

# 陈埭中心卫生院：慢病管理服务持续升级

基本公共卫生服务便民宣传  
基层医界风采



晋江市陈埭中心卫生院党支部书记、院长、主任医师洪文挺

日前，国家基本公共卫生服务晋江行特别报道第四期——慢病管理健康服务走进晋江市陈埭中心卫生院。一起来看看该院慢病管理健康服务的开展情况吧！

## 一站式服务 就诊更便捷

为进一步提升基本公共卫生服务效果，建立“医防融合”两慢病管理服务机制，陈埭中心卫生院的慢病管理中心正式成立并投入试运行。走进该院的慢病管理中心，我们可以看到，这里的诊疗服务相较于普通门诊已有升级，厝边糖尿病患者就诊体验发生了质的变化。

晋江市陈埭中心卫生院服务中心副主任林丹妮介绍，我们实行一站式管理服务，让患者少跑腿。在这里，慢病患者可以享受检验、超声检查、拿药、缴费报销等一站式服务流程。同时，有专门的医生对其进行一对一的饮食、生活作息及用药指导。

作为一名经验丰富的医者、医院管理者，晋江市陈埭中心卫生院党支部书记、院长、主任医师洪文挺认为，随着经济社会发展，中国进入人口老龄化，老年人成为党和国家关注的重点对象之一。由于老年人自身的特点，随着年龄的增长，组织器官功能不断衰退，疾病不断出现，尤其是高血压、糖尿病。因此国家把高血压、糖尿病作为基本公共卫生服务项目中的重要组成部分。



## 积极推进基层慢病管理

洪文挺坦言，当前慢性病已经成为危害人民群众身体健康的一个重大公共卫生问题。国家基本公共卫生服务之慢性病患者健康管理服务的服务对象为辖区35岁及以上常住居民中原发性高血压患者、2型糖尿病患者。高血压、糖尿病是可以预防和控制的，关键是提高大众的知晓率、治疗率和控制率，在医生的建议下学会自我监测，逐步改变不良生活方式及按医嘱合理使用药物。

国家免费为慢性病患者提供健康管理服务，延缓疾病发展，控制并发病，提高患者生活质量，患者及家属应认真配合做好该项工作。

首先，是做好纳入慢性病健康管理。高血压、糖尿病患者明确诊断后，应尽快主动到常住地乡镇卫生院、村卫生室或社区卫生服务中心(站)建立健康档案，固定责任医生，接受健康管理。

其次，是做好按时随访体检，按照医生通知的预约时间、地点，接受随访和健康体检服务。遵医服药也是关键一环。随访和体检时，患者及家属应向医生如实告知病情与治疗情况，严格按照医嘱按时按量服药，严禁擅自停药、减量或换药，以免发生意外(服药过程中感到不适或发生不良反应时，应及时联系医生调整治疗方案)。

## 相关链接

### 陈埭中心卫生院慢病管理中心

陈埭中心卫生院慢病管理中心位于陈埭中心卫生院D栋1楼，内设咨询导诊台、高血压管理诊室、糖尿病管理诊室、检验科、超声科、骨密度检测室、心电图室、药房、收费室等。服务时间为上午：8:00-11:30；下午：夏令时14:30-17:30，冬令时14:00-17:00。每周一、周三上午，该院院长、主任医师洪文挺，副院长、副主任医师颜芳婷坐诊。

## 健康课堂 | 中医巧治近视 小核桃妙用多

“核桃挂在眼睛上，这是闹着玩，还是真有用？”日常生活中，我们常见一些科普宣教平台上会推荐我们吃些干果来补充身体的营养。其中，核桃的营养价值有口皆碑，是当之无愧的“干果之王”“长寿果”。关于核桃仁养生的药膳很多，但你知道吗，吃完核桃后的核桃壳，其实也有妙用。



### 食用核桃益健康

据了解，药理学研究发现，核桃仁中富含脂肪、蛋白质、维生素、碳水化合物、多种常量元素和微量元素、胡萝卜素、纤维等人体所需的有益物质。尤其有4种物质不仅含量充足，且易被吸收，为其他干果所不及。

一是脂肪油，其主要成分亚油酸甘油酯、亚麻酸等对保持心血管健康、防治动脉硬化、延缓衰老有特殊意义；二是蛋白质，含量达17%-27%，其中60%为谷氨酸，还有精氨酸、赖氨酸等，能增加人体白蛋白，增强免疫功能，减少疾病的发生；三是磷，占所含矿物质总量的58%，能促进神经细胞活力，对脑神经十分有益；四是维生素E，能使细胞膜少受自由基的氧化损害，达到保护细胞、组织、机体之目的，从而延缓衰老。最近美国一项研究也证实，核桃仁能减少高脂肪食品对动脉的损害，降低血管硬化的风险，其所含的抗氧化剂和亚麻酸，更有助于防治心脏病。

### 核桃壳有亮“睛”妙用

在晋江市医院晋南分院，赖秋敏主治医师正在为近视的小朋友做核桃灸。这是咋回事，啥叫核桃灸？原来，核桃灸又称核桃壳灸、核桃眼罩灸，隔核桃灸，是一种以天然核桃壳为灸具的灸法。赖秋敏介绍，在清代顾世澄所撰《疡医大全》书中就有记载用核桃壳灸治疗外科疮疡：“桃壳灸法：大核桃劈开，去肉，壳背钻一孔，内填酒鸡屎令满。将有屎一面合毒顶上，孔外以艾灸之。不论壮数，惟取患者为快。壳热另换一壳，如法灸之，其毒立好。”如今，现代医者也多用核桃灸来治疗眼部疾病。

桃从中间剖开，去除内部的果肉。再从核桃壳上钻两三个孔，使用时将其浸泡于养肝明目的中药液中30分钟，再将其嵌入核桃灸眼镜架中。接着取2cm-3cm长的艾条，在距核桃皮1寸处放艾条，插入镜框前铁丝圈内，再从内侧点燃艾条。最后把做好的“核桃眼镜”戴到双眼上，并适度调整好镜架位置，方可以为孩子们施灸。

“浸泡过药液的核桃皮可以保护眼部皮肤组织不被燃烧的艾柱灼伤，又可以产生药液蒸汽熏蒸眼周，可以加速眼周经络穴位的气血运行，达到活血通络、清肝明目的功效。”赖秋敏介绍，核桃灸对小孩子近视的缓解和改善有益，同时，对长时间看手机、电脑的上班族一族也适用。另外，对于长期熬夜形成的黑眼圈、眼睛干涩、假性近视、结膜炎、迎风流泪等症状，也有一定的益处。还可调节和改善中老年人眼部不适，对于老年人视网膜黄斑变性、干眼症、糖尿病眼底病变等有较好的缓解作用。



## 基本公共卫生服务便民宣传 厝边医讯

### 树兰医院专家团 周六来晋江义诊

本报讯 好消息，晋江市医院晋南分院大型义诊来啦！6月17日(本周六)，树兰(杭州)医院、晋江市医院(上海六院福建医院)联合晋江市医院晋南分院举办“改善就医体验 提升患者感受”大型义诊活动。届时，树兰(杭州)医院晋江市医院(上海六院福建医院)专家团队将现场义诊，市民朋友可享面对面咨询服务，不可错过。

活动时间为6月17日(星期六)上午8:00-11:30，地点位于晋江市医院晋南分院门诊大厅。活动内容包含义诊、内窥镜治疗、手术等。预约请拨打医院服务中心电话。温馨提示：为提高义诊效率，减少排队等候时间，请大家携带既往病历和辅助检查(包括影像资料)，或者与医院相关科室工作人员提前联系，做好相关辅助检查。

## 健康问答

### 乳腺癌的高危因素人群

读者问：哪些人需要做乳腺癌筛查？高危人群是哪些人？  
晋江市中医院妇产科张茹主任答：乳腺癌高危人群为有乳腺癌或卵巢癌家族史；月经初潮12岁前或停经晚于55岁；生活不规律，经常饮酒，平时喜高脂类食物；未生育或晚于35岁生育，以及未哺乳；导管上皮不典型增生、乳头状瘤等慢性乳腺疾病患者；长期应用雌激素控制更年期症状的人群。

本版由本报记者吴清华、通讯员王树良采写

## 晋江市第二医院(安海医院)：小儿哮喘莫忽视



张小文 儿科副主任，主治医师

张小文 儿科副主任，主治医师，福建省儿童肺功能联盟委员。从事儿科工作15年，曾在上海复旦大学附属儿科医院、厦门大学附属第一医院、泉州儿童医院进修学习，曾获评院部“十佳医师”、优秀个人等称号。  
擅长：儿童支气管镜、儿童呼吸内科、儿童过敏性疾病及儿科常见病多发病的诊治，尤其在婴幼儿反复喘息、儿童慢性咳嗽、支气管哮喘、反复呼吸道感染、湿疹、牛奶蛋白过敏、儿童过敏性鼻炎、慢性腹泻、危重症抢救等方面积累了较丰富的临床经验。

### 案例 | 小儿哮喘急救成功

5岁的小韵(化名)，活泼可爱，但自小就有各种过敏表现。比如，皮肤干燥常痒痒抓挠，季节交替或存在温差时易打喷嚏、流鼻涕，反复咳嗽更像是“家常便饭”，受凉感冒后还会出现反复喘息。此前，小韵在咳嗽期间也出现过3次喘息，偶尔出现气促，但精神状态较好，病情不重，一般在诊所雾化 and 口服几天药后就恢复如常，为此家人就没太在意。

日前，小韵出现咳嗽、发热等症状，在家附近的医院口服药物治疗，但孩子在咳嗽、发热4天后的夜间突然气喘不止、汗多、疲惫，家长急忙携患儿到安海医院急诊就诊。经急诊医师评估，考虑小韵为支气管哮喘急性发作，也就是小韵的支气管出现了痉挛导致气道狭窄至呼吸困难。医护团队当即在1小时内给予致气道狭窄至呼吸困难。患儿经三次雾化驱动雾化和点滴输入抗支气管平滑药，1小时后，小韵症状明显缓解。

“小孩确定按哮喘进行规范化治疗，他真就哮喘了？”每年从2月份开始，天气多变，早晚温差大，不少孩子出现反复咳嗽、反复喘息，有些同时伴有鼻塞、流涕、鼻塞等症，有些儿童没有咳嗽、鼻部症状，只出现胸闷、长吁短叹。

在晋江市第二医院(安海医院)近三四个月的儿童呼吸专科门诊中，有半数以上的患儿表现为慢性咳嗽、反复鼻部症状，其中不少诊断为哮喘或哮喘合并过敏性鼻炎(AR)。在此，儿科医生张小文提醒，若患有哮喘，没有及时有效对症治疗，可能会导致肺功能下降和鼻窦炎发生。

### 建议 | 需遵医嘱规范治疗

诊疗结束后，小韵爸妈见小韵已经好很多了，便拒绝拍胸片评估并坚持带药回家观察，临走前再次询问医务人员“我小孩确定是哮喘吗？”2天后，爸妈再带小韵到院，此时小韵发热已退，但仍咳嗽、气喘，伴流涕、鼻塞，拍片提示其存在肺气肿、局部斑点状肺炎表现。

经沟通后，小韵被收入院，经规范治疗5天后好转出院。“我们主要是告知其父母需规律用药，并做好定期复诊评估。结果半月后，孩子就门诊诊，只见她一把鼻涕一把泪，再次出现气喘、咳嗽。询问后才得知小韵在出院3天后，点状肺炎表现。”  
其实，哮喘就是一种慢性气道炎症，以反复发作的喘息、咳嗽、气促、胸闷等为主要症状，强度随时间变化，多在夜间和(或)凌晨发作或加剧，多数患者可自行缓解或经治疗后方能缓解。

爸妈就给她停了所有药物，表示没症状了就不想再让孩子吃药。”张小文坦言，这也是很多家长存在的误区。

其实，哮喘和过敏性鼻炎是慢性病，只能控制不发作、少发作或减轻发作程度，并不能治愈，需长期、规律、个体化治疗，定期随诊和评估，才能控制气道及鼻黏膜炎症反应，减轻敏感度。一番沟通后，小韵爸妈听后若有所思，这才接受了孩子需要坚持用药的事实。一周后再复诊，症状未再出现，1个月后再复诊，控制良好，目前小韵仍在定期随诊中。

### 提醒 | 家长不宜自行用药

张小文表示，很多家长都难以接受哮喘这个诊断，总觉得哮喘治不好，治了也没用，甚至认为是“不治之症”，就像小韵爸妈一样，一般需要经历“怀疑、抗拒、接受、配合”这样的过程。其实，哮喘就是一种慢性气道炎症，以反复发作的喘息、咳嗽、气促、胸闷等为主要症状，强度随时间变化，多在夜间和(或)凌晨发作或加剧，多数患者可自行缓解或经治疗后方能缓解。

指导单位  
晋江市卫生健康局

特约协办

晋江市第二医院(安海医院)  
预约咨询电话: 0595-85700180

地址: 晋江市安海镇海八中路92号

