夜盲症的出现,有的也可能会出现昼夜失明的情况。还有的人色觉会出现异常,初期白内障患者一般晶状体都会出现吸水肿胀的状况,从而患者在观看物体之时,会出现光束折射异常的情况,进而影响到患者对物体颜色以及外在轮廓的判断。

那么,白内障患者要注意些什么?专家介绍,对于白内障患者来说,如果想要控制住眼睛部位的恶化程度,那么在

饮食上首先要做到的就是戒酒,毕竟酒对人体的刺激程度是很大的。此外,患者还要少吃辛辣的食物,也不要吃含有激素的食物。另外,注意做好防晒措施。白内障患者的眼睛部位是比较敏感且脆弱的,所以患者在初夏季节,尽量不要让眼睛直面刺眼的阳光。如果在太阳比较毒辣之时必须要外出,那么要佩戴好带帽檐的遮阳帽,以防眼睛受到刺伤。在长时间用眼之后,患者需要做好眼部的放松工作,以此来减轻眼部的疲劳度,从而保障眼睛部位的恢复速度。“得了白内障还是要尽快到专业眼科去寻求帮助,能手术的尽量手术解决,千万别耽搁!”

(万里)



江苏大学附属医院丹阳分院

丹阳市儿童医院

——关爱儿童健康,托起明天太阳

随着手机、电脑的普及,许多白领、工薪族都不可避免地患上了颈椎病,而且逐渐出现了低龄化的趋势。

颈椎病的常见误区

对于颈椎病的治疗,“三分治,七分养”。日常的行为纠正与康复运动,避免误区,不仅能避免病情进一步加重,而且能使治疗效果事半功倍。日常生活中,人们对颈椎病还存在许多误区。误区有哪些呢?

脖子“嘎嘎”响就是颈椎病吗?

云阳人民医院理疗镇痛科副主任医师潘宇红解释说,颈椎病是由于颈部肌肉、骨质等的变性导致侵犯颈椎及椎管内的脊髓、神经等,引起症状。多数时候是由于颈椎在屈伸和旋转活动中关节发出的弹响;关节内有小气泡或关节异常错动甚至是关节磨损;颈部后面发达的肌肉和韧带在屈伸活动中出现异常摩擦等原因。只有同时出现颈部疼痛、麻木、无力等症状时才可怀疑。

颈肩部酸痛就是颈椎病吗?

潘宇红正解:颈肩部的酸痛大多是由于颈肩部肌肉劳损所致,当伴有上肢放射性疼痛、麻木,下肢踩棉花感等时,才考虑颈椎病可能。多数颈椎病患者会表现出颈肩部酸痛症状,但是并不意味着没有颈肩部症状就不是颈椎病。

按摩能治颈椎病?

潘宇红解释说,按摩能够缓解颈椎病症状,但并不是所有的颈椎病都可以按摩,比如若是脊髓型颈椎病的患者按摩的话,极有可能导致患者瘫痪。

保健枕能治颈椎病?

正解:颈椎保健枕的作用只是保持颈椎的生理弯曲,促进血液循环,改善患者症状,并不能治疗颈椎病。

潘宇红提醒,颈椎病的防治,刻不容缓。随着现代社会的发展,低头族

越来越多,低头时间越来越长,颈椎病发病率明显增高,同时向年轻化发展的趋势越来越明显。颈椎病患者能否采用某种方式、什么时候用、具体怎么用,都需要医生根据患者病情来决定,患者切忌擅自采用某种方式治疗。此外,建议患者保守治疗时选择专业的医疗机构。

【链接】潘宇红,从事中西医结合临床内科工作二十余年,曾多次在南京、镇江及河南等地进修学习。对内科常见病、多发病有诊治经验。特别擅长治疗颈肩腰腿痛等各种病症。

云医

健康行

2020年第24期

江大附院丹阳分院
丹阳市儿童医院

淮南新村伊甸园路1号 86586204

(镇)医广【2018】第10-30-32号

口腔科

种植修复 精准高效

口腔科引进了意大利NewTom口腔CT、瑞士法国种植系统,做到更精准种牙。相对于传统假牙,种植牙更加美观、舒适、牢固而且不需要磨牙。地址:门诊部四楼 健康热线:86522367

妇科:竭诚服务女性

【擅长诊治病种】:子宫内膜异位症、子宫脱垂、子宫肌瘤、卵巢肿瘤、不孕症、尿失禁、宫颈疾病、性病及妇科恶性肿瘤等。

【熟练开展病种】:腹腔镜下附件手术及子宫切除术、阴式子宫切除术及阴道缩紧术、宫颈leep刀手术、无痛人流手术、复杂剖宫产术,如疤痕子宫等。

专科始终秉持“一切为了病人”的宗旨,竭力营造安心、放心、舒心的就医氛围,竭诚为丹阳女性朋友服务。

妇产科:病房大楼四楼三区 专科电话:86950191

外科

云阳人民医院现代外科与前沿医学发展同步,主要以现代微创外科腹腔镜技术为重点发展项目。科室拥有全套先进德国storz牌腹腔镜、高频电刀、PK刀、术中X造影、肠套叠空气灌肠复位机等高科技设备,拥有一大批临床经验丰富、微创技术娴熟的专业队伍。

科室除开展肝、胆、胃肠、乳腺、甲状腺等常规手术外,已成功实施腹腔镜胆囊切除术、腹腔镜下阑尾切除术、微小切口治疗疝气、空气灌肠治疗肠套叠等多项技术。

特色诊疗项目:腹腔镜胆囊切除术;腹腔镜阑尾切除术;无张力疝修补;微小切口疝气手术;小切口甲状腺次全切除术;腹腔镜经胆囊管造影胆总管引流术;微创包皮环扎术;乳腺恶性肿瘤改良根治术;胃肠恶性肿瘤根治术;腹部外伤、穿孔、肠梗阻等急腹症的手术治疗。

专家门诊时间表

日期	科室	医院	专家	时间
星期一	心内科	江大附院	王昭军主任医师	全天
	骨 科	常州102医院	巢金林副主任医师	下午
星期二	妇产科	江大附院	贡桂华主任医师	全天
	神经内科	江大附院	于 明主任医师	上午
星期三	心内科	江大附院	王昭君主任医师	全天
	放射科	江大附院	赵亮副主任医师	全天
			殷瑞根副主任医师	
星期四	心内科	江大附院	王昭军主任医师	全天
	妇产科	江大附院	贡桂华主任医师	全天
	超声科	江大附院	陈宝定主任医师	上午
	骨 科	常州102医院	巢金林副主任医师	全天
星期五	心内科	江大附院	刘培晶主任医师	全天
	呼吸内科	江大附院	张蓝石主任医师	全天
	皮肤科	江大附院	顾文涛主任医师	全天
	妇产科	江大附院	胡 兴主任医师	全天
			杨佩芳主任医师	全天
	骨 科	常州102医院	巢金林副主任医师	全天
	心脏超声	江大附院	徐良洁副主任医师	全天
星期六	超声科	南京妇幼保健院	吕康泰主任医师	全天
	骨 科	常州102医院	巢金林副主任医师	上午

专科门诊时间表

专科	门诊时间	专家	联系电话
儿 科	周一	方礼才副主任医师	18912839206
	周二	何建军主任医师	18912839232
	周三	张志华副主任医师	15052979094
	周四	王清华副主任医师	18912839251
	周五	王丽琴主任医师	18912839238
	周六上午	吴云飞副主任医师	15952956861
小儿内分泌专科、矮小症	周二下午	何建军主任医师	18912839232
小儿肾病专科	周四下午	王清华副主任医师	18912839251
小儿哮喘专科	周三全天	曾惠泽副主任医师	15952956861
	周六上午		
小儿多动症	周六上午	王丽琴主任医师	18912839238
中医科	周一~周六上午	马朝斌主任中医	13606105270
消化内科	周二下午周六上午	蔡楠主任医师	13852961128
妇产科	周一全天	钟向英副主任医师	13952951270
	周三全天	袁书红副主任医师	13952838602

专家门诊可能因特殊情况临时变动,建议电话咨询、预约。导医台热线:86950112