

# 杏林春暖绽新蕾 专科发展立潮头

## ——看市中医院儿科如何将专科做精、做强、做专

市中医院儿科是清末民初豫北儿科名医王瑞五创立,拥有“百年儿科”的美誉,曾被河南省中医管理局命名为河南省中医名科,是国家中医药管理局“十一五”重点中医专科,河南省区域性中医儿科医疗中心。如今,伴随我市《关于促进中医药传承创新发展实施方案》(2020—2025)的落地,该院儿科迎来了新的发展机遇。记者走进市中医院,见证了这一中医名科呈现出的勃勃生机和活力……



儿科医务人员喜庆乔迁新病区



市中西医结合儿童医院(中医院儿科)全体医务人员合影



国家中医药名老中医专家继承型导师杨之藻正在为患儿做检查(组图:医院供图)

□本报记者 郭新星 通讯员 谢文松

干净明亮的门诊和病房、开阔的走廊、充满童趣的装饰元素、天蓝色海韵风格的房顶……现在走进市中医院儿科刚装修好的病房和门诊,你会发现,各种卡通元素图案跃然墙上,丰富的色彩搭配上温馨的室内设施,让前来就诊的孩子们仿佛置身儿童乐园,帮助患儿们缓解疾病带来的不安和不适感。

舒适、明亮、温馨的环境给予患者良好的就医体验,家长也纷纷对儿科焕然一新的门诊和病区以及更加人性化的服务拍手称赞。今年4月,市中医院新一届领导班子上任以来,高度重视儿科工作,对专科发展给予了大力支持,启动了诊室和病房改造工作。得益于此,儿科不仅就医环境得到极大改善,专科发展也迎来了新机遇。该院成立了中医专科区域中心建设领导小组、儿科重点专科建设办公室,专科发展更有方向性,亚专业划分更加细化,诊疗水平和服务能力不断提升,向做精、做强、做专、做大不断迈进,真正让患儿受益、让家长信赖、让品牌更亮!

### 新环境开启新征程

11月10日,记者来到刚装修好的市中医院儿科门诊,前来就医的家长和孩子不像往年同期那样“壮观”。新装修过后的儿科门诊,诊室由原来的10间增加到13间,更多的儿科专家门诊坐诊,方便了患者就医,也缩短了患者排队等候的时间。每间诊室门口的休息椅上,只有几位患者在等待进入诊室,大部分患者在宽敞舒适的候诊大厅等待叫号。预约挂号系统更加便利和人性化,提高了患者就医效率。

国家中医药管理局杨之藻名中医工作室经过装修改进,功能也更加完善了,不仅可以常规接诊,还丰富了示教、研究等功能。作为国家中医药管理局杨之藻名老中医传承工作室建设单位,工作室也更加重视传承工作,同时致力于中医药及传统疗法,特别是儿童常见病和疑难症的研究。

在其中一间诊室门口,有四五位家长带着孩子在等待叫号,这是中西医结合儿

童医院院长孟牛安的诊室。作为市中医院儿科的“领头雁”,孟牛安的医术深受患儿家长认可。接诊完几位患者后,孟牛安接受了采访,他介绍:“市中医院儿科是河南省区域中医专科诊疗中心建设单位、市卫健委重中之重专科建设单位、王瑞五儿科流派建设单位,中西医结合儿童医院是国家‘十一五’重点中医专科。”

“以前,我们虽然有单独的儿科楼,但因为过于老旧,病房环境可以说是我们曾

经的‘痛’,条件非常差,因此流失了不少患者。”孟牛安告诉记者,在医院新一届领导班子上任后,非常重视儿科的建设发展,经过近期的装修改造,儿科门诊和病房可以说是焕然一新,不仅环境得到极大改善,病区总床位增加了25张。同时,儿科亚专业划分更加细化,向儿童康复、呼吸、感染、新生儿、重症医学、免疫性疾病、肾病等几个方向攻关发展,病区也由3个扩展为4个。

### 像亲人一样对待每一位患儿

在一间充满卡通元素的儿童康复室内,医护人员正在耐心地帮助患儿进行康复训练。患儿的每一个发音、每一个动作,医护人员都会不厌其烦地反复纠正……这温馨的画面,每天都在儿科一病区的儿童康复室上演。

“市中医院儿科为市中西医结合小儿脑瘫诊疗中心、河南中医药大学第一附属医院儿童康复联盟单位。”市中医院儿科一病区主任王宏杰介绍,经过此次儿科整体装修改造,病区床位增至38

张,专业划分细化后,一病区以儿童康复、神经系统疾病为主攻发展方向。去年,科室成为安阳市残联0岁至6岁脑瘫儿童救助定点机构,符合条件的患儿家庭可以申请救治津贴,大大减少医疗费用开销。

王宏杰介绍,得益于医院对于儿科发展的重视,科室在门诊楼地下一层新建了儿童康复治疗区,康复工作有了更为广阔的“新阵地”,可以满足更多患者的就医需求。目前已完成基

础装修工作,近期即可投入使用。康复治疗区设有运动治疗室、言语治疗室、感统治疗室、悬吊治疗室等,可针对脑瘫、癫痫、脑外伤后遗症、孤独症、言语发育迟缓等疾病开展运动及中医特色治疗项目。

“中西医结合康复治疗是科室的特色,比如我们针对脑瘫的特色疗法‘疏通矫正手法’,经过不断改进,取得了良好的康复治疗效果,不少患儿家长慕名前来进行康复治疗。”市中医院儿童康

复治疗组组长崔善涛说,“5岁患者小郭(化名)患有脑瘫,肢体无法自控,甚至连走路都难以实现。两年前,家长带着孩子四处辗转求医,但疗效并不理想,最终抱着试一试的态度前来就医。我们采取‘疏通矫正手法’配合其他中医疗法,经过治疗,现在孩子肢体运动功能良好,走路也基本恢复正常。小郭是典型代表之一,现在越来越多的患儿因为我们的专科发展带动医疗技术提升而受益。”

### 特色疗法让患儿快速康复

“妈妈,这个‘棒棒糖’药真好看,一点也不苦,还很好吃呢!”在市中医院儿科二病区一位患儿笑着说。原来,这是该病区最近推出的一款膏方“棒棒糖”,受到了不少家长和小朋友的青睐。

“棒棒糖”。这种膏方“棒棒糖”的浓度高、服用量小、便于服用,而且口感好、见效快、疗效好,有效解决了患儿服药困难的问题。此外,这种膏方兼顾药效和口感,还具有健脾开胃、消食化积,提高免疫力等功效。

王莉介绍,目前,病区设立了中医特色治疗室,开展穴位贴敷、理疗、负压吸引、膏方等特色疗法。

王莉说:“自入秋以来,小儿口疮病呈上升趋势。不少患儿病程长、溃疡面大、疼痛感较重,极大地影响了饮食和说话。针对这类感染性疾病,我们结合内治法,以青黛入药研制出了具有清热解毒、敛疮止痛功效的小儿吹粉散。这项疗法简便易行且无痛苦,疗效较

好,大大减轻了孩子的口腔疼痛感,不影响吃饭、说话,有效缩短了小儿口疮的病程。”

“有医院大力支持,我们有信心在亚专业发展方面更加细化,不断做精、做强。下一步,我们计划开设咳嗽门诊、哮喘门诊等专科门诊,推广雷火灸等特色中医疗法,针对呼吸系统和感染性各类疾病治疗更加精准化、个性化。”王莉表示。

### 专科发展使群众受益

“现在,儿科病区经过装修改造,就医环境有了极大的改善,不仅患者为此点赞,连我们医护人员工作起来也更加有劲了!”市中医院儿科五病区负责人卢书芳在接受采访时说。

“我们收治过很多患有过敏性紫癜的患儿,这是一种常见的毛细血管变态反应性疾病。此疾病单靠西药治疗易反复,对肾脏副作用较大,且病程治疗周期长,患儿较为痛苦。”卢书芳介绍,“对于诊治此类患者,我们采取了中西

医结合的特色疗法,疗效显著,不易反复,中药有效减少了对患儿肾脏的损害,大大缩短了病程。”

采访结束时,中西医结合儿童医院孟牛安院长向记者坦言了儿童医院未来的发展蓝图:“现在,我们已经完成了病区的装修和硬件配备工作。下一步,我们将充实医护人员力量,引进更多专科人才,开展更高层次的专科培训,不断扩展专科规模,擦亮中

西结合儿童医院品牌,不断提升中西医结合诊疗水平,在传承中发展,在创新中提升,让我们安阳当地及周边脑瘫、肾病、风湿免疫性、内分泌疾病等重症疑难患儿在当地就能获得做好的治疗和效果,不用再辗转外地就诊看病,有效降低就医成本,真正安阳及周边的老百姓受益,使中西医结合儿童医院真正成为享誉豫北乃至全省、全国的知名专科医院!”

2020年11月14日是第十四个联合国糖尿病日,宣传主题是“护士与糖尿病”。在联合国糖尿病日来临之际,省卫生健康委、省疾控中心专门撰写了《驾驭好“五驾马车”,给自己稳稳的血糖》,为大家普及糖尿病防治知识和技能,提升患者自我管理能力和降低糖尿病危害。

## 驾驭好“五驾马车” 给自己稳稳的血糖

糖尿病是由于胰岛素分泌及(或)作用缺陷引起的以血糖升高为特征的代谢病。典型症状是“三多一少”,即多饮、多食、多尿、体重减轻。主要有1型、2型之分,其中九成以上患者被归类为2型糖尿病,而2型糖尿病是一种与肥胖、高热量饮食、运动不足等问题息息相关。

糖尿病患者常伴有脂肪、蛋白质代谢异常。长期高血糖可引起多种器官,尤其是眼、心、血管、肾、神经损害或器官功能不全或衰竭,导致残废或者过早死亡。糖尿病常见并发症包括卒中、心肌梗死、视网膜病变、糖尿病肾病、糖尿病足等。

具备以下因素之一,都是糖尿病的高危人群:年龄≥40岁、超重与肥胖、高血压、血脂异常、静坐生活方式、糖尿病家族史、妊娠糖尿病史、巨大儿(出生体重≥4Kg)生育史。

6.1mmol/L≤空腹血糖(FBG)<7.0mmol/L,或7.8mmol/L≤糖负荷2小时血糖(2hPG)<11.1mmol/L,为糖调节受损,也称糖尿病前期,属于糖尿病的极高危人群。

出现糖尿病典型症状并符合以下任何一个条件的人,可以诊断为糖尿病:一天中任一时间血糖≥11.1mmol/L(200mg/dl);空腹血糖水平≥7.0mmol/L(126mg/dl);口服葡萄糖耐量试验2小时血糖水平≥11.1mmol/L(200mg/dl)。

无论是预防还是控制和治疗糖尿病,自我管理是最有效的方法,都要从控制肥胖、高热量饮食、运动不足这些危险因素入手。进行自我管理有辆“五驾马车”一定要搭上,搭得好即给自己稳稳的血糖。

一、饮食之车  
糖尿病人的胰岛功能都有或多或少减退,胰岛素分泌不足,所以才会导致降糖力降低。糖尿病人如果不控制饮食,血糖就会像匹脱了缰的野马,冲撞得胰岛功能更差,胰岛素分泌更少,病情加重甚至出现糖尿病足、糖尿病肾病等。

糖尿病人控血糖,最重要的就是控制摄入淀粉、脂肪、糖分高的食物,以免它们迅速转化成葡萄糖后拉升血糖指数。血糖生成指数在55以下的食物是一个较好的选择,比如主食类中的荞麦、燕麦、全麦面粉、紫米等;蔬菜中的白菜、芹菜、凉瓜、黄瓜、扁豆等;豆制品中的豆腐、绿豆、黄豆等;水果中的苹果、梨、橙子、桃子、柚子等。提醒一下,尝上去不甜的火龙果其实含糖指数很高,比西瓜还高。此外,优质蛋白比如鱼肉、鸡肉、牛奶等,每天也要吃一些。

血糖高的人可以少食多餐,每餐都不要太饱,这样血糖就可以处在一个相对稳定的水平。

二、运动之车  
糖尿病人相对要管住嘴,迈开腿更难,因为需要持之以恒。每天坚持30分钟以上、中等强度的运动,比如慢跑、快走、游泳等。此外,每餐之后半小时,起身走上个15分钟~30分钟,平稳血糖的效果非常强。

三、药物之车  
糖尿病人服药也需要持之以恒,并按时间去医院复查,由医生根据检查结果调整药物,千万不要自己做医生,随意增减药物或停药。

四、监控之车  
对于糖尿病人来说,定期测血糖非常重要,不但要监测空腹血糖,还要监测餐后血糖和糖化血红蛋白,这对考察一段时间内血糖控制情况很有意义。自我血糖监测应在专业医生和护士的指导下进行。

五、教育之车  
糖尿病是生活方式病,改变暴饮暴食、酗酒、吸烟、不运动等不健康的生活方式,不但可以减少罹患糖尿病的几率,更可以阻止糖尿病向更严重阶段迈进。需要注意的是,千万不要相信那些吃某些保健品、用某些偏方就可让糖尿病消失的广告。

(省卫健委、省疾控中心)

## 健康素养 健康促进

### 好脾胃 养出来

俗话说“民以食为天”,饮食对人的重要性不言而喻。脾胃对身体的影响很大,好脾胃是养出来的。

脾胃不和写在脸上  
如果我们仔细观察肤色、五官以及一些生活细节,或许就能看出脾胃不和的一些问题。面色微黄润泽,称之为有胃气。脸色黯淡发黄可能是脾胃虚弱,主要表现为食欲下降,饭后肚子胀,时有腹泻或便秘的症状。唇为脾之华。一般来说,唇色红润、干湿适度、润泽有光,称之为有胃气。相反,如果嘴唇干燥、脱皮,甚至无血色,提示脾胃功能不好。中医认为“胃不和,卧不安”。脾胃不好的人,睡眠质量也会降低,出现入睡困难、惊醒、多梦等问题,甚至导致白天精神状态不佳。

养护脾胃怎么做  
合理的膳食结构是健康的基

础,也是调养脾胃的前提。饮食应有规律,三餐定时、定量,不暴饮暴食。平时以软、烂等易消化食物为主;少吃有刺激性和难于消化的食物,如酸辣、油炸、干硬和黏性大的食物,生冷的食物也要尽量少吃。

适当的体育锻炼能增加人体的胃肠功能,使胃肠蠕动加强,消化液分泌增加,促进食物的消化和营养成分的吸收,并能改善胃肠道本身的血液循环,促进新陈代谢,推迟消化系统的老化。

如果饮食不节,过食肥甘,食滞不化,更易损伤脾胃,久而久之会引起食滞的现象。这时候如何应对呢?大家可以试试按摩。具体操作方法是:以肚脐为中心,按顺时针方向,稍用力缓缓推拿腹部,至左下腹(结肠部)可稍稍加力。

(文峰区创建省级健康促进区领导小组办公室)

## 传播健康知识 搭建医患平台

本版由安阳市卫生健康委员会协办