

杭州市临安区第一人民医院

THE FIRST PEOPLE'S HOSPITAL OF HANGZHOU LIN' AN DISTRICT

杭州市临安区第一人民医院 内部资料 总第 256 期 2023 年第 2 期 2 月 28 日

总编:王建江 星期二 农历二月初九 E-mail:larmyyyb@163.com



行稳致远谋发展 凝心聚力再起航

——临安区第一人民医院第十五届工会十一届三次职工代表大会召开

2月18日,临安区第一人民医院第十五届工会十一届三次职工代表大会暨医共体第四次职工代表大会在杭州医学院活动中心召开。临安区卫生健康局副局长陆旭军出席会议,临安一院医共体党政班子成员,来自医院各个层面的正式代表、特邀代表、列席代表共计218人参加本次会议。

大会听取并审议通过了党委副书记、院长王建江作的《开新局 启新程 谱新篇章 行稳致远谋发展 凝心聚力再起航》医院工作报告,财务部主任陈彩霞作的《杭州市临安区第一人民医院医共体2022年度财务预算执行和2023年度财务预算草案报告》,运营管理部主任陈焕武作的《杭州市临安区第一人民医院2023年绩效分配方案调整说明》。

听取报告后,职工代表分成六组进行讨论。代表们各抒己见,围绕医院的工作报告、绩效分配说明等进行了热烈讨论,积极为医院发展建言献策。同时医院领导班子也深入各组现场与代表们就职工关心的重点问题进行探讨并解答。分组讨论结束后,医院党委副书记、纪检书记方亚红就2022年职代会重点提案落实情况与本届职代会提案征集情况作说明汇报。



本次大会收到各类提案63条,涉及新院区建设、医院文化建设、人才培养、医共体建设、学科建设、医院精细化管理及高质量发展等方面,这些提案和建议充分体现了广大职工代表的心声,展现了代表们关心职工、关心科室、关心医院的使命感和责任感。全体代表们以举手表决的方式通过了会议的各项报告和说明。

医院党委书记金描宏总结时强调,当前正面临新院区搬迁的关键时期,医院的发展建设将迈进新的征程,在硬件条件改善的同时,如何提升医院“软实力”,需要进一步明确工作思路。他提出六点要求:一是进一步提高思想认识和政治站位,强化担当,坚持党建引领,牢抓医院高质量发展主线;二是认清形势,抓住机遇,坚定创建三甲医院的决心;三是制定疫情防控预警机制,提升医院应急能力;四是“清廉

医院”建设再建堡垒,提升医院安全屏障;五是抓住新院区搬迁契机,留下“好传承”,搬出“新风貌”;六是进一步团结协作,彰显团队力量,最大限度发挥各项资源运行的效率,推进医院高质量发展。

临安区卫生健康局副局长陆旭军肯定了医院过去一年所取得的成绩,她表示,我院在疫情防控、医疗救治、天目医享服务项目等工作中,展现了第一医院的担当与作为。就做好下一步工作,陆旭军副局长要求,一是要打造“三甲医院”的标杆。创建三甲医院是医院管理发展的必由之路,要向三甲理念看齐、向三甲标准看齐、向数字化医院看齐。二是打造“开放型”、“创新型”医院的标杆。要开放视野和格局,打造本院的“拳头”产品;要开放合作,抓住机遇,把“走出去”与“请进来”相结合;要创新办院,在医院管理、医疗服务、数字化建设等方面寻求创新,提升内涵。三是打造“有灵魂、有温度”的医院标杆。要坚持党建引领,形成颇具特色的医院文化和价值观;要努力提升职工幸福感、群众满意度,持续推进“清廉医院”建设,牢记初心,守住底线。牢牢抓住新院区搬迁的契机,齐力推动医院高质量发展。

(对外宣传部 龚岚)

细化落实 护航亚运

杭州亚组委医疗卫生部来我院调研亚运医疗保障工作筹备情况

为推进亚运医疗卫生保障筹备工作,2月10日上午,杭州亚运会组委会医疗卫生部副部长蒋辉权、医疗保障处副处长戚建江等一行6人来临调研我区的亚运医疗保障工作筹备情况,并在我院召开亚运会临安场馆医疗保障筹备工作座谈会。

座谈会上,区卫健局党委书记、局长洪忠东,亚运会临安场馆医疗服务主任余福友,我院党委书记金描宏及党委委员、副院长季华峰分别从组织保障、定点医院建设、团队人员选拔和培训及医疗

保障应急演练、存在的困难及下一步计划等方面汇报了我区亚运医疗保障的筹备情况。

杭州亚组委医疗卫生部副部长蒋辉权总结时要求,一是思想上再重视,办好亚运会是杭州2023年的头等大事,各部门要持续贯彻省、市亚运办的有关文件精神,全面做好亚运医疗保障筹办工作;二是方案上再完善,亚运会庞大复杂,医疗救治要“一切以竞赛为中心,一切以运动员为核心”,加强服务能力提升,救治流程、急救设备仪器等都要反复

测试,确保“0”失误;三是工作上再强化,要以“办好一个会,提升一座城,锻炼一批人”为目标,结合临安场馆的特点,加强全链条多层次演练,齐心协力细化工作,同时以亚运医疗保障服务为契机,带动医院管理提升,借助亚运平台扩大对外交流,展示医院形象。

在区卫健局党委书记、局长洪忠东等的陪同下,蒋辉权一行还走访调研了临安体育文化会展中心体育馆,临安区第一人民医院新院区。

(对外宣传部 朱雅琴)

临安区第一人民医院接受中国胸痛中心认证专家现场核查

2月13日上午,由中国胸痛中心执行委员会副主任委员、厦门大学附属心血管病医院院长王焱,中国胸痛中心认证专家、佛山市南海区人民医院教授关紫云,中国胸痛中心认证专家、辽宁省人民医院教授石蕴琦,中国胸痛中心区域认证中心(厦门)执行主任、厦门大学附属心血管病医院林吉怡主任组成的核查组莅临临安一院,对我院申报的标准版国家级胸痛中心进行现场核查。

临安区卫健局党委书记、局长洪忠东,党委委员、副局长胡忠军,浙江省医学会心血管分会主任委员、浙江大学医学院附属邵逸夫医院心内科主任傅国胜出席汇报会,临安一院班子成员、胸痛中心建设相关科室负责人、120急救系统负责人以及网络医院的相关代表参加会议。

区卫健局党委书记、局长洪忠东致欢迎词。他表示,胸痛中心建设是临安区重要的民生实事,不仅推动了我区医疗机构

在心血管急救方面的能力建设,更造福了全区心血管病患者,希望通过此次核查,及时发现存在的问题与不足,进一步优化胸痛患者救治流程,提升医院专科救治能力。

核查组长王焱就中国胸痛中心认证的目的、意义及现场核查要求、流程等方面进行了详细的介绍说明。他强调,促进体系规范化建设、建立中国新型心血管疾病防治体系是构建胸痛中心的根本目标,希望医院在核查结束之后,持续改进,把胸痛中心建设得更加规范、高效。

医院党委副书记、院长、胸痛中心主任王建江从临安区医疗资源分布、医院概况、胸痛中心组织架构、胸痛中心建设情况、目前取得的成效及未来展望六方面对胸痛中心建设情况作了详细汇报。

听取汇报后,核查组就网络医院与区域协作、数据管理模式、120院前转诊体系等方面与医院领导、120急救中心负责

人、网络医院代表们进行沟通和提问。随后核查组分别深入急诊科、导管室、心血管内科门诊、ICU、120急救站等科室,实地考察胸痛中心的运行情况,并随机对医生、护士、后勤等工作人员进行了抽查提问。检查过程中,核查组以“突发胸痛患者呼叫120急救,由救护车送至我院胸痛中心进行救治”这一场景进行了模拟演练,现场考察了院前、急诊、导管室等各个环节的应急抢救和协同救治能力。

反馈会上,专家组成员对我院胸痛中心建设工作及取得的成绩表示肯定,同时指出胸痛中心建设中存在的不足之处,并提出了对应的改进意见及解决思路。我院将以此次核查为契机,对于各位专家反馈的短板和不足,尽快制定改进方案,落实整改,进一步全面促进医院胸痛中心建设,为区域内广大胸痛患者提供更加及时、高效、安全的医疗服务。

(对外宣传部 龚岚)

为缓解临床用血紧张形势,保障血液供应,2月21日,临安区第一人民医院医共体组织开展“护卫生命 天使血缘”应急无偿献血活动。

早上8:00,医院门诊楼前献血车早已准备就绪,医院党委副书记、纪检书记方亚红和党委委员、副院长葛忠军以身作则,早早到达献血现场,带头参加献血。在本次献血活动中,有初次捋袖献热血的“新兵”,也有连续多年坚持献血的“老将”。大家纷纷挽起袖子,输送他们的爱心。一袋袋温热的鲜血被采集,一点一滴的爱心被传递,他们用实际行动践行着“医者仁心”的大爱精神。

此次献血活动也吸引了一批院外爱心人士的参与,大家虽身处不同的行业和岗位,却有着共同的热血情缘,他们说,无偿献血是一种奉献,更是一种责任。献血活动从早上8点一直持续到当日下午4点,共有115名临医人参加献血,累计献血量达31600ml。

2023年1月16日,临安一院已经开展了2023年的第一场无偿献血活动。43名临医人顶着刚刚“阳康”的身体,毅然挽起袖子献上自己的热血,累计献血量达13000ml。此次无偿献血活动充分展现了白衣天使无私奉献的精神风貌,积极向上的责任与担当。临安区第一人民医院始终秉持“为生命护航,为健康守望”的愿景,以实际行动展白衣风采、献大爱情怀,积极开展各类公益活动,为百姓健康贡献力量。

(党建工作办公室 郑玉琴)

临安区第一人民医院开展无偿献血活动
护卫生命 天使血缘

临安区第一人民医院四个国家级继续医学教育项目喜获立项

1月29日,全国继续教育委员会办公室公布了2023年第一批国家级继续医学教育项目。临安区第一人民医院4个项目榜上有名,立项数量在杭州地区的区县级医院中名列前茅。

国家级继续医学教育项目的申报和举办是学科领域进行学术交流的重要方式之一,既是医院教学、学术水平的体现,又是提升医院知名度和影响力的重要举措,也是医院打造“医、教、研”三位一体发展战略不可或缺的一部分。临安区第一人民医院作为区内唯一的一家综合性三级医院,一直高度重视和大力支

持继续教育工作。2017年至今,医院成功举办了1个国家级继教项目、39个省级继教项目、47个市级继教项目和1个市级中医继教项目,为区域内相关专业技术人员提供了学习机会和交流平台,学习了解相关技术领域的新进展和新成果,提升了专业技能,受到了业界同行的一致好评。

临安区第一人民医院本次能成功入围4个国家级继续医学教育项目,充分彰显了医院学科实力和科教能力,医院将不断夯实学科能力建设,继续推进医、教、研协同发展,为医院高质量发展添砖

加瓦。

本次国家级继续医学教育立项项目如下:

《基层医院肛肠外科良性疾病规范化诊治培训班》——俞泳(肛肠外科)

《基层医院创伤中心建设能力提高培训班》——谢民民(急诊科)

《基层医院危重病人营养管理规范化护理策略学习班》——张婷(重症医学科)

《“健康中国”背景下全科医学核心素养提升暨全科医师岗位胜任力培训班》——钱巍(全科医学科)

(科研教学部 周娜)

揪心! 体重仅3斤8两的小婴儿生命垂危……

“叮铃铃——”随着一阵急促的电话声响起,我院新生儿科接到消息,区中医院有一名患儿情况危急,需要立即送往我院新生儿危重症救治中心急救。

大约30分钟后,区中医院的数名医务人员护送着一名新生儿到达我院儿科病区。患儿早产儿貌,非常瘦弱,面色发绀、呼吸费力,吸氧状态下的氧饱和度只有80%左右,而且体重仅有1.9kg,情况十分紧急!

儿科住院医师裘孙群立即为患儿开通绿色通道,快速进行病情交接后,将患儿转入新生儿室抢救。儿科主治医师冯群初步诊断考虑新生儿窒息、新生儿呼吸窘迫综合征,达到使用呼吸机的指征,她立即汇报科室副主任严波,严波马上与家属沟通并取得家属同意后,立即予无创呼吸机辅助呼吸。呼吸机辅助呼吸后,患儿的呼吸趋向平稳,面色也逐渐变得红润,氧饱和度升至95%左右,各项指标逐渐好转。

住进新生儿病区的宝宝,很多都是“迫不及待”来到世界的早产儿,以及出现黄疸的“小黄人”。新生儿宝宝的病情变化快,身体也十分脆弱,即使病情好转,医护人员也不能懈怠,他们需要凭借丰富临床经验及专业知识,去评估、去治疗、去护理。据了解,自2月5日至2月20日,临安区第一人民医院新生儿科已成功救治5名因窒息或者呼吸窘迫综合征,需要使用呼吸机的新生儿,月龄最小的仅30周,体重最轻的只有1.1kg。目前5名患儿的情况均在慢慢好转,其中3名患儿已经撤除呼吸机。

(儿科 凌园园)

多措并举齐心协力,临安一院全力迎战节后手术高峰

随着医疗服务日渐恢复,临安区第一人民医院的手术量持续增加,特别是择期手术量快速增长,2月8日当天,手术麻醉科突破70台手术,创单日新高,同时高难度4类手术也较前同有所增长。

手术麻醉科护士长罗佳表示,每年春节后都会出现手术量暴增的情况,今年由于新冠疫情感染患者积压,择期手术的患者更是较往年明显增加。从2月7日早上7点开始,手术便一台接一台。9号间腹腔镜胰腺癌根治术、11号间腹腔镜胃癌根治术、5号间腹腔镜直肠癌根治术……三台大手术同时进行!2月8日,医院的10间手术室全部开放,第一时间启动紧急预案,除了夜休人员,手术麻醉科全员到岗;同时启用“手术间MAX”方案,畅通患者手

术通道,力争让更多的患者能够得到及时的救治。

2月10日,普外一科副主任医师张剑从当天早上八点到晚上八点共完成八例微创乳腺病损切除,一例乳腺癌根治术,晚上八点多又有一例急诊肠梗阻并发病气的患者需急诊手术,已经连续工作12个小时的张剑毅然戴好无菌手套步入手术间,在长时间高强度的工作下,张剑的鬓角也渗出了汗水,但他仍旧精准细致地进行着每一步手术操作。手术结束已经是晚上十一时,张剑晚饭还没来得及吃。

骨科副主任梁津喜是医院有名的“夜猫子”,2月8日梁津喜一天内共完成了5个肩关节镜微创、1个髌关节置换、1个股骨骨折切复内固定、1个胫骨骨折切复内固定手术。当他结束一天的手术准

备回家时,已经是次日凌晨。

妇科主任陈晓丽2月10日全天共完成了三台高难度癌症根治术,两台全子宫(巨大型,如孕四月)切除术,手术一直持续到次日的凌晨两点。“年后是肿瘤季和脱垂季,病人都集中着来”陈晓丽主任表示。对于这位医院“铁娘子”来说,这种手术强度已是常态了。

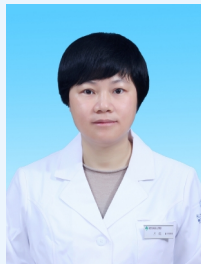
除此之外,手术麻醉科和其他手术科室的医护人员们,都承担着超负荷的工作量,他们顾不上吃饭,甚至没时间去上洗手间,但他们都毫无怨言,始终以救死扶伤的职业精神,用精益求精、苦干实干的工作态度,以精湛的技术和优质的服务,全力确保每一台手术高质量、高效率、零差错的完成,充分展现了临医手术团队能抗压、能打硬仗的能力!

(手术麻醉科 卢希望)

树先锋模范,展榜样风采

2022年第四季度「季度之星」火热出炉

王殷 儿科 副主任医师



王殷同志工作细致,待人真诚。遇到危重症患儿,总是主动承担危重症抢救工作。2022年12月,发热患儿剧增,她在身体不适的情况下依然坚守岗位。为减轻患儿的病痛及家长的焦虑,只要医院有需要,她多次在休息时间赶回工作岗位。坚持“以患儿为中心”是王殷同志一直以来的信念,在这个寒冬,她的细心和贴心给患儿和家属带来了温暖。

邱蕾 药剂科 主管药师



作为一名党员,她时刻严格要求自己,作为基层药学专委会秘书,负责全院药学会诊,协助全院抗菌药物合理使用,担任多项学术兼职。努力将基层药学事业触角深入到杭州市各区县。2022年第四季度加大临床管控,完成全年抗菌药物使用强度考核指标。曾主持厅局级课题1项(已结题)、其他课题2项(在研),参与课题5项。荣获国家级、省级奖项各1项,其他奖项3项。

骆勇 检验科 主管技师



该同志立足岗位,兢兢业业。自新冠以来一直奋战在“抗疫”第一线。2022年11月,临安全区开始进行全员核酸检测,核酸样本量激增,他第一时间报名参与基地检验工作。面对愈加繁重的检测任务,经常穿上装备后不吃不喝八小时以上,哪怕在身体不适的情况下,还是坚守阵地,只为能及时无误完成检测任务。12月中旬,科室同事陆续感染新冠,他毅然带病坚守岗位。他说:“艰难方显勇毅,磨砺使得玉成,疫情的战役终将结束,检验人的责任与担当永不停歇。”

刘荣荣 感染科 护士



该同志勤勤恳恳,脚踏实地。新冠疫情爆发以来,多次进入隔离病房。2022年10月父亲做手术时依然坚守岗位,没有回去陪伴。11月底隔离病房开始收治第一批新冠确诊患者,刚从隔离病房出来不久毅然放弃陪伴家人的机会,再次进入隔离病房参加救治工作。12月初积极配合院方完成康养医院的筹备工作。平凡的她,将一名护士的敬业与奉献展现得淋漓尽致。

雷冷 血透室 主管护师



雷冷同志在2022年第四季度参加全院“弘扬清廉之风,打造暖心医院”清廉征文比赛,荣获一等奖。10月15日“全球洗手日”期间,拍摄洗手宣教短视频被医院视频号录用。策划的科室宣传稿及科室科普宣传视频,被我院公众号录用。作为我院青年理论宣讲团一员,积极学习并宣传好二十大精神,录制拍摄《守医者初心,担医者使命》的理论宣讲视频。作为一名党员,她将“全心全意为人民服务”牢记于心。

童夏樱子 产科 主管护师



作为一名资深产科护士,该同志协助护士长做好科室质控管理,多次参加核酸采样工作。曾先后获得“优秀护士”、“优秀带教老师”等荣誉称号,2022年第四季度在“学习强国”发表母乳喂养科普视频一篇。她用热情和行动,践行着关爱生命、救死扶伤的南丁格尔精神,为每一位患者奉献着自己的爱心。

郁浩浩 急诊医学科 护士



2022年11月24日,青山人才公寓作为临时隔离点被正式启用,有着丰富的抗疫经验的郁浩浩,临危受命担任组长,带领团队一起进入隔离点承担医疗任务,共收治隔离人员达700余人,其中小朋友200余人,在艰苦的环境下,他始终坚守初心,践行使命,保障了隔离人员的健康,并保证工作人员零感染,圆满完成各项任务,收获了满满的感谢信,并被小朋友亲切地称为“暖心大哥哥”。

王建军 医共体办公室 科员



该同志现专职从事“天目医享”工作,2022年第四季度在“天目医享”巡回服务过程中遇到交通事故,及时果断对伤者进行现场施救,在常规巡回诊疗时也迅速果敢地救治了心力衰竭、心肌梗死等危急症患者,保障了人民群众的生命安全。12月以来,面对急剧增加的感染患者,他主动投身临床门诊工作,充分展现了一名医者的责任和担当。

(党建工作办公室)

速速收藏! 糖尿病患者的饮食 + 运动指南, 每条都是干货!

随着生活条件的改善, 糖尿病也越来越年轻化, 很多人觉得自己还年轻, 糖尿病不会找上门, 其实, 你错了!

糖尿病分为 I 型糖尿病和 II 型糖尿病。I 型糖尿病大多小于 30 岁起病, 表现为: 多饮、多尿、多食、消瘦症状明显, 一般很少肥胖; II 型糖尿病, 病人多表现为肥胖, 常在体检中发现血糖高。

诊断标准: 空腹血糖大于或等于 7mmol/L, 2 次以上可确诊; OGTT(口服葡萄糖耐量试验), 2 小时后血糖大于或等于 11.1mmol/L, 一次即可确诊。

那么确诊糖尿病后, 该怎么进食和运动呢?

(一) 饮食管理

控制饮食是治疗糖尿病的基础

其实, 糖尿病饮食不是质的问题, 而是量的问题。并没有规定哪一类食物不能吃, 只要合理安排每日摄入食物的种类和数量, 糖尿病患者同样能享受健康美食。由此可知, 糖尿病饮食并不是饥饿饮食, 而是合理搭配、均衡营养的饮食。

到底吃多少——手掌法则?

(1) 主食和水果: 每餐可以选用相当于 1 个拳头大小的主食, 如馒头、花卷、米饭等; 每天水果摄入量则相当于

1 个拳头大小。

(2) 蛋白质: 即牛肉、羊肉、鸡肉、鸭肉、鱼、虾等。选择 1 块相当于掌心大小的, 厚度相当于小指厚度, 中餐和晚餐可以各一块。

(3) 蔬菜: 选择两只手满捧能够抓住的菜量, 蔬菜的能量很低, 建议每日摄入 1~2 份, 约 300~500 克。

何种烹调最合理?

推荐做法: 炖、清蒸、烩、凉拌、煮、煲等。

水果如何进食?

(1) 进食的时机: 糖尿病患者血糖控制不理想时, 应暂时不吃水果; 当病情稳定, 血糖控制尚可时(餐后 2 小时血糖在 10mmol/L 以下), 可适当进食水果。

(2) 水果的种类选择: 选择含糖量较低的水果, 如苹果、梨、桔子、桃、草莓、樱桃及猕猴桃等; 含糖量较高的水果慎重选用, 如香蕉、荔枝、鲜枣及甘蔗等; 含糖量特别高的水果尽量不选, 如柿子、鲜桂圆、哈密瓜及黄桃等。

(3) 进食时间: 最好选择在两餐之间, 饥饿时或体力活动后, 作为能量和营养素的补充。通常可选在上午 9~10 点, 下午 3~4 点, 或者睡前。不提倡餐前或者饭后立即吃水果, 避免餐后血糖过高。

(4) 进食的量: 每日进水果的量同自己的拳头般大, 并且最好分 2~3 次吃完。

(二) 运动管理

运动疗法在糖尿病治疗中占有重要地位, 它可以帮助糖尿病患者降低血糖、降血脂、减肥, 预防脑中风、心肌梗塞等并发症, 增强体质。但是不适当的运动会增加低血糖的发生率, 导致血糖控制不稳, 所以需要在医生的指导下选择合适的运动计划。

哪些人群可以运动?

病情控制稳定的 II 型糖尿病、体重超重的 II 型糖尿病、稳定期的 I 型糖尿病、稳定期的妊娠糖尿病人群。

哪些人群不适合运动?

血糖 > 16.7mmol/L 或血糖高低波动较大; 明显的低血糖症; 眼底出血及青光眼; 新近发生的血栓, 如脑血栓; 合并糖尿病急性并发症, 如高渗性昏迷等; 各种急性感染如呼吸道感染; 高血压未被控制(高于 180/110mmHg) 的人群。

临安区第一人民医院提醒您: 糖尿病是一种慢性病, 在日常生活中一定要重视饮食和运动管理, 做自己健康的第一责任人。

(综合病房 方兰)

血透患者的福音——我院血透室成功开展 B 超引导下疑难内瘘穿刺

家住临安的潘阿姨是一名终末期肾病患者, 一周需要行三次血液透析。既往采用血透导管的方式行透析治疗, 但因潘阿姨罹患基础疾病等各种因素, 导致血透导管极不通畅, 反复堵塞, 一度影响透析效果。

潘阿姨在 3 个月前虽已进行了动静脉内瘘术, 但因其血管条件差, 穿刺十分困难, 针对该疑难内瘘患者, 为提高穿刺成功率, 减少并发症的发生, 减轻患者的痛苦, 临安一院血透室采用“新型武器”——B 超引导下内瘘穿刺, 并成功完成穿刺, 建立良好血管通路。

在终末期肾病以及尿毒症患者的临床治疗当中, 血液透析是最常用的方案, 血管通路则是维持慢性肾脏病患者血液透析治疗的主要途径, 而动静脉内瘘则是最有效、最常见、最简便的永久性透析通路。因此, 我们常说动静脉内瘘是血液透析患者的生命线!

但是, 一些患有慢性疾病的患者, 在接受血液透析的过程中容易出现疑难内瘘的情况, 如果疑难内瘘患者无法接受有效的穿刺, 很容易出现并发症, 这对于患者的透析治疗十分不利; 若穿刺方式不够合理, 患者的透析治疗依从性也会下降, 可能会出现不配合透析的情况, 从而影响整体疗效。

B 超引导下内瘘穿刺技术是通过借助 B 超判断内瘘是否通畅、有无狭窄/硬化、血管管径、血管走向、表皮与血管的厚度情况, 同时在 B 超引导下选择穿刺点, 在皮肤上标出进针点和进针方向, 判断进针深度及角度后进行血管穿刺, 同时还可查看穿刺针是否在血管腔内、是否与血管贴壁, 大大提高了穿刺成功率, 减少了血流量不足、血肿、血栓形成等并发症的发生。

目前潘阿姨已进行了 3 次 B 超引导下内瘘穿刺, 均顺利穿刺成功。患者及家属对我院血透室医护人员的医疗及护理技术给予了高度的肯定, 对目前的治疗及护理十分满意。

(血透室 雷冷)

普外二科成功开展腹腔镜下胰腺肿瘤切除术

新春伊始, 临安区第一人民医院普外二科不仅迎来了手术量的高峰, 而且成功攀登肝胆外科腹腔镜手术的“珠峰”——普外二科主任、主任医师陈飞华带领团队, 完成了 2 例腹腔镜下胰腺肿瘤切除术。

腹腔镜下胰腺肿瘤手术是目前公认的普外科最复杂手术之一, 被业内专家认定是普外科腹腔镜的“手术天花板”, 其手术范围大、难度高, 需要有扎实的腹腔镜操作技术和实力才能完成此类手术。

一周前, 37 岁的王某和 48 岁的余某体检发现胰腺肿瘤收治入临安一院普外二科病房。入院后, 经过系统的血液检查、CT 和磁共振增强, 确诊为胰腺肿瘤。病人和家属在了解病情、手术方式及手术风险的情况下, 同意采取腹腔镜下手术。两台手术均取得成功, 患者恢复良

好, 术后第二天均开始床边活动, 生命体征平稳, 各项术后指标复查结果良好, 体力恢复, 进食后无不适, 无手术并发症发生。此次两例腹腔镜下胰腺手术的顺利完成, 标志着我院肝胆外科腹腔镜技术已达国内前沿技术水准。

目前, 临安区第一人民医院普外二科广泛开展腹腔镜下各类手术, 包括腹腔镜下胆囊和胆管手术、腹腔镜下各类疝手术、腹腔镜下阑尾切除术、腹腔镜肝肿瘤切除术、腹腔镜下各类甲状腺手术和血管手术等。科室在陈飞华主任的带领下, 以“创伤小、出血少、痛苦轻、恢复快”的技术创新核心理念为指导, 积极开展各类微创手术, 真正致力于“小切口、大手术”, 努力让临安老百姓在家门口就能享受到优质、先进的医疗技术水平, 以最小的创伤取得最好的疗效造福广大患者。

(普外二科 盛珍)

免疫力才是身体最好的“靠山”

1. 感到疲劳

具体表现为走一会儿路就感觉累得不行、稍微动一下就没力气、每天睡眠充足但还是没有精神等。

2. 经常感冒

具体表现为稍微吹一点儿风就感冒; 开窗通风却不停地打喷嚏、流鼻涕; 遇到天气变化也很容易感冒; 感冒后恢复的时间比其他人长等。

3. 伤口愈合慢

某个部位受伤后, 伤口恢复的时间平均要比正常人慢一些。

4. 肠胃功能“娇气”

人体免疫系统大部分分布在肠道中, 如果总是腹泻、消化不良, 说明免疫力差, 营养吸收也差。

那么如何增强免疫力呢?

1. 保证睡眠质量

一项“自我睡眠”试验发现, 良好的睡眠可使体内的两种淋巴细胞数量明显上升。建议 18 至 60 岁的成年人每晚至少保证 7 小时睡眠, 以达到最佳的健康状态。

2. 合理膳食, 营养均衡

每天要适当补充维生素和矿物质。保

十月怀胎不易, 很多孕妈妈和产后妈妈被疼痛困扰, 痛起来翻不了身、下不了床、走不了路, 甚至很多妈妈感叹“这种痛比生娃还痛啊!” 这是因为怀孕和生产导致的一“耻骨联合分离”。

耻骨联合由左右耻骨联合面构成, 由耻骨间纤维软骨板连结, 上下均有韧带加强, 正常人耻骨联合间隙 4~6 mm, 孕期耻骨联合可增宽 2~3mm, 一般认为耻骨联合间隙超过 10 mm, 即为“耻骨联合分离”, 这个时候孕妈妈可能就会出现耻骨处的强烈疼痛感, 而且这种疼痛会放射至大腿根部 and 会阴处, 从而影响正常的生活和工作, 有些孕妈妈形容这种痛“痛得让人怀疑人生”。

为什么会发生“耻骨联合分离”?

1. 怀孕之后由于体内激素水平的变化, 尤其是松弛素, 它的出现导致了孕妇身体内韧带的过度松弛, 从而出现了所谓“难言之痛”——耻骨联合痛。

2. 胎儿过大、多胎、羊水过多等不利因素增加了对骨盆的压迫。

3. 孕妈妈有时在站立、下蹲时不注意, 用力过猛, 或者常常做弯腰、提重物等动作, 加重了耻骨联合分离的速度。

4. 在分娩过程中孕妈妈们由于用力不当、姿势不正确, 从而引起关节发生细微的错位, 使原有的产前轻微的耻骨痛进展为产后剧烈的耻骨痛。

如何缓解“耻骨联合分离”?

1. 避免久站久坐, 在家待产的孕妈妈们不要过于劳累, 可以隔一段时间到床上躺一躺, 而上班的职场孕妈妈们, 可以买个硬度合适的腰枕放在背后, 让腰部有一个着力点。

2. 晚上睡觉时尽量采取左侧卧位, 并在两腿中间放一个枕头; 在床上平行、缓慢地移动脚和臀部, 翻身下床时, 动作也要尽量轻柔。

3. 疼痛明显者, 可前往医院通过专业医师手法按摩缓解疼痛。手法治疗是通过放松耻骨联合周围的筋膜和肌肉, 来达到缓解疼痛的效果。

(产科 姜珊)

证饮食多样化, 健康饮食应包含六大类食物: 蔬菜、水果、谷粮、蛋白质、水、油; 多吃蔬菜水果, 控制糖、盐摄入; 少吃深加工的食品, 如薯片、方便面等。

3. 适当锻炼

研究发现每天运动 3 次、每次不少于 30 分钟, 免疫细胞数量会增加, 抵抗力也相对增加, 晚餐后散步、慢跑、瑜伽都很适合。年老体弱者, 可以进行低强度练习(如原地踏步、太极拳)。

4. 保持乐观的心态

当今社会人们面临的压力很大, 巨大的心理压力会导致对人体免疫系统有抑制作用的激素成分增多, 当面对压力的时候, 我们要学会释放压力, 保持一份平静乐观的心态。

5. 规范使用药物

药物需要在临床医生的正确指导下使用, 错误的使用会影响人体的免疫系统。

6. 养成良好的生活习惯

注意个人防护和手卫生, 保持良好的健康习惯也是增强免疫力的有效手段。

(全科医疗科 陈赞)

孕期「耻骨痛」究竟怎么办?

上海专家

胸外科



谢博雄 上海肺科医院 主任医师 教授 博士

擅长:主要从事肺部疾病的微创手术 35 年,包括肺癌的胸腔镜、纵隔镜外科治疗,同时进行纵隔肿物的诊断、治疗。主要擅长肺部、纵膈疾病的单孔微创治疗。每年的胸外科微创手术 1500 台以上。

专家门诊时间:详见医院官微“临安区第一人民医院医共体”推送

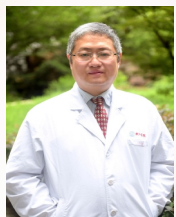


包敏伟 上海肺科医院 副主任医师

擅长:各类单孔胸腔镜复杂肺叶及肺段手术,纵膈肿瘤手术,肺部毛玻璃结节手术治疗,复杂气管肿瘤手术,复杂纵膈肿瘤(侵袭性胸腺瘤)等。

专家门诊时间:详见医院官微“临安区第一人民医院医共体”推送

泌尿外科



康健 上海新华医院 主任医师 博士

擅长:承担上海市科委,上海市教委、卫建委适宜技术推广等多项课题。至今为止发表研究论文数十篇,其中 SCI15 篇。专业方向为泌尿系肿瘤、结石的微创综合治疗、前列腺与下尿路功能性疾病的治疗。

专家门诊时间:详见医院官微“临安区第一人民医院医共体”推送



崔心刚 上海新华医院 主任医师 教授 博士后

擅长:主攻泌尿外科微创技术,尤其擅长泌尿系肿瘤的腹腔镜及机器人手术,年主刀手术 800 余台,院外会诊超过 100 余台。每年主刀腹腔镜肾脏肿瘤手术及前列腺癌手术均达到 200 台次,其中腹腔镜下肾脏肿瘤的保肾手术比例超过 70%。在亚洲泌尿外科大会、中欧泌尿外科腹腔镜会议、全国泌尿外科年会上多次做现场手术演示。再版《吴阶平泌尿外科学》基础篇和手术篇副主编,参编 2019 版《中国泌尿外科疾病诊断治疗指南》“肾细胞癌诊断治疗指南”,是国内著名的泌尿外科腹腔镜手术专家。

专家门诊时间:详见医院官微“临安区第一人民医院医共体”推送



顾正勤 上海新华医院 主任医师 博士

擅长:泌尿系统肿瘤的微创治疗,机器人辅助腹腔镜前列腺癌根治术,3D 腹腔镜前列腺癌根治术,单孔机器人辅助腹腔镜前列腺癌根治术,保留性神经前列腺癌根治术,前列腺癌冷冻消融术等;其他泌尿系肿瘤腹腔镜微创及开放手术,包括肾癌、肾上腺肿瘤、肾盂癌、输尿管癌、膀胱癌等。

专家门诊时间:详见医院官微“临安区第一人民医院医共体”推送



黄云腾 上海新华医院 主任医师

擅长:各种泌尿系结石的微创腔内治疗。包括输尿管软镜、硬镜碎石术、复杂性肾结石经皮肾镜取石术(如肾鹿角形结石、孤立肾结石、合并顽固感染肾结石、马蹄肾等),以及儿童泌尿系结石的微创治疗。

专家门诊时间:详见医院官微“临安区第一人民医院医共体”推送

省市级专家(三)

锦城分院 肛肠外科



龚文敬 浙江省人民医院 副主任医师

擅长:顽固性便秘、肛门坠胀、结直肠肿瘤、混合痔、直肠脱垂、复杂性肛瘘、会阴部坏死性筋膜炎等疾病的诊治及单孔腹腔镜等微创化治疗。

专家门诊时间:每周日



袁航 浙江省人民医院 主任医师

擅长:结直肠肿瘤的微创治疗(腹腔镜、机器人、TEM 及内镜下切除),熟悉肛周部常见疾病,如痔疮、肛瘘、肛裂等疾病诊治。

专家门诊时间:每周日

锦城分院 肛肠外科



屠世良 浙江省人民医院 主任医师

擅长:慢性便秘、肛门失禁、骶前肿瘤、重度痔疮、顽固性肛裂、直肠前突、复杂性肛瘘等疑难肛肠疾病的外科治疗。

专家门诊时间:每周日

超声科



李世岩 浙江大学医学院附属邵逸夫医院超声科 副主任 副主任医师

擅长:擅长腹部、浅表器官疾病的超声诊断及微创介入诊疗,特别在肝胆系统、胃肠系统及甲状腺、乳腺疾病方面积累了丰富的临床及科研经验。

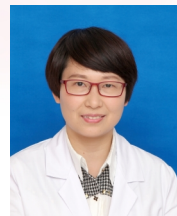
专家门诊时间:周六上午轮班



楼海亚 浙江大学医学院附属邵逸夫医院超声科 副主任医师

擅长:妇产科超声、乳腺超声、甲状腺超声的超声诊断,及其相关的介入超声诊疗。

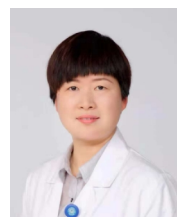
专家门诊时间:周六上午轮班



吕江红 浙江大学医学院附属邵逸夫医院超声科 主任助理;副主任医师

擅长:长期以来在浙江大学医学院附属邵逸夫医院超声科从事超声影像诊断工作,在浅表器官、妇产科、腹部疾病超声诊断方面积累了丰富的临床经验,尤其擅长甲状腺、乳腺良恶性结节的超声鉴别诊断及胎儿产前超声诊断和超声新技术的应用研究。

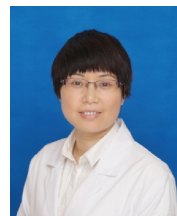
专家门诊时间:周六上午轮班



潘美 浙江大学医学院附属邵逸夫医院超声科 主任助理 副主任医师 兼妇产超声亚专业组组长

擅长:妇产生殖超声、胎儿超声心动图、乳腺甲状腺等临床应用及研究。

专家门诊时间:周六上午轮班



寿金朵 浙江大学医学院附属邵逸夫医院超声科浅表组组长 主任医师

擅长:长期从事超声诊断工作,具有丰富的超声临床诊治经验。尤其擅长甲状腺良恶性结节的超声鉴别诊断及微创介入诊疗。

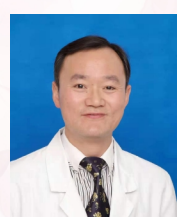
专家门诊时间:周六上午轮班



徐海珊 浙江大学医学院附属邵逸夫医院超声科 副主任医师

擅长:腹部超声诊断及介入治疗、胎儿产前超声诊断、妇科超声诊断、甲状腺超声诊断。

专家门诊时间:周六上午轮班



许立龙 浙江大学医学院附属邵逸夫医院超声医学科主任助理,浅表亚专业组副组长 副主任医师

擅长:甲状腺、乳腺等浅表小器官的超声诊断及临床超声介入工作,深受临床相关科室医师及广大患者的信赖。

专家门诊时间:周六上午轮班