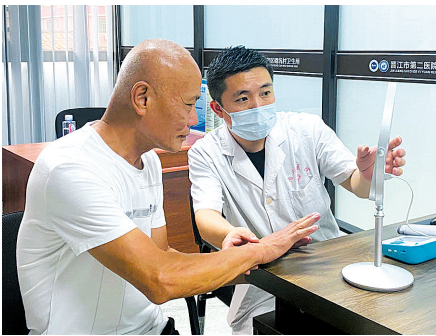




65岁及以上老人可免费享受 咱厝边的贴心中医药健康管理服务

中医药健康管理是国家基本公共卫生服务中的一项,在这项服务中,工作人员可每年为满足条件的65岁及以上老年人提供1次中医药健康管理服务,内容包括中医体质辨识和中医药保健指导。本期,我们走进晋江市内坑镇卫生院,一起来看看该院中医药健康管理服务的开展情况吧!



就近享受中医专家服务

健康知识讲座、讲解体检报告、学习健身功法八段锦……在晋江市内坑镇卫生院中医馆和砌坑村一体化卫生所的中医阁,各式各样的免费中医药健康管理服务正在陆续开展。

“在日常工作中,我们将基公卫中的免费中医药健康管理服务融入日常并进一步升级,结合多种中医药健康管理方式,助力辖区内老年朋友的身体健康。”晋江市内坑镇卫生院中医馆负责人张永彬介绍,每周二、周五,他都会下沉到砌坑村一体化卫生所的中医阁,为村民做一些健康理疗、中医体质辨识、提供食疗建议等工作。

“‘魔镜魔镜’告诉我,我的身体怎么样?”在中医阁,老人们在中医指导下,只要照照镜子(智能健康镜),就可以识别其体质。张永彬表示,基于传统中理论,通过这个神奇的镜子,可以采集老人的面像、舌象和问诊情况,自动分析老人的舌面像信息、辨识人体体质,个体化进行中医养生干预,给予属于每位老人自己的健康养生建议。

中医药健康管理服务 也在咱厝边

据了解,一体化卫生所中医阁的设置是贯彻落实国家、省、市关于实施基层中医药服务能力提升工程“十四五”行动计划的重要举措。今年,晋江市将争创全国基层中医药工作示范市,借此契机,晋江市内坑镇卫生院与砌坑村一体化卫生所按建设标准规范建设了中医阁。

一体化卫生所中医阁内中医药文化氛围浓厚,候诊区、中药房、中医治疗室等功能布局合理,配有中药饮片、中成药,并于每周二、五定期选派中医师前来坐诊,为患者提供针灸、推拿等中医适宜技术服务,更好地满足群众的基本医疗需求,让老百姓在家门口就能享受到“简、便、廉、验”的中医药特色诊疗服务。

该村老年协会执行会长尤跃进告诉记者,“中医阁于今年4月17日揭牌,让村里老人能够享受到专业的中医药健康服务,很感谢内坑镇卫生院的医生!”

晋江市内坑镇卫生院院长王荣全表示,中医药健康管理服务是国家基本公共卫生服务项目之一,主要是针对老年人、儿童、孕产妇、慢病患者等重点人群,每年可免费为这些对象提供1次中医药健康管理服务,内容包括中医体质辨识和中医药保健指导。近年来,随着中医药的推广和普及,中医药也得到了越来越多人的认可,结合我市创建全国中医药示范市的契机,我们还将对医院的中医馆进行改造,进一步提升我院的中医药服务能力,同时,我院还在砌坑卫生所设立了中医阁,每周两次由卫生院的中医师下沉坐诊服务,为周边群众带来更便利的中医药服务,深受群众好评。



改善就医体验 提升患者感受 陈埭中心卫生院推出免费陪诊师服务

如果孤独有等级,独自就医算几级?或许你也曾在网上浏览过那个火爆一时的孤独等级表。对很多人来说,“一个人看病”“一个人做手术”,是他们心中最害怕的“终极孤独”。现在,这样的“终极孤独”有解了。

近日,晋江市陈埭中心卫生院推出暖心陪诊师服务,服务免费,全流程陪诊,“陪诊师”可充当患者就诊期间的“临时家人”。不少老人听说这项暖心服务后,口耳相传,忍不住竖起大拇指点赞表扬。一名享受到该项福利的患者家属,更是开心地将此事发布在了朋友圈,并配上文案:“陪的是心、诊的是病、行的是善;官方陪诊,精准专业,温情有序。”

耐心跑腿真诚服务

陪同检查、跑腿买药、一起候诊等报告……让患者感受到来自“临时家人”的温暖。你听说过陪诊师吗?陪诊师,顾名思义就是陪着患者去看病的人。作为一种新兴职业,陪诊师已在北京、上海、重庆等多个城市悄然兴起。

令人惊喜的是,在咱厝陈埭中心卫生院,记者发现,陪诊师已发展成该院新增的一个岗位,而陪诊服务,也成为该院致力于改善就医体验、提升患者感受的一项便民好服务。

“为进一步改善医疗服务水平,提升患者就医体验,针对部分独自看病困难的群体,我院特别设置专业陪诊团队,推出‘一站陪诊,陪在您身边’服务。陪诊团队熟知医院布局和各项诊疗流程,可以用专业的知识和耐心、优质的服务,帮助独自看病困难群体解决‘看病难’问题,充当他们的‘临时家人’,让就诊难群体就诊不再孤独。”晋江市陈埭中心卫生院服务中心主任庄志锋介绍说。

患者的“临时家人”

“我腿脚不好,而且不识字,要让我在人工缴费处排队取药、检查缴费倒是还好,就怕有时在医院做完检查需要来回跑,再加上对自助机操作不熟练,就医存在很多不便。为此,只要家里年轻人没空,再怎么不舒服我都会忍一忍,等到他们有空再一起来看病。”在该院门诊候诊区,记者随机采访了一名就诊老人,这位家住陈埭的陈秀秀阿姨的话,道出了不少有就诊需求老人的心声。

该院陪诊师张冉表示,因为对陌生环境不熟悉,所以很多患者会觉得医院大得像迷宫、科室太多不好找、设备智能太复杂、身体虚弱无人搭把手……辗转于医院不同场所,不少患者对于“独自看病”这一难题深表恐惧、焦虑。在他们看来,陪诊师除了能完成代取报告、邮寄病例、代预约等“跑腿”工作外,还承担着患者“临时家人”般的角色,值得信赖和托付。



相关链接 陈埭中心卫生院“一站式陪诊”服务

陪诊服务的服务范围为80岁以上老年人、残疾人士、儿童、孕产妇及其他需要帮助的特殊人员。服务内容包括门诊患者全流程免费陪诊,包括挂号、就诊、交费、检查预约及检查(检验、超声、放射等)、治疗、取药、预约复诊、帮提行李、轮椅服务、出入院办理等服务;其它因预约、交费、退费等不同事件的处理。

市民朋友如何预约陪诊服务?首先,可提前致电(0595-85180167)预约或现场服务台预约。服务时间为门诊开诊时间:8:00—11:30,14:30—17:00。进行身份核实登记后,医院会评估患者的情况,并安排陪诊人员。到院后,医院陪诊员会按照患者所需服务内容,全流程陪诊。此外,若患者在就诊过程中发

生病情变化或遇紧急情况,陪诊人员会及时与有关科室联系,给予及时诊治和抢救,并及时与家人取得联系。

晋江市陈埭中心卫生院院长洪文挺坦言,“一站式陪诊”服务是晋江市陈埭中心卫生院提升群众满意度的一项重要服务举措,更是医院在追求服务提升道路上不可或缺的重要方式。

“医生在看病这件事上是专业的,而患者对于如何看病、就诊流程等环节却是不太清楚的。在二者之间,加上陪诊师这一桥梁,延伸精细化服务触角,提高患者就医获得感,有助于真正地让人文关怀满溢医院。相信在全院上下的通力配合下,我们开展的免费‘一站式陪诊’服务,能切实地设身处地为患者及家属排忧解难。”

健康课堂

当“坐月子”遇上炎炎夏日 这样做更科学

医生简介

卓丽霜,晋江市中医院中西医结合妇科副主任医师,晋江市医学会妇产科分会委员,泉州市妇幼保健协会生殖健康与不孕不育分会委员,福建中医药学会中医妇科分会委员。毕业于福建中医学院,从事妇产科工作20余年,产科技术娴熟。

擅长中西医结合治疗妊娠期、产后期及产后康复(如妊娠咳嗽、胎动不安、产后恶露不绝、发热、腹痛、便秘、多汗、盗汗、乳量不足、乳房疾病等),复发性流产,痛经(包括经行头痛、经期口腔溃疡等),慢性盆腔炎,宫颈疾病,漏尿等。运用宫腔镜、腹腔镜手术治疗子宫肌瘤、卵巢良性肿瘤等。



夏天“坐月子”真的不能洗头、洗澡、吹空调吗?当“坐月子”遇上炎炎夏日,如何做更科学?为了协助即将生产的新妈妈们“坐月子”,咱们《健康课堂》邀请晋江市中医院中西医结合妇科副主任医师卓丽霜为大家科普。

现代人不需要“坐月子”?

每年夏日高温天气,都会导致不少人因为中暑住院。那你听说过坐月子中暑的病例吗?“为坐好月子,家里不开风扇、空调,产妇穿着长袖长裤,喝着热热的饮品……”因为严格遵守“坐月子”的流程,咱厝产妇张某因中暑到医院急诊科就诊。这是怎么回事?

卓丽霜介绍,“坐月子”一词,自古有之。据传,古代由于生产条件差,医疗设施不完备,很难保证有清洁的水源和温暖的环境,所以才有了坐月子这一习俗,为的是将产妇的危险系数降到最低。那么,现代人需要“坐月子”吗?

“‘坐月子’不能一棍子打死。”卓丽霜指出,“女性坐月子,其实就是我们常说的产褥期。在这一特殊时期,产妇身体发生了很大的变化,比如子宫复旧、乳腺肿胀、激素水平调整等。从中医角度看,无论是顺产还是剖宫产,产妇生娃都必然会耗气血,且容易出现多虚多淤的症状。如果不重视产后保暖,容易落下月子病。在中医妇科门诊中,关节痛、腰背痛等是常见疾病。月子病易防却不易治,为此,坐月子还是需要的。”

这样做更科学

卓丽霜坦言,“坐月子”中有不少合理之处,比如说避风寒,不直吹空调,不吃寒凉食物,多吃营养食物,多吃鲫鱼汤、猪蹄汤,对于产妇哺乳有好处。当然,“坐月子”中不合理的地方也要去除,比如说不能洗澡、不能洗头就有些极端,该洗还是要洗,防止出现感染,清洁卫生是必不可少的。至于夏天一味地保暖,让自己热出病来,更没有必要。

千万不能“捂月子”。有些地方流行“捂月子”,但通过搜索软件,我们可以轻松查阅到,全国因坐月子不当引起中暑及其他身体不适,被紧急送往医院抢救的产妇不在少数。卓丽霜坦言,按照老人的说法,产妇不能吹风,否则会头疼。其实,产后头疼最常见的原因是紧张性头疼,主要是由于激素和其他生理变化、睡眠不足、不规律的饮食、心理压力过大以及疲劳所致,可以通过调整心情和生活习惯来缓解。

卓丽霜建议,天热就要开空调。老人说坐月子吹空调会腰痛疼疼,甚至还会得风湿。实际上,腰痛、背痛等关节痛是由于产后体内孕激素水平急剧下降,导致肌肉、肌腱力量、弹性出现不同程度的降低,关节囊以及关节附近的韧带松弛和功能减弱引起的。另外,孕期产后体型改变,造成重心改变,以及新妈妈喂奶或抱娃姿势不正确,都容易导致关节疼痛。可见,腰痛和开不开空调没关系。

相关链接

晋江市中医院重点专科——中医产科

作为省级重点专科、晋江市中医院重点专科,中医产科是应用中医药技术治疗妊娠期、产后期、产后康复等颇具中医特色的产科。多年来,科室鼓励中医人员继续深造,西医人员学习中医,以期西医产科在原有水平的基础上,达到本地区甚至本省中医产科先进水平。

截至目前,该科室已形成良好的学术风气,技术水平和知名度不断提升,医疗护理工作、年度医疗、护理质量考核等位居全院前列。目前,该科室有“许金榜名医工作室”,并进一步开拓了名医继承人。同时,为创建医、教、研一体的科室,该科室团队成员不断通过学经典、跟名师、做临床,向外、向上学习;积极推广中医普及中医下乡,中医进工厂、进学校、进村庄,致力于发扬祖国医学。

“安眠药要怎么使用呢?”“麻精药品可以随便使用吗?”“麻精药品和毒品有什么关系呢?”……在用药之前,你真的知道所用药物的相关知识点吗?

为高效便捷地给患者提供用药服务,全面加强禁毒宣传教育工作,规范麻精药品的使用,增强全民识药、辨药、防药、拒药能力,营造全民参与禁毒的良好氛围,6月26日,本报健康惠民直通车携手晋江市医院(上海六院福建医院)在该院综合门诊楼门诊药房开展麻精药品科普宣传及义诊活动。

用药有疑问药师来帮您

“6月是全民禁毒宣传月,6月26日是国际禁毒日。麻醉和精神药品属于双刃剑,使用前要看清说明书,严防良药变毒品,莫因滥用毁身心,提高防范意识,坚守安全底线,希望禁毒人人有责,共创和美家园。”晋江市医院(上海六院福建医院)药剂科负责人许文叹介绍,因医

疗资源有限,很多病人有太多的用药问题,却苦于医生门诊时间限制无法详细解答。用药后治疗效果、不良反应、用药依从性、过期药物的处理等各种问题也困扰着许多患者及家属。为此,宣传科普势在必行。

活动现场,免费的健康义诊面向咱厝市民开展,并特别提供药师咨询服务。专业临床药师针对合理用药咨询进行细致讲解,特别是对老年人正确应用精神二类药品,预防药物滥用等进行用药指导,用实实在在的举动提升患者就医体验,推动营商环境向好发展,将患者“急难愁盼”问题落到实处,切实提升就医满意度。

此外,“防麻精滥用,享无毒人生”健康科普宣传,也通过宣传海报、宣传单、工作人员口述介绍等方式同步进行。为了鼓励市民朋友学习相关知识,现场还特别设置了问卷答题活动,不少幸运朋友获得了精美小礼品。

过期药不宜再用

同时,记者也邀请许文叹为大家进行过期药的相关科普。他表示,过期药会带来药效的降低和副作用的增加。如维生素过期可能发生氧化分解,硝酸甘油等急救药品可能受温度影响失效。服用过期药品,不仅发挥不了作用,还可能延误治疗。此外,过期药物可能增大肝肾的损害,更容易让人出现过敏。因此,发现药物过期,千万不要再使用,也不要再放在药箱中,以免家中的老人、儿童误用,应及时挑出并处理。同时建议将用过药品的说明书留存,以便今后出现干呕、皮疹等症状时,能咨询医生是否与服药有关。

如何处理过期药

许文叹表示,不同剂型过敏药物有不同的处理方式。

比如,片剂、颗粒剂、滴丸剂,不要整瓶或整盒扔掉,建议捣碎后混

着生活垃圾一起处理。胶囊则溶于热水中,再将稀释后的液体倒入下水道冲走。眼药水、口服液等液体药物,直接将液体分别倒入下水道冲走,务必注意不要混装。眼药膏等膏状药物,则要求挤出后收集在信封内封好后丢弃。喷雾剂药品,在户外空气流通较好的地方,避免

接触明火的情况下,先彻底排空再丢掉。

但是对抗菌药、抗癌药等具有特殊性质药物,如青霉素如果自行处理,防护不当或者散发到空气中,可能造成过敏意外。这类药物比较危险,最好送到医院或者医药公司进行处理。

