



医药送上门 服务有温度



**传递惠民健康服务
展示基层医界风采**
基本公共卫生服务便民普及系列宣传

发挥家庭医生作用 上门守护重点人群

“李先生,今天身体怎样了?吃完药有好一些吗?”1月4日,永和镇卫生院党支部联合永和村党支部走访新冠病毒感染居家治疗重点人员,工作人员来到永和镇梨星村李宁乞家中,关切地问道。

“我们到重点人群中了解其身体基本情况,经细致查体及评估后,结合每个人的具体情况,工作人员按照护理程序顺利帮其完成测血压、血糖等服务,并细心交代各种注意事项,指导其正确服药、预防跌倒等方法。”永和镇卫生院相关负责人介绍。

暖心规范的护理服务,让李宁乞非常满意,对工作人员的服务频频点赞。听着医务人员对治疗及预防方法的耐心讲解,面对遇上困惑时随时可以咨询的家庭医生,他的心里踏实了不少。

据了解,连日来,永和镇卫生院结合党建活动等多种形式,积极组织镇村两级家庭医生通过网格化为感染新冠病毒的重点人群提供上门巡诊服务,定期了解群众健康状况、提供健康指导,并协助就诊,解决重点人群“疫”时之忧。

送医送药 带来暖心健康爱心包

“我奶奶今年86岁了,2个小时前她的



永和镇卫生院工作人员为村民送药上门。

核酸检测结果显示为阳性,我一直担心家里没有备足物资和药品,正在发愁中。没想到你们就送物资和药品上门,真的太感谢了!”昨日,永和镇永和村姚庆生对上门送健康爱心包的党员干部和医务人员连连感谢。

为做实家庭医生签约服务,进一步提高家庭医生服务质量,做好家门口的诊疗服务,守护重点人群身体健康,晋江市永和镇卫生院还特别上门为辖区新冠病毒感染居家治疗重点人员送去一份爱心健康包。连花清瘟胶囊、

N95防护口罩、医用消毒酒精、中医5号方……打开一看,爱心健康包中既有医务人员开具的处方药,还附有一份温馨提示,其上写有用药指导及相关医疗卫生机构24小时联系方式,方便群众及时获得健康咨询、就医指导等服务。不仅如此,永和镇卫生院在为个别老年困难群众送上健康爱心包的同时,还送去了牛奶等生活物资。

“目前,我们通过电话、视频、微信或线下巡诊等方式及时掌握重点人群的身体状况、存在困难和需求。对缺乏自我健康管理

能力的独居老人、残疾人等,协助其进行健康监测;协助有就医需求的群众向上级医疗机构转诊。”永和镇卫生院党支部副书记曾桂林告诉记者,“当下,疫情防控重心从‘防感染’转向‘保健康、防重症’,我们始终坚持人民至上、生命至上原则不改变。送药到家、送物资上门、家庭医生巡诊……我们将竭力为群众提供基本医疗保障服务,通过加强上下级机构双向联系构建分级诊疗服务网络、优化网格化服务机制等方式,切实保障群众卫生健康需求。”

健康课堂

慢性肾炎冬季如何保健 咱厝医生分享四个健康关键词

慢性肾炎是肾脏病中最常见的一种,多见于成人,是由多种病因引起的原发于肾小球的一组免疫性炎症性疾病。临床表现轻重悬殊,病程漫长,尿中常有蛋白、红细胞,常伴有浮肿、高血压,病情逐渐发展,可在患病2~3年甚至20~30年后进入肾功能不全期。

晋江市中医院肾病科学科带头人杨峥嵘提醒,冬季是肾脏病人病情加重和发生并发症较多的季节,慢性肾炎患者应做好自我保健。慢性肾炎患者如何在冬季更好地做好保健工作?一起来看咱厝医生分享四个健康关键词。



医生简介

杨峥嵘 晋江中医院肾病科学科带头人、主治医师
对于各种原发性肾小球肾炎、继发性肾小球肾炎、肾病综合征、泌尿系感染、泌尿系结石、急慢性肾功能衰竭等诊治有独到见解,擅长各类终末期肾脏病及其并发症的抢救及处置。



关键词:科学饮食

“首先,要做好蛋白质的供给。”杨峥嵘介绍,由于肾脏病的特殊性,所以应在医生指导下制定科学的食谱,饮食中蛋白质要适中。“过多的蛋白质摄入会加重肾脏负担,使肾功能不全或病情恶化;但过少又可能导致营养不良和低蛋白血症。通常每天每千克体重不宜超过1克,优质蛋白质要达到50%以上。”

其次,要保证能量的供给。杨峥嵘解析说,由于部分病人限制了蛋白质摄入,其热能的供给要以碳水化合物和脂肪作为主要来源,能量供给视劳动强度而定。“休养的病人每日可供给126~147千焦耳(30千卡~35千卡)/千克体重。”

此外,建议控制钠盐的摄入。“严重水肿及高血压时,

钠盐的量要控制在2克/日以下,甚至给予无盐饮食,一般以低盐为宜。”杨峥嵘说。

最后,建议多吃些富含纤维素的食物。这对保证大便畅通和排毒会有所助益。杨峥嵘提醒,患者还要戒烟忌酒。

关键词:运动锻炼

慢性肾炎患者进行适当的体育锻炼可有效提高自身抗病能力,减少感染,还可改善内脏的血液循环,促使体内损伤部位的修复及代谢废物的排出。杨峥嵘指出,运动方式多种多样,如散步、骑车、游泳、慢跑、太极拳、体操、武术等。“要摸索出一套适合自己的生活习惯,每日均有适度活动而又不致劳累,劳逸结合,以增强体质,有利于肾病的康复。”

关键词:防寒保暖

谈及冬日寒冷天气时,杨峥嵘提醒,冬季寒冷刺激会使血管收缩,血压升高;若腰部受寒后血流量减少,可使肾脏功能降低;尤其是感冒会加重病情,出现严重的并发症。因此,要根据季节的变化,及时增加衣服,防寒保暖,预防感冒,提高人体对气候变化的适应性。

关键词:积极治疗

“在医生的指导下,进行合理的治疗是有效的方法。值得一提的是,中医对慢性肾炎的治疗有独到之处。”杨峥嵘介绍说,患者要注意自我保护,预防感染,积极治疗慢性咽炎、鼻窦炎、牙病及皮肤、尿路感染等,使病情全面、有效地得到控制。“此外,过度的喜怒和悲伤等使情绪波动,都可引起肾病的微妙变化。俗话说‘三分靠医,七分靠养’,保持乐观情绪极为重要。如能不断自我调节,时刻保持乐观向上的心态,使精神神经始终处于稳定状态,则将有利于疾病康复。”

健康问答

关注食道健康

读者问:胸部疼痛与食管癌有关吗?
晋江市医院(上海六院福建医院)胸外科科学科带头人郑志民答:食管癌除了进食梗阻特异性症状以外,还可能有胸痛、反酸、恶心呕吐等不典型症状,这些不典型症状时有时无,时轻时重,容易被忽视。比如胸痛症状,如果心脏和胆囊检查发现问题的患者经过相应治疗后胸痛仍然存在,一定要记住还有食管需要检查,以排除食管癌发生的可能性。



基本公共卫生服务便民宣传

广边医讯

多家卫生院恢复 预防接种及儿童保健服务

本报讯 近日,咱厝多家卫生院恢复预防接种及儿童保健服务。晋江市永和镇卫生院目前已恢复预防接种门诊及儿童保健服务;晋江市池店镇卫生院已恢复池店院区及桥南分院预防接种门诊及儿童保健服务。值得一提的是,相关服务均采用市民通过微信公众号预约,凭预约码再到院接种的方式。

晋江市池店镇卫生院相关负责人介绍,因医院发热门诊诊疗任务重,医务人员人手不足,预防接种门诊及儿童保健服务时间调整为:池店院区每周二、周六;桥南分院每周三、周五。预防接种门诊,需提前在医院微信公众号“晋江市池店镇卫生院”预约,约号时要注意查看预约院区是否缺苗,避免到现场时无疫苗接种。同时,市民朋友到院需全程佩戴口罩,保持安全距离。就诊时一名儿童仅由一名家长陪同,以避免出现人员聚集。

本版由本报记者吴清华撰写

晋江基层医疗机构口碑榜

(以下医院排名不分先后)



晋江市医院晋南分院

电话: 0595-85281011
地址: 晋江市龙湖镇中山街南路18号



晋江市陈埭中心卫生院

电话: 0595-85180167
地址: 晋江市陈埭镇西坂村招综东路2号



晋江市中西医结合医院 (晋江市磁灶中心卫生院)

电话: 0595-85880240
地址: 晋江市磁灶镇芸埔工业区21号



晋江市东石中心卫生院

电话: 0595-85593877
地址: 晋江市东石镇东升路706号



晋江市英林镇中心卫生院

电话: 0595-85481036
地址: 晋江市英林镇英林村龙马路67号



晋江市金井中心卫生院

电话: 0595-85381047
地址: 晋江市金井镇金深路12号



晋江市池店镇卫生院

电话: 0595-85983437
池店院区地址: 晋江市池店镇池店村凤北区398号
桥南分院地址: 晋江市池店镇桥南社区锦洲瑞苑5.6.8号



晋江市第二医院安海院区 晋江市安海镇卫生院

电话: 0595-85719506
地址: 晋江市安海镇成功西路290号



晋江市内坑镇卫生院

电话: 0595-88383120
地址: 晋江市内坑镇景山路12号



晋江市中医院紫帽院区

电话: 0595-85984790
地址: 晋江市紫帽镇塘头嘉园西大门



晋江市永和镇卫生院

电话: 0595-88072310
地址: 晋江市永和镇永和街81号



晋江市深沪镇卫生院

电话: 0595-82916120
地址: 晋江市深沪镇狮峰中垵区2号



晋江市西滨镇卫生院

电话: 0595-85128712
地址: 晋江市西滨镇海滨路226号



晋江市青阳街道社区卫生服务中心 晋江市医院青阳院区

电话: 0595-28082669
地址: 晋江市青阳街道陈村社区宾阳路2-102



晋江市梅岭街道社区卫生服务中心

电话: 0595-82002310
地址: 晋江市梅岭街道迎宾路671号



晋江市西园街道社区卫生服务中心

电话: 0595-85600120
地址: 晋江市西园街道赖厝远辉商厦



晋江市罗山街道社区卫生服务中心

电话: 0595-88157120
地址: 晋江市罗山街道山仔社区环存北路103号



晋江市灵源街道社区卫生服务中心 晋江市第二医院医共体灵源院区

电话: 0595-88165187
地址: 泉州市晋江市灵源街道灵水社区东街46-1号



晋江市新塘街道社区卫生服务中心

电话: 0595-88198807
地址: 晋江市新塘街道沙塘南一区112号