



浙江中医药大学
附属温州中医院
[内部资料 免费赠阅]
浙企准字第 C174 号

温州市中医院报

WENZHOU SHI ZHONG YI YUAN BAO

2017年8月31日
星期四
丁酉年七月初十
总第65期



温州市中医院
官方微信
二维码
敬请关注点击

http://www.wzszyy.com

电话:0577-56671566

传真:0577-56671337

微信号: zyy1923

第一届浙南中西医急诊与重症学术论坛胜利召开



2017年9月1日至3日，“浙南中西医急诊与重症学术论坛”在温州奥林匹克大酒店隆重召开。本次省级年会由温州市中医院主办，温州市中西医结合学会急诊与重症医学分会、温州市急诊医学质控中心协办。大会大牌专家云集，吸引了来自浙江和福建共400余名相关专业的医务人员参加，会场人潮如涌，盛

况空前，座无虚席。本次论坛开幕式由温州市中医院副院长缪心军主持，出席的领导有中国中西医结合学会急救专业委员会主任委员李志军教授、浙江省中医药学会中医急诊分会主任委员黄小民教授、温州市卫计委副主任吴尚斌、温州市中医院院长王庆来等。温州市中医院院长王庆来认为本次学术

会议将进一步推动浙南地区中西医急诊与重症医学的发展，提升浙南地区急救管理、救治和服务水平。中国中西医结合学会急救专业委员会主任委员李志军教授对本次论坛给予了高度的肯定，赞扬本次论坛为学习、交流搭建了一个良好的平台。温州市卫计委副主任吴尚斌对温州市中医院举办浙南地区高规格的学术

会议表示肯定，理解和支持急诊和重症医学的工作，并祝大会取得圆满成功。与会的专家教授有中国中西医结合学会急救专业委员会主任委员李志军教授、上海交大医学院附属瑞金医院副院长陈尔真教授、上海长征医院急诊科主任林兆奋教授、浙江大学附二院急诊科主任张茂教授、浙江省人民医院重症医学科主任孙仁华教授、浙江省中医院急诊科主任黄小民教授以及其他省内知名专家近30余人。他们给大家带来国内外急诊与重症医学中西医结合领域最新进展动态，分享各自团队最新临床经验。现场医务人员通过论坛学到了很多新理论、新知识、新技术、新方法。本次大会共设八个分论坛，包括危重症中医论坛、创伤论坛、中毒论坛、脓毒症论坛、复苏

论坛、循环论坛、病例共享论坛和综合论坛，内容涉及中西医药在急救危重症应用、中医在急诊中的地位、创伤性失血性休克、骨盆骨折、中毒、循环衰竭、心肺复苏、感染、液体控制、急诊微创介入治疗、血气分析、中医适宜技术等方面。精彩纷呈的内容为与会的医务人员提供了一个盛况空前的视听盛宴。专家们台上讲得精彩，台下参会者听得入神。本次大会同时设有二个workshop分会场。Workshop1介绍了急诊床边B超应用和PICCO临床应用。Workshop2介绍了CRRT临床应用和经皮快速气切。专家们将仪器搬到了现场操作演示，并邀请现场医务人员上台操作，让大家有更直观的感受，留下更深刻的印象。本次大会取得了非常圆满的成功！
医务科

我院与凤冈县中医院举行对口帮扶工作会议

8月8日下午，凤冈县中医院王永生院长一行来到我院，在我院六虹桥院区会议室举行对口帮扶工作会议，就帮扶工作进行进一步交流。会上，我院王庆来院长对凤冈县中医院的到来表示欢迎，并对温州市中医院近年来的发展作了介绍。凤冈县中

院王永生院长在听完介绍后，由衷地感叹受益匪浅，温州市中医院深厚的中医药文化历史底蕴加上近年来良好的发展态势，为对口帮扶工作奠定了坚实的基础。王永生院长也提出了凤冈县中医院当前发展中所遇到的困难，并悉心听取了与会专家的建议与规划。

会后，王庆来院长带领凤冈县中医院一行深入到相关科室进行参观学习，与相关科室负责人就结对帮扶具体事宜进行沟通。此次，对凤冈县中医院建立对口帮扶关系是我院跨省帮扶迈出的第一步，我院将以援黔帮扶为契机，加快提升自身医疗技



术水平，加强学科建设，通过精准帮扶，实现合作共赢。院办

“健康中国·中医中药中国行”温州站活动举办成功



8月4日，由浙江省医师协会、浙江省医学会主办，温州市中医院、温州市中医药学会承办的“健康中国·中医中药中国行”浙江巡回公益诊疗活动温州站活动正式启动。“中医中药中国行”是一项由国家中医药管理局、卫生计生委、教育部等22部委共同举办的全国性公益性大型科普宣传活动，旨在进一步促进中医药文化的传播、提升全科医师诊疗技能、促进人民群众科普意识提高。

温州中医药文化源远流长，名医人才世代辈出，学术流派特色纷呈，在浙江中医药发展史上具有重要的地位和作用。自新中国成立后，温州中医药事业有了长足发展，中医人才形成梯队，

学科建设颇具规模。近年来，温州市政府高度重视中医药事业振兴发展，颁布实施《关于扶持和促进中医药事业发展的实施意见》，贯彻落实“中西医并重”和“中医基层化、基层中医化”等发展战略。目前，温州有温州市中医院和温州市中西医结合医院两家三级甲等中医医院。综合医院中医科建设实现全覆盖，全市100%的社区卫生服务中心、90%的乡镇卫生院建有中医科。

此次温州站的活动以医务人员中医药政策和诊疗技能培训、社区居民中医药保健养生知识讲座、广场大型义诊和宣传为主要内容。

4日上午的义诊活动在温州老年活动中心举行。义诊医疗团队由我院选派的骨干力量和特邀的省级知名专家组成，诊疗项目涵盖了神经内科、消化科、内分泌科、骨伤科、皮肤科、针灸推拿科等。专家通过搭脉辨证，结合老年人的身体情况，指导他们正确认识疾病以及如何日常生活中保持健康的生活方式和习惯，并详细解答老年人提

出的关于中医养生保健方面的问题。此外，针对老年人血糖血压高、失眠、颈椎疼痛等常见问题，我院还安排了医务人员开展测量血糖血压以及中医传统的“耳穴埋豆”操作等。现场我院还准备了400余份由专家配方的伏茶，免费发放给居民，帮助他们度过炎炎夏日。据统计，本次活动共有400余位居民参与，我院医护人员认真细致的服务态度，赢得了居民高度的评价。

下午举行的学术会议，浙江省医师协会秘书长田云鹏、温州市卫计委副主任吴尚斌出席并致辞。田云鹏秘书长就“中医中药中国行”浙江站巡回义诊活动的背景、开展情况作了介绍；吴尚斌副主任代表市卫计委对省内专家的到来表示欢迎，并对温州市的中医药事业发展作了介绍。随后，我院院长王庆来对《中华人民共和国中医药法》进行了解读和普及；浙江中医药大学研究生院院长袁强作主题为《中医科研与学科建设》的授课；浙江省中医院神经内科主任医师陈眉作主题为《综合性医院焦虑抑

郁障碍的中西医结合治疗体会》的授课。温州市中医医疗集团和全市各卫生医疗机构相关医护人员参加了会议。

当天下午，我院主任中医师欧阳钦、副主任医师张炳才、神经内科医师赵娜还分别前往龙湾区瑶溪社区服务中心、鹿城区水心社区服务中心、瓯海区新桥社区服务中心开展中医健康养生讲座，主题包括血糖管理和中医养生。他们结合中老年人的特点，从劳逸结合、合理饮食、娱乐活动、谨慎用药等多个方面进行了生动形象的讲解。不仅提高了社区居民的日常保健意识，还加强了社区居民对传统中医文化的了解。

此次活动，对于充分挖掘具有温州地区特色的区域中医药文化，加快推进中医药健康素养提升工程，普及有中医特色的健康生活方式，提高居民中医药健康素养，全方面实现中医药健康养生文化的创造性转化、创新性发展，振兴温州中医药的发展具有重要意义。

院办

市卫计委安全生产检查组来院开展督查

按照《温州市卫生和计划生育委员会关于开展2017年全市卫生计生系统安全生产大检查活动的通知》要求，8月17日下午，在市卫计委的统筹安排和指派下，市人民医院检查组一行由该院胡建锋副院长带队，来我院进行安全生产检查。我院赵永强副院长及相关职能科室负责人陪同检查。赵永强副院长向检查组介绍了我院安全生产工作的总体部署和计划安排，并重点介绍了我院的安全生产责任制度和安全生产工作情况。随后，检查组通过查阅台账资料、现场核实检查等形式，重点对消防安全、医疗安全、后勤安全等三方面进行检查。检查组先后来到医务科、总务科、药剂科、消防控制室、门诊及住院部等，实地察看我院安全生产主体责任“五落实五到位”情况、消防安全标准管理工作、治安保卫、危险化学品和易燃易爆物品安全、水电气后勤保障以及医疗安全以及医患纠纷调处等工作情况。检查组对院的安全生产工作表示了肯定，也反馈了发现的问题，并提出了相应的整改意见和建议。赵永强副院长表示，我院会继续贯彻落实有关文件规定，不断完善安全生产工作的长效机制，切实做好安全生产工作，为医院稳定健康发展提供坚强的安全保障。院办

不忘初心,逐梦前行

——我院党员赴永嘉“红十三军军部旧址”重温红色经典

在八一建军节前夕,火红的七月,我院部分党员在王庆来院长的带领下,前往永嘉“红十三军军部旧址”参观学习,重温红色经典,缅怀先烈,接受革命传统教育。

2017年7月8日,大家利用难得的周末时间,早上七点多在医院门口集中出发。一路上,“社会主义好”、“没有共产党就没有新中国”、“映山红”、“唱支山歌给党听”、“我爱祖国的蓝天”、“为了谁”等一首首经典的红色歌曲飘扬在车厢内。

到达目的地后,全体党员怀着无比崇敬的心情,在红十三军革命纪念碑前驻足瞻仰。在王院长领导下,面对庄严的

党旗,再一次高举右手,重温入党誓词:“我志愿加入中国共产党,拥护党的纲领……”,每一个字都深深敲击着每一位党员的心灵。

之后,在讲解员的带领下,全体党员参观了军部旧址和历史纪念馆,深入了解红十三军的组建背景、建立过程、战斗历程、反围剿斗争和策略转移等情况。一张张珍贵的老照片,一件件沾染着历史尘土的文物,一帧帧鲜红的历史图片,一篇篇血淋淋的文字解说,历史仿佛在我们面前重现,红十三军在党旗下前赴后继,穿过革命战争的炮火硝烟,在党旗下,高歌挺进,带给我们精神上的震

撼和心灵上的洗涤。此次党员活动增强了对党的热爱和信仰,坚定了跟党走信心,我们要在党旗下,跨越建设征途的漫漫雄关,在习总书记的带领下,实现中华民族伟大复兴,完成中华民族近代以来最伟大的梦想。

在纪念馆大厅,党员们认真观看了纪录片,了解红十三军在浙南地区坚持斗争4年,足迹遍及温州、台州20余县,历经大小战斗百余次的光荣历史,领略了革命先辈铮铮铁骨、宁死不屈的英雄气概。大家就纪录片进行了讨论发言。黄爱林书记指出:我们在缅怀老一辈革命家的丰功伟绩的同时,

也要进行总结,吸取教训,继承发扬优良的革命传统。作为党员要懂得:我们来自群众,也要深入群众。我们作为中医院的党员职工,在党旗下成长,由一个个懵懂的少年,变成一个个有自律性的共产党员,现在回首我党、我军的历史,我们的热血,我们的激情,我们的爱将更加强烈。回顾我院的历史,挖掘我院中医文化的内涵和永嘉普安施医施药局“凡遇病而贫者,无论就回首诊、出诊、施医给药,不收分文……”的宗旨,我们要更好地继承“大医精诚,仁术普安”的院训的,在王庆来院长的带领下,不忘初心,更好地为广大百姓服务。 余维微



促进中药饮片合理使用,有效控制中药饮片费用

——市中药药事质控中心组织《中药饮片处方集中点评工作》

为进一步促进中药饮片的合理使用,有效控制中药饮片费用,切实保障患者权益和用药安全,7月19日,温州市中药品事质控中心受温州市卫计委委托,于我院开展中药饮片处方集中点评工作。

参与此次点评工作的单位分别有温州市中医院、温州市中西医结合医院、温州市中心医院、温州市人民医院、温州医科大学附属第一医院及温州医科大学附属第二医院。

此次点评工作由我院药剂科副主任朱雪梅主任主持,邀请全市6位高级职称中医师及6位高级职称中药师共同参与,医药联手,共同推进我市中药饮片的合理使用,有效控制中药饮片费用,减轻患者负担,保障患者权益和用药安全。我院朱小东主任中医师、刘鹏程主任中医师、周斌主任中医师、朱雪梅主任中医师、陈永财主任中医师也应邀参加。

此次点评工作以《中华人民共和国药典》、《处方管理办法》、《国家中医药管理局关于进一步加强中药饮片处方质量管理强化合理使用的通知》、《医院处方点评管理规范》、《中药处方格式及书写规范》、《浙江省卫生厅、浙江省人力资源和社会保障厅加强中药饮片使用管理的通知》、《浙江省中药炮制规范》等有关规定为依据,抽调参评单位2017年6月8日中药饮片处方,由6名参评单位高级职称中药学专家、6名中医临床医师组成点评小组对各单位中药饮片书写的规范性、临床药物使用的适宜性、每剂味数和费用进行点评与讨论。

各位专家畅所欲言,各抒己见,发现问题,讨论并制定相关的干预措施,为保障患者权益和用药安全献计献策。 药剂科

情系子弟兵,共叙鱼水情 我院赴海防某连开展拥军慰问活动

为庆祝中国人民解放军建军90周年,八一建军节即将到来之际,7月30日,我院党委副书记、工会主席黄爱林,副院长赵永强带领我院针灸推拿科专家团队及浙江中医药大学第一临床医学院暑期社会实践服务团来到31610部队海防某连,开展“庆八一,送健康”拥军慰问活动,为广大官兵开展健康体检及义诊活动,并赠送夏季常用防暑降温用品。

座谈会上,黄爱林书记首先代表医院向部队官兵表达了节日的问候和诚挚的祝福,她表示:军民本融合是应有之象,军民鱼水情的优良传统不能丢,并且要不断巩固与加强。我院今后还要开展更多形式、更深程度的拥军活动,为官兵们驻守健康的防线。

部队领导对我院到访慰问表示感谢,他说:温州市中医院专家团队带来的防暑降温用品和义诊活动无疑是一场及时雨,为军营生活添彩的同时,更让官兵们切实感受到了关爱。希望今后军地间能加强沟通与交流,不断推进军民融合发展。

在随后的慰问活动中,我院针灸推拿科宋丰军主任及其团队为官兵们进行身体检查,针对腰背扭伤、关节劳损等常见症状开展针灸、推拿等中医特色诊疗,并教授官兵们缓解疼痛和自我保护的训练方法。

此外,宋丰军主任还针对近期的高温天



我院成功举办 首届浙江吞咽障碍康复高峰论坛

由温州市康复医学会和我院联合主办的首届浙江吞咽障碍康复高峰论坛于8月12-13日在温州将军大酒店隆重召开。

本次高峰论坛邀请国内康复界知名专家共聚一堂,现场座无虚席。参会者不仅包括康复科,还包括重症医学科、神经内科、神经外科、消化内科、耳鼻喉科等医护人员,跨学科交流,不断碰撞出思想的火花,提升了吞咽障碍康复品质。

出席论坛的领导有广东省康复医学会会长窦祖林教授、温州市卫计委副主任吴尚斌、浙江省物理医学与康复学分会主任委员林建强、候任主任委员李建华、温州市中医院院长王庆来、温州市中医院副院长施仲义、朱文宗、缪心军及温州市康复医学会常务副秘书长杨迎民等。本次论坛得

到了各级领导的肯定,高度赞扬了浙江中医药大学附属温州中医院康复医学科在吞咽障碍康复领域所做出的重要贡献。

窦祖林教授,中国吞咽障碍领域首席专家,十年如一日的推动着中国吞咽障碍临床康复与研究建设和发展,在论坛上作了精彩的发言。

论坛发起者为我院院长助理陈炳主任医师,他在论坛上分享了吞咽障碍专科建设实践,给基层医院提供学科发展思路;下午又生动地分析了一例疑难病例,将吞咽障碍的医理深入浅出地展示出来,给临床一线医生带来思索与启发。

本次论坛吸引了上海、杭州等省内外医疗单位共200多人来参会,内容精彩纷呈,全面涵盖吞咽生理病理、解剖、吞咽障碍的临

我院“冬病夏治” 场面火爆!

7月2日,农历六月初九,今年我院“冬病夏治”正式拉开了序幕。早上8点未到,我院六虹桥院区门诊大厅内已人声鼎沸,热闹异常,多数市民都是来接受“冬病夏治”头伏加强贴治疗的。

“冬病夏治”是中医学防治疾病的一个富有特色的重要方法,属于中医“治未病”的范畴。三伏天是一年中最为炎热的时期,此时为人体阳气最盛之时,也是冬病夏治的最佳时机。临近三伏,我院精选合适的、天然的、具有穿透温散等作用的中药,经过炮制后,用药汁调匀,敷贴在人体的穴位上,刺激体表腧穴相应的皮部,通过经络的传导和调整,纠正脏腑阴阳的偏盛或偏衰,改善经络气血的运行,对五脏六腑的生理功能和病理状态产生良好的调节和治疗作用,以提升阳气,扶正固本,增强机体免疫功能。

今年我院除了穴位敷贴,还将继续隔物灸的治疗手段,其中“隔姜灸”就是最具代表的方法,这种疗法是通过利用全年中阳气最盛的三伏天,人们体内阳气也相对充沛的时机,应用具有温经散寒补虚助阳的中药制成灸柱,畅通气血,使药性易于直达脏腑,通过生姜等乘其势而治疗,往往可获得良好的疗效,充分体现“天人合一”的自然疗法。

我院针灸科宋丰军主任介绍说:“来贴三伏贴的市民,许多都是坚持在我院做了多年疗程的,体质与病症很多都得到明显的改善,但对“冬病夏治”不太了解的市民也大有人在,“冬病夏治”除对过敏性鼻炎、支气管哮喘、慢性气管炎、肺气肿、咽喉炎、荨麻疹、胃十二指肠溃疡、慢性胃炎、慢性肠炎、结肠炎等疾病有很好疗效外,也适用于那些经常出汗、稍微活动就气喘、容易疲劳的亚健康人群。我们会坚持向市民推广最传统、最对症的中医治疗。” 门诊部

“感控心 安全行”

——温州市中医院 2017 年感控月活动



感控心，安全行——温州市中医院2017年“感控月”活动启动

为进一步配合省、市卫计委开展的《医疗机构医疗质量专项整治》活动,落实医院感染管理制度,不断提高医务人员的感控意识,增进洗手依从性,提高抗菌药物临床合理应用,以利于预防与控制我院医院感染发生,规范医疗行为,提升医疗质量,保障医疗安全。医院感染管理科在5月份开展“感控心、安全行”感控月系列活动。这次活动得到了医院领导、各职能科室、临床医务人员和后勤工勤人员的大力支持,一系列活动开展顺利,现汇报如下:

1 启动宣传

4月13日,王庆来院长在院周会上宣读“感控月”活动实施方案,并在院感监控员、科主任、护士长会议及微信平台上进行活动宣传。各

楼层LED播放醒目的宣传标语,内容包括有手卫生、抗菌药物合理使用等,在门诊大厅展示丰富的活动宣传海报,形成热烈的活动氛围。

2 现场活动

5月5日是第九个世界手卫生日,2017年活动主题:“抵御抗生素耐药:人人有责”。以“感控心 安全行”暨“世界手卫生日”活动在六虹桥院区门诊一楼大厅举行,现场医院领导及医务人员

纷纷在以“手卫生”为主题的宣传横幅上签名承诺;互动环节有七步洗手法示教、手卫生五时刻考核,院感知识问答等,吸引医护人员、工勤人员、患者及家属积极参与,取得良好的宣传效果。

3 感控专业比赛

感控专业比赛设有理论知识考试和现场必答题、抢答题、风险题及观众互动环节。医院共有28支临床科室队伍参加第一轮感控理论知识竞赛,神经内科1、康复科3、呼吸科、康复科4、肾内科、感染科、肿瘤科、ICU八支代表队脱颖而出。其中神经内科1李玮荣获个人第一名;第二名是内分泌科金斌斌;第三名是外科2陈琼、第四至第八名分别为:康复2张岳芬、康复3刘少娜、康复4郑锦锦、感染科戴朝明、门诊部冯晶晶。



第一轮胜出八支队伍24位参赛选手继续参加现场感控知识竞赛,科室组织啦啦队拉横幅、喊口号加油助威,选手们赛出水平、赛出风格、充分展现“中医院人”的精神风貌,经过激烈角逐,肿瘤科最终摘得团体一等奖,重症监护室荣获二等奖,肾内科、神经内科1荣获三等奖,呼吸科、康复4、康复3、感染科取得团体优胜奖。

4 专题讲座

1、感控月开展一系列省、院级专家的专题讲座,在全院抗菌药物临床合理使用专题培训中,邀请浙医一院的姜赛平副主任药师授课《从临床药师角度谈抗菌药物的合理使用》、温医附二院的感染管理科郭磊副科长主讲《外科预防性抗菌药物使用》,旨在提高全院临床医师抗菌药物临床合理使用,规范诊疗,控制多重耐药菌的产生,提高医疗质量和安全。



2、组织2017年新规范专题培训,在科室监控员会议上组织学习《病区医院感染管理规范》、《医院感染暴发控制指南》;院感科深入ICU、内镜中心、口腔科、消毒供应中心等重点科室开展针对性感控规范专场学习。

3、根据《医疗机构环境表面清洁与消毒管理规范》对工勤人员及陪护人员开展以床单位清洁消毒为主线的相关消毒隔离规范化操作培训和考核;并组织观看台大医院纪录片《医院环境守护者》,感人的故事提高培训人员的职业认同感和责任感。

5 学习交流



1、我院承办一次市、县级医院抗菌药物管理专家交流会,解读新政策、分享抗菌药物

合理使用管理经验,对提升医疗机构抗菌药物管理能力、促进抗菌药物合理应用起到了积极的作用。

2、联合微生物室、呼吸科、感染科开展“慧眼识菌”活动,倡导临床微生物意识。联合检验科、感染科、青年医师沙龙共同组织《细菌真菌感染诊治》交流会,提高临床医师感染诊疗能力。

6 学习资料

院感科联合微生物室共同汇编《微生物检验报告标准解读》手册,下发临床医护人员,帮助指导临床一线感染诊疗工作。

这次感控月活动旨在倡导多部门联合共同参与感控管理,促进院感和临床的沟通,扩大感控意识的宣传,进一步落实医院感染管理制度,提高手卫生依从性,合理应用抗菌药物,规范多重耐药菌管理。

医院感染管理科

这次感控月活动旨在倡导多部门联合共同参与感控管理,促进院感和临床的沟通,扩大感控意识的宣传,进一步落实医院感染管理制度,提高手卫生依从性,合理应用抗菌药物,规范多重耐药菌管理。



6~7月拒收红包及医德医风统计

拒收红包:

徐韶怡 张寅 姜朝胜 吴惠明
张里援 周江涛 陈志坚 何潘
全玮玮 刘刚 赵娜 黎斌
陈祥艳 徐河政 陈炳 支英豪

牌匾:

赵娜 陆稚华

表扬信:

刘晓 急诊科全体医护人员
门诊部二楼分诊护士
姜朝胜 苏卫民 杨丽温 周琦

吕存贤 杨东晴 李毅 郑存汪
钱吹 陈志坚 何潘 全玮玮
消化科全体医护人员
黄小燕 柯圆圆
心血管科全体医护人员
呼吸科全体医护人员

张慧和 神经内科1全体医护人员
吴红专 叶银梳
康复理疗室全体医生

锦旗:

温州市中医院
急诊科全体医护人员

谢荣侠 胡一迪 潘学东 倪向明
张云霞
呼吸科全体医护人员
神经内科1全体医护人员

爱心捐款:

张云霞 王品晓 潘兴凤 孙腾飞
项晓觉 蒋茯苓 何民 金虎
叶海浩 金芳芳 陈双双 柯圆圆
赖美丽 陈思思 夏雅琳 俞晨洁
刘盈盈 黄小燕 滕晚琼 潘婷婷
吴莎莎 周丽丹 尤梦苏 姜良茜
吴惠明 张帆 周江涛 刘海峰

项少茜 曾笑帅 李托 张里援
张魁贤 刘华龙 施丹 谷世琴
孙云平 丁丹丹 梁玉莉 徐娟娟
王青青 周莹莹 金聪慧 胡晓雷
姜小芳 姜园园 叶晓秋 谢燕琼
张宏芳 柯林丽 金炼谦 陈念昭
陈茹

拾金不昧:

王浪漫 李永财 黄方旭 金建凤
叶诗诗 吴双双 郑贤惠

儿童夏日旅行中暑、腹泻怎么办？请收好这份小儿推拿急救包

暑假，可以说是小朋友最开心的时光，很多家长会在暑假带着孩子去旅行，享受大自然的美好时光。但夏日旅行，一定要小心“旅游病”。夏日，由于高温，饮食不规律，饮食不洁等原因，小朋友经常会发生发热、中暑、呕吐、腹泻等疾病。

生病不仅会破坏旅行的心情，而且由于身处异地，家长会更加手足无措。针对这种情况，小儿推拿是一个非常好的应急手段，在关键时刻可以大显身手。

一、中暑怎么办

1.中暑的表现

夏日最直接的感受就是高温，小孩子耐不住炎热，很容易引起中暑。并且还会出现头痛、头晕、口渴、心悸等症状，而且中暑时体温检测一般为38℃-39℃左右，而有一些严重的小朋友，还会出现面色苍白、大汗、皮肤冰等。

2.小儿推拿的预防与干预方法

小儿推拿治疗孩子中暑，不仅可以解暑降温，还可以后期操作，调养恢复。

(1)清天河水

操作：在手掌侧，由手腕向肘部方向直推200次。

(2)退六腑

操作：用拇指，从肘向腕直推200次。

(3)二扇门

操作：用两拇指指甲掐揉之，掐5~10次，揉100~300次。

3.注意

中暑后应将孩子移到通风、阴凉、干燥的地方，应及时给更换干衣服。同时打开电扇降温，意识清醒后可饮绿豆汤和淡盐水等解暑。小儿推拿效果虽好，一旦小朋友的病情反复，或者出现病情出现变化，应当及时到医院治疗。

二、如何“指”泻

1.为什么容易腹泻？

在夏季旅行途中，腹泻是小朋友们很容易出现的症状，家长也会特别担心。产生腹泻的原因有很多：

由于小朋友胃肠的调节功能差，而且旅途中饮食往往和之前会有较大改变；

夏季旅途气温太高，消化液分泌减少；

旅途中，小朋友往往贪吃生冷的食物，等等以上原因都可引起腹泻。

2.腹泻的小儿推拿手法

小儿推拿对于腹泻能有较好的效果，能够缩短病情，减轻症状，通过简单的小儿推拿的三个指头，就能达到止泻的目的。

(1)揉板门

操作：用拇指在大鱼际中点按揉，约200-400次。

(2)运水入土

操作：用拇指在由小指指端推向拇指指端，约50-100次。

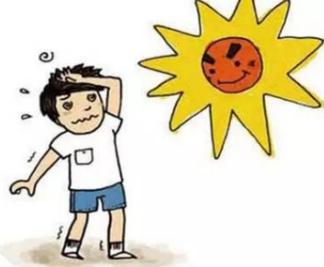
(3)补大肠

操作：用拇指由食指指尖推向虎口，约50-100次。

3.注意

腹泻后应及时补充水分，防止脱水，可适当给小朋友口服补液盐，一般情况下不能禁食，并且要密切注意小朋友大便的性质、颜色、次数和大便量的变化。小儿推拿效果虽好，一旦小朋友的病情反复，或者出现病情出现变化，应当及时到医院治疗，不能擅自滥用抗生素。

小儿推拿科 陈添伟



游泳后眼睛为啥会发红？知道真相保你眼泪哗哗滴……



夏天一到，很多人都会选择游泳运动，因为在炎热的夏季，游泳可以让人清凉舒适。不过有人就表示，游泳回来之后，眼睛会发红。担心是不是泳池水质不干净，眼睛受到感染？下面为大家讲解一下游泳后眼睛为什么会发红，以及我们在游泳时该如何预防。

游泳后眼睛红怎么回事？

游泳后眼睛红通常跟泳池消毒后残留余氯的刺激有关。泳池中常用的消毒药物是氯化铝、次氯酸钠等氯化物，水经过加氯消毒是为了不让细菌滋生残留，泳

池中的余氯浓度过低的话会导致水质受到人体汗液、尿素、污垢的污染，但如果浓度过高会对人体的呼吸系统造成损害，但即使余氯达标，也可能对眼睛造成刺激。

第二个因素是游泳者尿液汗液等排泄物。虽然尿液大多数是无菌的，但是当游泳者体内排出的尿液、汗水以及身上的脏污同泳池中的氯结合形成的化学物质，刺激性物质就会形成，因而影响到眼睛、皮肤与呼吸道系统。

第三个原因就是污染泳池里的微生物。引发眼睛

疾病，最常见的是急性结膜炎(即红眼病)，大多数是由细菌、病毒感染引起，最明显的症状就是眼部充血发红，眼痒，分泌物增多。特别是游泳时戴着隐形眼镜，角膜上皮细胞会缺氧，镜片的移动会损害角膜上皮，造成细胞死亡脱落，这样病菌就会侵入伤口，造成感染。

游泳后眼睛红怎么办？

1、在泳池里游泳，由于受到漂白粉消毒剂的轻度刺激引起的结膜炎，常常是在出水以后眼睛有轻微发红，数十分钟至数小时以后，就会自行消失了，一般不必治疗。

2、游泳后，如果出现眼睛发红、发涩、肿胀，有时还会出现较多的分泌物，这是结膜炎的表现。大多数是由细菌、病毒感染引起的，可以使用妥布霉素眼药水、左氧氟沙星眼药水，或是抗病毒眼水，如阿昔洛韦滴眼水。

3、如果滴了眼药水后眼部仍有不适感，红痒进一步加重，或者伴有视力下降，建议尽快找眼科医生进

行详细眼部检查后再做进一步的处理。



游泳时眼睛该注意什么，如何预防？

1.建议大家尽量选择水质好、污染少的正规游泳场所游泳。

2.在游泳活动中尽可能不用手揉搓眼睛，游泳后要及时洗手。

3.游泳时不能戴隐形眼镜，最好戴游泳防护镜，能有效地隔开水和眼睛的接触，减少感染病菌的几率。

4.患有高度近视者等眼底疾病患者禁止头朝下跳水，以免引发视网膜脱离。

5.游泳上岸后，应该滴抗生素眼药水如妥布霉素或氧氟沙星眼药水，以预防感染。

6.如果游泳后出现眼部不适，要及时到医院检查。

眼科 张爱

大肠息肉可能癌变，这些办法教你预防！

人吃五谷杂粮，所以胃肠道的疾病相当多。其中最让人谈虎色变的便是大肠癌。大肠癌包括结肠癌和直肠癌，2015年全国新发现大肠癌37万人，19万人死于大肠癌。但实际上不用过分恐慌，胃肠道肿瘤只要做到早期发现，早期诊断，早期治疗，把问题消灭在萌芽状态，效果是非常好的。提早做好预防

预防大肠癌需要从其前身 - 大肠息肉开始，80%-95%的大肠癌都是从肠息肉一步步“进化”过来的，小息肉一长大息肉一重度不典型增生一原位癌一浸润性癌，大约需要10余年，完全有较为充裕的时间去阻断息肉的癌变。

“早发现三个月，多活三十年”。在欧美，对于50岁以上的人群，胃肠镜检查都是常规体检项目。但在中国，体检胃肠镜检查接受度不到30%。甚至许多人在体检时会选择癌基因检测、PET等动辄上万的体检项目，但对于医师进行胃肠镜检查的建议，老百姓的依从性很低，这给潜在的大肠癌提供了快速成长的空间。

在临床中就有不少这样的例子，3年前肠镜检查还是结肠息肉，3年后检查就已经是直肠癌了，到最后只能手术治疗，硬生生地耽误了病情。幸运的话，肿瘤未转移，肛门得以保留，若不幸，在接下来

的日子中只能带着结肠造瘘袋生活。

长了息肉有什么症状

那很多人就会问了，大肠中长了息肉，会有什么症状呢，或者通俗点讲，人会有什么感觉吗？

1、大便带血，这是结肠息肉的主要症状，容易被误会为痔疮。很多人饮食起居不规律，发生大便秘结或常有带血，经治疗后仍有便血，或症状反复，则需高度怀疑大肠息肉，需及时来医院，必要时行肠镜检查。

2、大便习惯和性状发生改变，如果平时大便正常，突然发现大便变细，有粘液，或原本一天一次的，变成两三天一次或一天两三次，就需要加

4、腹痛，对于某些长期腹痛的人，也会发生肠息肉的可能，这类人群应及早进行肠镜检查，在排除息肉、肿瘤后，予以相对应的治疗。

当然，也有部分患者没有任何症状，只是体检发现息肉的也不在少数。这可见肠镜检查的重要性，尤其是有家族史的患者，及时没有症状，也需要定期进行肠镜检查、大便隐血检查。

发现息肉怎么办？

息肉一般不会自行消失，药物也难以将其消除，不及时处理，让其慢慢长大，癌变的几率较高(3%-10%)。故发现息肉，最好马上治疗。当然，肠镜第一次检查，常规都需息肉活检明确病理性质，待病理结

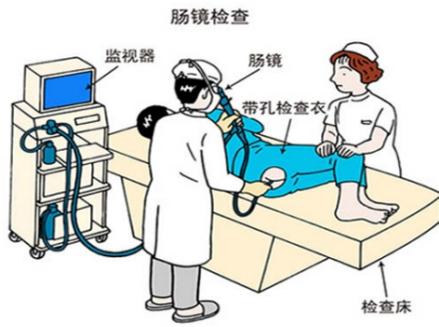


摘除。直径大于3cm的无蒂息肉，或活检病理报告显示息肉已癌变的，或结肠息肉多发、病变范围广泛，无法内镜下全部切除者，则应行外科手术或腹腔镜下治疗，该类息肉摘除后，要把大块息肉送病理活检，看息肉切缘有无癌细胞浸润，若切缘有肿瘤，则需转外科手术。

切除之后怎么办？

息肉切除之后，是不是就可以高枕无忧了呢？其实不是的。术后一定要定期做肠镜检查，何时复查是依据患者的息肉大小及息肉数目决定的。一般是1-2年复查，若息肉较大、较多，则半年左右复查。如果有家族史的，即使没有任何自觉症状，也要定期肠镜检查。另外，由于大肠息肉是一种有家族易感性的疾病，遗传倾向明显，一旦确诊为这种疾病，其直系亲属都需要长期随访，以便做到早发现，早诊断，早治疗。此外，饮食上多吃粗粮，新鲜蔬菜水果，增加膳食纤维的摄入，少吃高脂肪、高糖、辛辣食物，也有助于预防肠息肉的发生。

消化科 余维微



以重视。

3、便秘或腹泻，有长期腹泻便秘的患者，经药物治疗后效果不佳，就需肠镜进一步检查。

果出来后，选择不同的治疗方案。有蒂或无蒂的小息肉，可以经肠镜直接摘除，非常简单，花钱也少，患者的痛苦也少；若息肉较多，则可能分次