

健康义诊进社区 服务居民零距离

厦大附一杏林分院恢复常态化诊疗,进社区开展结核病义诊活动



文/本报记者 刘琴
通讯员 王雅雯
图/通讯员 王雅雯摄

上周末,由恢复常态化诊疗工作的厦门大学附属第一医院杏林分院(简称“杏林分院”)主办、园博社区协办的“雷锋精神代代传,医鹭仁心护健康”暨3·24世界防治结核病日义诊活动在厦门市集美区园博社区举办。来自杏林分院肺科、神经外科、妇产科、内科、儿科、康复科和骨科的8名专家到场为居民提供义诊和健康咨询服务。

义诊于4月1日下午举办。当天下午3点不到,前来问诊的居民

已有序在现场等候,一些知名专家的义诊桌前还排起了长龙。有居民专门带上了就诊病历本、体检报告、彩超报告单、CT报告单等向专家请教。

“阿伯,您有高血压、高血糖,不可轻视,要注意清淡饮食,适当进行锻炼。”“在家可以使用热敷,注意保暖,尽量少爬楼梯,避免提重物。”现场护士还为居民量血压、测血糖边提醒,并贴心地将测量数值写在便签上,方便居民给专家查看。

义诊过程中,杏林分院的专家细致地为前来问诊的群众检查身体,耐心询问既往病史和用药情况,并为其答疑解惑,提出针对性治疗建议。现场志愿者用通俗易懂的语言向群众详细介绍肺结核病的感染来源、主要症状、传播途径等基本常识及防治方法,并向过往群众倡导养成良好的卫生习惯,积极参加各种体育锻炼,增强自身体质,增强自我保健意识。

此次义诊,通过分发结核病健康知识宣教手册、现场咨询、义诊等服务,大力宣传健康科普知识,倡导健康、文明、进步的生活方式,增加居民对结核病等疾病的了解和认识,引导居民树立健康观念、培养健康行为、提高健康素养,携手打造健康社区。

厦门大学附属第一医院杏林分院党总支书记陈秋月说:“自杏林分院恢复常态化诊疗工作后,致力于将优质的医疗资源覆盖周边社区。作为集美居民家门口的医院,我们医生要多跑点,让居民轻松点,尽量解决老百姓的就医难题,保障他们的健康,树立起每个人都是自己健康第一责任人的健康意识。下一步,杏林分院将继续与周边的社区形成共建关系,充分发挥医联体的优势,为居民送上贴心、面对面的优质诊疗服务,为提升全民健康多作贡献。”

小小支架撑起呼吸道

厦大附属中山医院开展先进的呼吸介入治疗,帮助疑难症患者恢复自由呼吸

本报讯(记者 楚燕 通讯员 石青青 王玲)吴女士气管重度狭窄,随时可能窒息危及生命,近日,医生巧手为她放入支架,撑开狭窄部位,打通呼吸之门。

吴女士3年前查出甲状腺肿瘤晚期,肿瘤侵犯气管,无法实施外科手术,只能药物治疗。近1个月来,吴女士稍微活动就喘不过气,大多数时间要半卧或躺在床上睡觉。她到厦门大学附属中山医院做CT检查,发现气管上段被肿瘤压迫了80%,呼吸道阻塞严重。气管是呼吸道,直径不到2厘米,一旦受阻会带来致命后果。

像吴女士这种情况,按常规方法得切开气管,她害怕颈部留下伤口,不愿意做气管切开。厦门大学附属中山医院呼吸与危重症医学科(简称“呼吸科”)介入团队慎重考虑后为其手术放入支架,打开了生命通道。术后,吴女士气管通畅,血氧饱和度回升至100%。

据了解,厦门大学附属中山医院呼吸科是国家呼吸系疾病临床医学研究中心分中心、福建省临床重点专科,设有钟南山院士名医工作室,近年来持续开展先进的呼吸介入治疗,帮助许多疑难症患者恢复了自由呼吸。

中西医结合 治愈慢性盆腔炎

专家提醒:治疗慢性炎症,需调整生活习惯提高免疫力

本报讯(记者 楚燕 通讯员 陈锋)林女士反复腹痛、腰酸,被诊断为盆腔炎,辗转多家医院治疗却效果不佳。最近,厦门市妇幼保健院采取中西医结合的方法为其治疗,林女士的症状终于消失了。

盆腔炎是一组疾病的统称,包括子宫内膜炎、输卵管炎、输卵管卵巢脓肿、盆腔腹膜炎等,主要表现为下腹坠胀痛、腰骶部酸痛等。子宫腔内手术操作后感染、机体抵抗力较低、病原体上行感染、邻近器官炎症蔓延、经期同房、性生活不洁等均可导致盆腔炎。市妇幼保健院中医妇科专家提醒,盆腔炎若未及时治疗或治疗不彻底,容易反复发作,发展为输卵管堵塞,导致不孕、宫外孕、慢性盆腔痛等,严重影响女性的身心健康及生活质量。因此,一旦确诊盆腔炎,应及时到正规医院治疗,且不要擅自停止治疗,以免病情反复发作增加治疗难度。

对于急性期盆腔炎,抗生素治疗有效,而慢性期单纯使用抗生素往往效果不佳,可联合中医综合治疗。根据中医疗论,盆腔炎症主要是湿、热、毒邪与人体正气交争于宫内,蕴积成脓,影响气血运行,湿热瘀积于体内所致。急性盆腔炎治疗原则是清热解毒利湿、凉血行气解毒,联合抗生素,能减少抗生素使用量,缩短疗程,有效缓解临床症状;对于慢性盆腔炎,可以采用中药或中成药内服加中药保留灌肠、中医灸熨贴、旋磁热疗法以及红外线、耳穴、揶针等物理治疗的方法,促进盆腔血液循环,减少炎症渗出,改善组织营养,促进粘连部位的松解和盆腔包块的消散。

医生提醒,治疗盆腔炎,防止复发,还要调整生活习惯,比如少穿紧身裤,避免经期同房等。尤其要注意的是,女性免疫力低下,则容易感染病菌,导致盆腔炎症。因此,平时要多运动,保持营养均衡,不要节食减肥,避免过度操劳。

300名中医药专家 共商传承发展

中华中医药学会名医学术研究分会学术年会在厦举办

本报讯(记者 刘琴 通讯员 倪晶莹)近日,由中华中医药学会主办、中华中医药学会名医学术研究分会、厦门市中医院联合承办的“传承创新,推进中医药高质量发展”鼓浪屿高峰论坛暨中华中医药学会名医学术研究分会学术年会在厦成功举办。来自北京及广东、福建等十余个省(直辖市)的300余名专家学者齐聚一堂,共谈中医药传承发展之实践举措、愿景规划。

多名业内中医药专家表示,近年来,中医药行业受重视程度不断加深,中医药发展的政策体系不断完善,符合中医药特点的供给供给前所未有。中医药高质量发展仍待提升创新能力,未来应借创新这个“发动机”,让中医药在高质量发展中的加速度更快。

在学术报告环节,国医大师张大宁、杨春波、毛德西等分享学术经验。全国优秀中医临床人才、福建省名中医、厦门市中医院党委副书记黄源鹏也在大会做专题学术报告分享学术经验。

健康提醒

市疾控中心发布4月健康预报 警惕误食

河豚毒蘑菇中毒

本报讯(记者 陈苑)根据我市传染病和突发公共卫生事件监测数据,结合国内外传染病疫情动态,经专家会商评估,预计今年4月,我市需特别关注的传染病有:流行性感冒、手足口病。重点预防食源性疾病:细菌性食物中毒、河豚鱼中毒、毒蘑菇中毒。重点预防伤害:虫媒伤害。

流感发病较急,一感染会出现发热、畏寒、全身酸痛等全身症状,同时伴有咽痛、咳嗽等症状。手足口病是由肠道病毒引起的一种儿童常见传染病,多发生于6月龄-5岁儿童,尤其是3岁以内儿童最为常见。每年4月-7月是我市手足口病的高发季节。手足口病传染性极强,容易在托幼机构和学校出现暴发,学校老师和家长要注意防范。

2月-5月是河豚鱼产卵时节,也是所谓的河豚最肥美的时候,此时毒素含量最高,如加工烹调方法不当,食用后发病急且剧烈,潜伏期10分钟-3个小时。早期患者有手指、舌、唇刺痛感,然后出现恶心、发冷、口唇及肢端知觉麻木,心血管系统出现心律失常,血压下降,最后可能因呼吸中枢和血管运动中枢麻痹而死亡。预防野生河豚鱼中毒最有效方法是不捕捞、不买卖、不食用不认识的野生河豚鱼。此外,部分杂鱼干可能会混有野生河豚鱼干,购买时要注意甄别,剔除野生河豚鱼。春季毒蘑菇中毒事件屡见不鲜。毒蘑菇中毒的表现多样,常见症状包括恶心、呕吐、腹痛、幻觉幻听、谵妄等,以脏器损害最为凶险,死亡率高。

随着天气回暖,蚊虫等病媒生物也进入活动、繁殖的高峰。厦门市疾控中心提醒广大市民,外出郊游踏青时应注意避免昆虫叮咬。

流感多发 如何科学防治?

本报讯(记者 陈苑)近日,我市监测数据显示:发热、流感病例数及监测到的流感阳性标本数,在近两周呈现出明显增长趋势。厦大附属中山医院急诊部副主任修亦斌表示,刚刚过去的周末,急诊科发热患者明显增多,每天接诊成人发热患者百余人,儿童发热患者百余人。修亦斌提醒广大市民:科学预防流感,适当备药不囤药。

流感起病急,大多为自限性

修亦斌介绍,流感主要通过空气飞沫传播,也可以通过口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触传播。接触被病毒污染的物品也可能引起感染。在人群密集且密闭或通风不良的室内,也可通过气溶胶的形式传播。流感起病急,大多为自限性。轻症流感常与普通感冒表现相似,但其发热和全身症状更明显。主要以发热、头痛、肌痛和全身不适起病,可有畏寒、寒战,多伴肌肉关节酸痛、乏力、食欲减退等

全身症状,常有咽喉痛、干咳,可有鼻塞、流涕、胸骨后不适、颜面潮红、眼结膜充血等。重症病例可出现病毒性肺炎、急性呼吸窘迫综合征、休克等肺外表现及多种并发症。

治疗流感需科学正确用药

那么,感染流感后要如何正确用药?修亦斌表示,目前使用较多的是奥司他韦的口服剂型(包括颗粒剂和胶囊剂),该药在儿童中用药经验较多,使用方便,对于甲型和乙型流感均有效。部分医院还有静脉用的帕拉米韦和吸入用的扎那米韦。此外,奥司他韦可能对部分乙型流感的疗效不如甲流,这种情况下,如果是12岁以上的乙型流感患者,可以考虑使用玛巴洛沙韦,在症状出现后的48小时内,只需要口服玛巴洛沙韦片1次,就能起到良好的治疗效果。

“神药”奥司他韦可预防流感吗?答案是肯定的。流感的预防包括非药物预防和药物预防,《儿童流感诊断与治疗专家

共识(2020版)》药物预防部分有推荐,5岁以下的小朋友是流感的高风险人群,与流感患者密切接触后2日内开始用药,预防时的每次用量和治疗时一样,每天只需要口服一次,疗程是7-10天。奥司他韦说明书显示预防流感疗程至少10天。

疫苗接种是预防的第一道防线

当然,疫苗接种才是预防流感的第一道防线,奥司他韦不能取代流感疫苗,但可以抑制减毒活流感疫苗的复制,继而影响疫苗效果。所以使用减毒活流感疫苗2周内不应服用奥司他韦,在服用奥司他韦后48小时内也不应使用减毒活流感疫苗。

接种流感疫苗可以显著降低接种者罹患流感和发生严重并发症的风险。老年人、儿童、孕妇、慢性病患者和医务人员等流感高危人群,应该每年优先接种流感疫苗。对于尚未接种流感疫苗的高危人群,在流行季期间积极接种流感疫苗,仍能起到很好的预防和保护作用。

春季到鼻子闹 如何应对过敏性鼻炎?

本报讯(记者 陈苑 通讯员 张舒娟)春天一到,很多小伙伴就开始有过敏烦恼。记者从厦大附属中山医院了解到,今年3月以来,过敏性鼻炎的就诊量比去年同期涨了近四成。那么,应该如何预防?如何缓解症状?厦门大学附属中山医院耳鼻咽喉头颈外科邵晓力主任医师建议从以下几方面开展预防和治疗:

●避免接触过敏原

建议保持家庭环境的清洁卫生,尽量避免过多接触宠物及毛绒玩具等。可以适当使用生理性海水清洗鼻腔,避免过敏

原长期在鼻腔内存留;也可使用一些阻隔剂以隔绝花粉或螨虫等,减少鼻黏膜与过敏原的接触。

●药物治疗

过敏性鼻炎的治疗以减少发作次数和提高生活质量为主要目标。在鼻炎发作时,使用抗过敏药和鼻用激素来缓解症状,对于成人患者及儿童患儿是较为安全的。适当使用药物可以有效降低疾病对日常生活的影响。在用药的过程中经常会遇到患者间断用药,不规范用药,这个对于过敏性鼻炎的症状控制来说

是不好的。我们建议大家一旦用药,就应该在过敏的这个周期坚持用药,一般来讲用药一个月到三个月是非常安全的。

●免疫治疗

这是一种对因治疗的方法,是世界卫生组织公认的唯一针对过敏性鼻炎病因的治疗方案。其目的在于减轻或消除过敏症状、减少抗过敏药物的使用、阻断过敏进程、减少过敏相关疾病的发生。如针对螨虫过敏,采取舌下含服脱敏或皮下注射脱敏,对于特定患儿能够在很大程度上减轻过敏性鼻炎的发作频率,明显提高生活质量。

厦门市公安局 厦门市市场监督管理局 厦门市城市管理行政执法局关于调整电动自行车严管路段的通告

厦公综[2023]49号

2022年4月11日,市公安局等四部门联合发布《关于加强电动自行车综合治理的通告》,在思明、湖里区划定了31条电动自行车严管路段,同年12月8日调整为33条。为深入推进电动自行车综合治理,维护道路交通秩序,保障人民群众生命财产安全,经研究,决定扩大电动自行车严管路段,新增石亭路和金山路为电动自行车严管路段。以上严管路段禁止电动自行车违规驶入和停放(在思明、湖里区登记上牌的民生服务行业电动自行车除外)。对违规驶入或停放在思明、湖里区严管路段的电动自行车,由有关部门依法予以查扣,并对相关违法行为予以依法予以处罚。

请广大市民自觉遵守道路交通安全法律、法规和我市有关管理规定,配合有关执法管理工作。对于阻碍执行职务、妨害公务、袭警等违法犯罪行为,公安机关将依法予以严厉打击。

厦门市公安局
厦门市市场监督管理局
厦门市城市管理行政执法局
2023年3月31日

思明、湖里区电动自行车严管路段(调整后)

序号	行政区划	路段名	起终点
1	思明区	湖滨北路	湖滨西路路口至长青路路口
2	思明区	筲箕路(沿湖)	湖滨北路路口至建兴路路口
3	思明区	建兴路	湖滨北路路口至筲箕路路口
4	思明区	建业路	湖滨北路路口至筲箕路路口
5	思明区	白鹭洲路	湖滨北路路口至厦禾路路口
6	思明区	公园东路	厦禾路路口至公园南路路口
7	思明区	同安路	新华路路口至公园南路路口

序号	行政区划	路段名	起终点
8	思明区	镇海路	鹭江道路口至新华路路口
9	思明区	湖滨南路	湖滨西路路口至嘉禾路路口
10	思明区	湖滨西路	厦禾路路口至湖滨北路路口
11	思明区	湖滨中路	厦禾路路口至仙岳路路口
12	思明区	湖滨东路	厦禾路路口至仙岳路路口
13	思明区	厦禾路	思明北路路口至湖滨东路路口
14	思明区	嘉禾路	湖滨南路路口至湖滨北路路口
15	思明区	鹭江道	镇海路路口至湖滨西路路口
16	思明区	禾祥西路	湖滨中路路口至白鹭洲路路口
17	思明区	莲前西路	嘉禾路路口至金尚路路口
18	思明区	云顶中路	莲前东路路口至吕岭路路口
19	思明区	莲前东路	金尚路路口至前埔东路路口
20	思明区	仙岳路	湖滨中路路口至嘉禾路路口
21	思明区	金山路	吕岭路路口至虎仔山西路路口
22	思明区	前埔南路	环岛干道路口至莲前东路路口
23	思明区	思明南路	思明东路路口至寿山路路口
24	思明区	思明北路	思明东路路口至厦禾路路口
25	湖里区	仙岳路	嘉禾路路口至禾山路路口
26	湖里区	金尚路	吕岭路路口至枋湖北二路路口
27	湖里区	嘉禾路	南山路路口至湖里大道路口
28	湖里区	湖里大道	嘉禾路路口至长岸路路口
29	湖里区	火炬路	嘉禾路路口至新丰路路口
30	湖里区	金山路	仙岳路路口至五缘湾道(南)路口
31	湖里区	枋湖北二路	枋湖西路路口至金尚路路口
32	湖里区	海天路	华泰路路口至凤湖街路口
33	湖里区	五缘湾道(南段)	穆厝南路路口至金山路路口
34	思明区	石亭路	湖滨北路至湖滨中路
35	湖里区	金山路	仙岳路路口至金钟路路口

