



健康上饶

JIANKANG
SHANGRAO

1月8日起,我国对新冠病毒感染正式实施“乙类乙管”,工作重心从“防感染”转到“保健康、防重症”,从风险地区和人员管控转到健康服务与管理。春节的脚步越走越近,这是疫情防控政策优化调整后的第一个传统节日,为扎实做好新阶段疫情防控各项工作,最大程度保护好群众生命安全和身体健康,我市各地积极开展各项工作,多措并举保障市民平安健康欢度春节。

婺源:“新冠康复门诊”助患者早日康复

本报讯 袁峰艳 记者黄珠慧子报道:为帮助“阳康”患者顺利度过康复期,早日消除不适症状,1月11日,婺源县清华镇中心卫生院“新冠康复门诊”正式开诊,康复治疗以中医为主、中西医结合的方式进行。

“新冠康复门诊”设在卫生院一楼,开诊当日,已有不少患者在候诊,症状多为咳嗽、乏力等。村民洪文虎今年81岁,患有高血压、心脏病等基础疾病,退烧多天仍咳嗽不断、身体虚弱。“医生给我开了几副中药还叮嘱我生活注意事项,想得很周到,吃完药后应该很快能好转。”他说,开设这样一个专门的门诊对于“阳后”仍有明显症状的人群来说非常及时。村民洪文元核酸检测结果转阴性已经7天了,还有怕冷、肠胃不适等症状,中医师为其做艾灸、温针灸等治疗,祛除寒气,提升阳气。患者做完艾灸治疗后感觉腹部暖暖的,人也精神了许多。他告诉记者:之前就听说多家大医院开设了“新冠康复门诊”,没想到咱卫生院也有,我马上就来了,希望能尽快恢复健康。”

“今天上午就诊的患者中,大多出现咳嗽、咯痰、胃口和精神状态不佳等症状,我们根据中医的辨证论治开药,指导适时调养,如症状较重,需进一步检查排除是否合并其他疾病。”清华镇中心卫生院副院长汪倩告诉记者:患者的体质不同、感染毒株不同、居住环境不同,病程长短亦不同,有人可能一周之内便能完全恢复,也有人可能感染时症状不是

特别严重,但整个恢复过程比较长。我们秉承“一人一方”的精准化治疗方案,根据临床表现,对患者进行全面调治,并指导患者居家康复,给予饮食、药膳指导和中医传统运动指导,改善营养状况,提高心肺、脾胃功能,调整机体状态,增强体质,为患者提供更科学、更系统、更优化的新冠康复治疗方案,确保患者新冠病毒感染后的全周期康复。”汪倩介绍,除了中药处方外,该门诊还开展针灸、穴位贴敷疗法、拔罐、中药熏蒸等中医特色疗法。



中医定向透药治疗中

平安健康过大年

弋阳:爱心防疫包温暖老人心

本报讯 苏田珍 记者黄珠慧子报道:近日,弋阳县弋江镇各村(社区)党员逐户上门询问辖区65周岁以上的老年人,尤其是空巢独居老年人、慢性病患者、低保户等重点人群的需求,并为其发放爱心防疫包。爱心防疫包里主要配备了医用口罩、退烧药品、体温计、退热贴、免洗手消毒凝胶以及防疫健康温馨提示,用以指导老年人加强自身防护、科学防疫、合理用药。“早晚温差大,你们要多加衣服……要是有什么不舒服直接联系我们,不要怕麻烦。”弋阳县西街社区的“红管家”志愿服务者敲开汪祖兰老人的门,她的腿脚不方便,与老伴两人生活,志愿者向其发放了爱心防疫包,一再叮嘱老人注意健康情况。

陶塘社区的吴奶奶收到社区的爱心防疫包后,激动地说:现在防疫物资紧缺,尤其是退烧药、感冒药很难买到,社区想得真周到。”在广场社区的党群服务中心里,工作人员一边发放爱心防疫包一边耐心地向老人们讲解如何用药,并细心叮嘱他们做好日常防护,如果被感染了一定要注意自身身体状况,一旦症状反复,病情加重要及时就医。弋江镇大树村、蔬菜村里,志愿者们步履匆匆,正挨家挨户发放爱心防疫包,大树村党委书记缪细花说:我们现在已经发放爱心防疫包200多份,下一步,我们将持续关注村民用药需求、实际困难,用心用情做好群众的“贴心人”。

同时,在弋阳县桃源街道永阳社区,工作人员正将一份份爱心防疫包打包好,向辖区70岁以上老年人发放。发放过程中,社区工作人员认真帮助老人们填写发放明细表,同时为行动不便的老人提供了代领服务,尽力将每一份爱心防疫包发放到位。为了让老年人看懂会用爱心防疫包中的物资,社区工作人员耐心解释各种物资的用法,确保这份爱心能真正运用到实际,切实为老年群体筑起守护屏障。

小小爱心包,不仅仅送的是物资,更是温暖和关怀。下一步,弋阳县各乡镇将加强对困难群众的关心帮扶,通过村居干部、网格员、志愿者等,全面收集居民诉求提供“点对点”爱心服务,用实际行动全力保障困难群众安全健康过大年,不断提升居民获得感、幸福感、安全感。

余干:筑牢重点人群诊疗防护屏障

本报讯 韩海建 记者黄珠慧子报道:近日,余干县成立工作专班,对患有冠心病、脑卒中等疾病患者及孕妇等重点人群全面调查摸排,建立重点人群网格化家庭医生签约服务,开通救治绿色通道,确保及时有序接诊、转诊。

“老张,身体恢复得怎么样?还有哪里不舒服?”1月12日一大早,余干县九龙镇乡村医生詹志明,来到该镇徐家村张家组张赛保老人家中,为其新冠病毒感染后期康复做监测。詹志明介绍,他负责该村115名重点人群的防护及康复管理,并为他们提供1次包括健康评估、身体检查、健康指导在内的健康服务。

万年:全力做好“最后一公里”医疗救治工作

本报讯 记者黄珠慧子报道:农村地区是疫情防控的重点地区和薄弱环节,万年县充分发挥基层医疗全覆盖的作用,采取加强日常健康服务、加大重点人群管理力度等措施,让农村群众“医靠”。

1月11日,在万年县烧桥村内,一辆巡诊医疗队的车停在了村民张思云大爷家门口,苏家卫生院院长刘峰和几名医护人员上门来给张思云做身体检查。今年75岁的张思云最近出现咳嗽、腰背酸痛等症状,医院在得知他的情况后,立即赶到了张思云的家中。在张思云家中,刘峰和同事一起为老人测血压、血氧、血糖。随后,刘峰耐心地跟老人说起



苏家卫生院医护人员上门为村民检查身体

据了解,为提升救治能力,该县实行县、乡、村三级分级诊疗制度。由余干县卫健委统筹调度全县医疗资源,建立县医院、乡镇卫生院或居家“双向转诊”机制,对患者应收尽收。并成立县新冠急重症电话接诊组,统一调度全县21辆120急救车,满足感染者转诊需求。针对床位紧张及医药、药品紧缺的问题,该县紧急启用县人民医院、县中医院、楚东医院、仁和医院、信江医院、县妇幼保健院、县血防站、庆云堂医院等医院备用救治医疗机构,增加床位261张。同时扩充急救救治医护人员,增设中医救治病区,中医药使用占比达96.8%。

截至1月12日,该县已完成重点人群调查3.8万余人,完成60岁及以上老年人和重点人群3.94万剂第二剂加强免疫接种,全县重点人群接诊4.1万余人次。

用药注意事项,并免费发放了个人防护手册和礼品。张思云高兴地说:“医生主动上门给我看病,让我觉得很安心,太谢谢他们了。”据了解,为全力做好“最后一公里”医疗救治工作,由苏家卫生院牵头烧桥村、吴林村、苏桥村等8个村卫生室,成立了8个健康微信群,每个群内均配备1名卫生院医生、1名村医及1名村管理员,覆盖辖区2万余名群众。“微信群除了对他们进行用药指导、病症咨询,帮助他们第一时间解决问题,群里还会开展一些健康宣教,帮助他们舒缓心理压力,提升个人卫生健康意识。”刘峰说:“我们开通了家庭医生签约服务平台,在线上可以时时关注群众的健康,独居老人的家人也能通过线上平台,及时看见家人健康档案。”

记者在万年县梓埠中心卫生院(万年县第二人民医院)的药房看到,药架上的退烧药、止咳药等药品品种多样,数量充足。“防疫政策优化调整后,我们考虑到患者会比较多,卫生院药品、器械配备齐全,同时设立了发热门诊、发热门诊,对不同症状的群众实施分级指导治疗。”该院院长李伍说,有基础病的患者是重点关注对象,卫生院对重点人群实施“红黄绿”三色分类管理,其中重点人群280人,次重点人群933人是他们监护的重点对象,平日除了联合辖区内13个村卫生室开展上门巡诊服务,每周至少通过2次电话回访了解他们的身体状况。该院急诊科主任蒋均帅在与56岁的村民邱发涛进行电话随访时发现,邱发涛呼吸短促,有些咳嗽,便立即建议其到医院进行详细检查。“邱发涛患有尿毒症、糖尿病、高血压、心脏病等多种病症,我一直与其保持紧密联系。”蒋均帅说:“通过CT检查,我发现他感染新冠病毒,已出现白肺症状,随即将其留院治疗,对他进行供氧、心电监护等系列治疗,目前情况已好转。”

“婆婆,你血压还是偏高,降压药要每天按时服用。我们现在再来测下血糖……”1月12日,万年县梓埠镇白竹村卫生室村医吴教球正在为村民吴鸟英检查身体,吴鸟英今年80岁,患有高血压、糖尿病。针对吴鸟英这类慢性病患者,吴教球表示:在春节期间,我计划多上门,一方面是老年人进行身体检查,时时关注病情,另一方面,也想给他们及家人进行健康宣传。”吴教球说:作为一名基层村医,我要站好这班岗,让大家过一个健康祥和的春节。”

健康教育

什么是“白肺”?

当前,我国各地新冠病毒感染流行,多地新型冠状病毒感染人群激增,各地医院均收治了大批的患者。由于奥密克戎传染性较强,感染人数较多,其中不乏重型和危重型的患者,甚至出现因感染新冠病毒后死亡的病例。下面就老百姓最关心的几个问题:什么是“白肺”?什么情况下需要“拍片”?我这种情况是“复阳”还是“二次阳”?由上饶市第二人民医院一病区主任吴珊为大家详细解答。

什么是“白肺”?

正常的肺泡富含空气,在X射线照射下是黑色的,病理情况下肺泡和肺间质出现了炎性渗出,X射线不易透过就形成毛玻璃样改变,胶片上就呈现白色。炎症越重渗出物越多就出现大

片弥漫性白色改变,面积超过75%以上我们俗称为“白肺”。目前很多就医的患者大部分是有少量的间质性渗出范围比较小的白色磨玻璃样改变,这并不是“白肺”,没必要恐慌,大部分患者不需要使用消炎药,经过合理的治疗和休息可以自行吸收。如果48小时内肺部白色病灶迅速增多超过50%,那就要引起高度重视,必须要去专业的医院进行规范合理的治疗。

什么样的人群需要“拍片”?

由于人们对“白肺”的恐慌,大家都争先恐后地想去医院进行X射线照射一下,对医院影像科造成很大的压力。奥密克戎感染者其实大部分人都不会出现病毒性肺炎,真出现肺炎也是有迹可循的。那么哪些人需要注意呢?比如

剧烈的咳嗽、咳浓痰或者黄痰时间比较长者、甚至咳血或果胶冻样痰,一直发高烧体温连续四、五天以上不退或者体温退了几天后再次高烧者,胸闷气促者,尤其是合并有基础疾病的人群是需要到医院进行影像学检查的。

“复阳”和“二次阳”如何区分?

新型冠状病毒感染复阳的几率一般在5%到15%。复阳主要指的是经过治疗以后转为阴性,再过一段时间进行核酸检测又转为阳性。这部分人有可能是体内的病毒核酸残留或者是核酸尸体”的基因片段,有些是免疫功能低下的感染者时不时地排出少量病毒,专家认为这部分复阳者大多核酸载量比较低,传染性不强,相应的症状也轻或者无。“二次阳”是指经历过新冠病毒感染

转阴一段时间后再次出现感染,在时间上国外一般认为是三个月以上再次感染才属于“二次阳”。很多人都很担心“复阳”或者是“二次阳”,通常来说感染了一次新冠病毒后人们会获得三到六个月的免疫力,同一病毒株并不会轻易地再次感染。不停变异的新冠病毒确实能够逃避免疫识别再次感染我们的身体,但是变异后的病毒株再次感染后大部分的人症状往往较轻并发病也少。不管是不是“复阳”还是“二次阳”,我们都要戴好口罩,做好消毒,减低传染性,尽量避免传染给你身边的人。

如何减少感染的机会?

疫苗接种。接种新冠疫苗是预防新冠病毒感染的最有效途径,也是降低新冠病毒感染后

发生重症和死亡的有效手段。符合接种条件者均应尽量接种,一些如肝炎、结核、糖尿病等慢性病在病情稳定情况下也可以接种疫苗。

做好防护措施。在日常生活中的外出,在公共场所与人交流时要戴好口罩;外出回来后,要及时洗手和消毒;要养成使用公筷、公勺的卫生习惯和生活方式;注意保持室内通风良好;打喷嚏或咳嗽时,应用餐巾纸遮住口鼻。

养成良好生活习惯。饮食要健康有营养,每天要保证足够的营养成分摄入,多吃新鲜蔬菜水果,多喝水,吃熟食,少吃辛辣刺激性食物。要保证充足的睡眠和良好的睡眠质量,早睡早起,避免熬夜和过度疲劳。日常可以适当进行体育锻炼,尽量减少酗酒、抽烟等不良生活行为。(记者黄珠慧子整理)