



重获“清晰视界” 百岁老人点赞沪滨爱尔眼科团队

滨州日报/滨州网记者 田政 实习生 刘润泽 通讯员 马庆平 赵晨颖

1月14日,记者在滨州沪滨爱尔眼科医院见到白内障患者章花荣时,她正在儿媳的陪伴下进行术后复查,老人面容慈祥、精神矍铄,在护士的指导下顺利完成各项检查。

这位来自沾化区的老人,出生于1919年,今年正好100岁。从战火纷飞的年代到新中国成立,从改革开放到社会主义建设的新时代,章花荣的双眸,见证了新中国从“站起来”到“富起来”再到“强起来”的全过程。

完成检查后,章花荣的儿媳在旁细心照顾着她——这位儿媳也已经70岁了。儿媳说,像婆婆章花荣这么高龄的白内障患者,一般医院都不会接收。为了给婆婆治病,一家人打听了很多医院,了解到滨州沪滨爱尔眼科医院的技术好,且能给年纪大的患者做白内障手术,所以一家人特地开车拉着婆婆到沪滨爱尔眼科医院进行治疗。

为章花荣做手术的,是滨州沪滨爱尔眼科医院白内障科主任、副主任医师张影影。张影影是毕业于青岛大学的眼科学硕士,师从中国眼科界院士谢立信教授,主攻白内障、青光眼专业,具有扎实的临床理论基础,熟练掌握老年性白内障及各种复杂性白内障的诊断及手术治疗。目前,虽然张影影已成功完成白内障手术万余例,但章花荣却是她治疗的第一位百岁老人。

张影影介绍说,对于这么大年龄的白内障患者,一般情况下,子女都会考虑到安全、健康等因素而放弃给老



张影影主任为老人复查眼睛。



张影影询问老奶奶的手术感受。



老人指着手术后的眼睛说,“能看见了。”



医护人员祝贺老人出院。

人治疗,如果这样,老人的身心痛苦就无从解决。因此,在确保技术到位的前提下,年纪大的老人也应及早进行白内障手术,以收获“清晰视界”,过一个幸福晚年。而在进行治疗时,沪滨爱尔眼科医院会对所有的患者进行详细的术前检查,制订手术方案,确保老人手术顺利,让家属放心。

张影影说,10年前,沪滨爱尔眼科医院飞跃院长曾为一例103岁的老人成功实施白内障手术。陪同手术的子女们,一直到老人术后视力恢复,各项检查结果都正常才真正放心。作为一名医生,她特别能理解这种心情,所以在手术中,也会尽量照顾到老人子女们的心情,及时将各项手术检查结

果告知他们,并安排医护人员做好相关的解释工作。

百岁老人章花荣的白内障手术牵动着全院医护人员的心,大家都希望老人能够尽早重见光明。在治疗过程中,医院护士为老人准备了轮椅,并做好相关护理工作。手术复查后,老人视力有了明显提高,老人看到镜子里的自己时说:“镜子里有个老婆子。”听到这句话,老人的家属和医院的医护人员都被老人逗乐了。

出院这天,张影影特意来到病房,庆祝老奶奶康复出院。张影影说:“能为百岁老人做手术,是我的荣幸也是缘分。”而章花荣老人也在出院时向沪滨爱尔眼科医院医护人员致谢:“给你们添麻烦了,谢谢你们。”

张影影提醒上年纪的白内障患者,眼睛看不清要及时到医院进行检查,白内障若不及时治疗,可能会导致失明。到目前为止,世界上尚无确切有效的药物或者器械可以治疗白内障,手术治疗是白内障患者惟一有效的选择。

滨州市中心医院开展“心系患者、服务百姓” 温馨医疗服务暨行风整治专项行动

“三阶段六举措”切实打造 温馨医疗服务品牌

滨州日报/滨州网惠民讯(通讯员 李聪聪 张志存 报道)近日,滨州市中心医院召开“心系患者、服务百姓”温馨医疗服务暨行风整治专项行动动员会。院领导、副护士长以上干部共200余人参会,医院党委书记任鹏主持会议。

会上,市立中心医院副院长魏光平传达了国家卫生健康委《关于近期部分医疗机构违法违规违纪案件的通报》。院长孟立军宣读了《滨州市中心医院“心系患者、服务百姓”温馨医疗服务暨行风整治专项行动实施方案》,并进行安排部署,责任到科室。

任鹏就此专项行动提出几点要求:一是统一思想,高度重视,充分认识改善医疗服务与行风整治行动的重要性和必要性,切实做到以病人为中心,提升病人就医体验;二是坚持医院各项工作与行风整治工作齐头并进、齐抓共管,根

据工作职责落实各项工作任务;三是坚持问题导向,要认真排查,紧盯自身问题和短板,对照问题认真查摆,边查边改,建立形成科学、规范、有序、持续的长效机制;四是按照活动时限和阶段要求,明确任务,强化领导,责任到人,医院将适时进行明查暗访,加强日常检查和集中督导。

据介绍,“心系患者、服务百姓”温馨医疗服务暨行风整治专项行动,是滨州市中心医院为进一步提升医疗服务质量,整顿行业作风,着力解决医疗服务中违规违纪违法、侵害患者合法权益等突出问题,改善群众就医环境,结合医院实际开展的专项行动,共分动员部署、查摆问题、建账整改三个阶段。专项行动期间,医院将深入分析医疗服务矛盾变化,实施六项举措,进一步提升改进医疗服务模式,提升人民群众的就医获得感。

市中心医院开展 医技科室优质服务培训

滨州日报/滨州网惠民讯(通讯员 李聪聪 张志存 报道)近日,滨州市中心医院门诊部组织医技科室人员,在院科教楼六楼进行优质服务集中培训。滨州市中心医院院长孟立军现场进行观摩。

培训期间,医院礼仪培训师韩景景给与会人员示范了标准坐姿、蹲姿、走姿;门诊部主任孔令贵示范了男士标准站姿,并特别示范了如何正确运用医护语言与患者进行沟通等,以期为患者提供更加优质的诊疗服务。孔令贵、韩景景的

授课生动幽默,让与会人员在活跃的氛围中掌握了学习内容。

本次培训,旨在充分落实医院《“心系患者、服务百姓”温馨医疗服务暨行风整治专项行动实施方案》,引领广大医护人员从服务理念、沟通方式等方面大跨步提升。

下一步,滨州市中心医院还将举行医技科室技能大赛,促进各科室技术水平稳步提升,进一步提高医院服务水平,更好地为患者服务。

市中心医院教您如何“三减三健”保健康(三)



近年来,与生活方式密切相关的慢性病已成为中国居民的主要死亡原因,高血压、高血糖、高血脂等慢性病已成为健康的头号公敌。因此,改变不良生活习惯就成为保护健康的关键要素。

为此,国家卫生健康委员会启动了“三减三健”专项行动。在此,滨州市中心医院推出《市中心医院教您如何“三减三健”保健康》系列图解,倡导健康生活方式,为广大市民带来健康福音。

“三减三健”之减油篇:

(一) 科学认识烹调油

烹调油有助于食物中脂溶性维生素的吸收利用,是人体必需脂肪酸和维生素E的重要来源。但过多摄入会增加糖尿病、高血压、血脂异常、动脉硬化和冠心病等慢性病的发病风险。



(二) 控制烹调油摄入量

《中国居民膳食指南(2016)》推荐,健康成年人每人每天烹调油用量不超过25-30克。



(三) 学会使用控油壶

把全家每天应食用的烹调油倒入带有刻度的控油壶,炒菜用油均从控油壶中取用,坚持家庭定量用油,控制总量。

全家每天食用油量推荐	人数	食用油量
	3	≤75克
	4	≤100克
	5	≤125克
	6	≤150克

(四) 多用少油烹调方法

烹调食物时尽可能选择不使用或少量用油的方法,如蒸、煮、炖、烩、水滑熘、凉拌、急火快炒等。



(五) 少用多油烹饪方法

建议少用煎炸的方法来烹饪食物,或用煎的方法代替炸,也可减少烹调油的摄入。



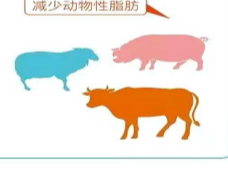
(六) 少吃油炸食品

少吃或不吃如炸鸡、炸薯条、炸鸡柳、油条油饼等油炸食品。在外就餐时主动要求餐馆少放油,少吃油炸类食品。



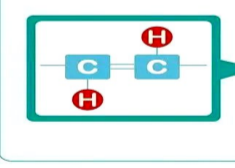
(七) 少用动物性脂肪

建议减少动物性脂肪的使用数量和频次,或用植物性油代替,食用植物性油建议不同种类交替使用。



(八) 限制反式脂肪酸摄入

建议每日反式脂肪酸摄入量不超过2克。



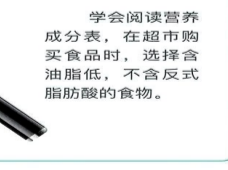
(九) 不喝菜汤

烹饪菜品时一部分油脂会留在菜汤里,建议不要喝菜汤或汤泡饭食用。



(十) 关注食品营养成分表

学会阅读营养成分表,在超市购买食品时,选择含油脂低、不含反式脂肪酸的食品。



含糖饮料别只顾喝着爽 孩子过多饮用危害大

滨州日报/滨州网通讯员 魏莹



们都喜欢喝爽口的含糖饮料。那么,含糖饮料到底有多少糖?过量饮用含糖饮料对儿童有哪些危害呢?

首先让我们来了解一下什么是含糖饮料。据《健康报》报道,由北京大学公共卫生学院、联合国儿童基金会驻华办事处组织全国相关领域专家编写的《中国儿童含糖饮料消费报告》中介绍,所谓含糖饮料,是指在制作过程中人工添加糖且含糖量在5%以上的饮料。目前,我国饮料市场中超过半数的饮料均为含糖饮料。环球网指出,近年来,中国儿童饮用含糖饮料的行为越来越普遍,饮用量也逐年上升。1998年,含糖饮料城市儿童人均日饮用量为329毫升,2008年这一数据上升到715毫升。

过量饮用含糖饮料有哪些危害呢?《中国儿童含糖饮料消费报告》主

编、北京大学医学部教授马冠生在接受媒体采访时表示,过量饮用含糖饮料对儿童的危害很大。儿童时期是生长发育的关键时期,也是儿童饮食行为和生活方式形成的关键时期。儿童饮用含糖饮料后,口腔里的细菌会使糖和食物残渣发酵,参与形成牙菌斑。由于含糖饮料能量含量高,饱腹感较差,所以经常过量饮用会增加肥胖风险。同时,含糖饮料中的糖可以迅速被吸收,过量饮用也可能导致2型糖尿病的发病风险增加。另有研究显示,过多饮用含糖饮料对血压、血脂等也有一定影响。

那么,到底饮用多少含糖饮料就算过量呢?《健康时报》列举了几种常见的含糖饮料,并将其与方糖进行了对比。以一块重量为4.5克的方糖来

计算,一罐355毫升的可乐中所含的糖分是39克,相当于8块方糖;一罐355毫升的芬达葡萄味汽水所含的糖分是48克,相当于10块方糖;一罐355毫升的雪碧中所含的糖分是38克,等于不到8块方糖;一瓶500毫升的茉莉清茶所含的糖分是21克,等于4块方糖;一瓶450毫升的草莓味果粒奶优所含的糖分是30克,相当于不到7块方糖。也就是说,按照美国心脏协会(英文简称为AHA)关于“2至18岁青少年儿童每天糖摄入量不应超过25克”的建议,喝半罐芬达所摄入的糖分就已经超标。

因此,过量饮用含糖饮料对儿童危害很大,家长应帮助孩子树立科学、健康的饮食观念,支持、鼓励孩子减少含糖饮料的消费。

中医药防流感 知识宣传进社区



1月21日,在邹平市和润家园居民小区,邹平市黄山社区卫生服务中心的中医医师为群众发放中药防流感代茶饮,并讲解中医药预防流感知识。

为帮助辖区居民更好地预防流感,近期,该中心组织医务人员

走进辖区内社区,开展中医药防治流感知识宣传,并根据今冬流感特点,精选菊花、麦冬、桑白皮、甘草等多种中药配伍形成代茶饮,免费向社区居民发放。(滨州日报/滨州网通讯员 郭海涛 摄影)

科学饮食有助于 儿童预防肾结石

滨州日报/滨州网(记者 李诚 报道)不少人认为肾结石是成年人才会得的病,但近年来儿童肾结石也时有发生。据市人民医院相关科室医生介绍,家长应注意控制孩子高糖、高热量食物的摄入,引导其多吃新鲜水果、蔬菜,有助于预防儿童肾结石。

据介绍,儿童肾结石的发生与尿路感染、肾脏或尿路结构异常、饮食、生活环境及药物使用等因素有关。结石在肾脏形成后进入输尿管或膀胱,如果体积达到一定程度后,就会引起输尿管或尿道阻塞,出现腰痛或排尿困难等症状。

医生介绍,当结石直径小于0.5厘米时,可以通过适当多喝水帮助孩子将结石经尿道排出;有的患儿也可通过静脉输液利尿,同时按医嘱调整饮食,然后将结石排出。而对于体内结石直径过大的患儿,则要根据不同情况选择体外震波碎石、微创经皮肾镜碎石、输尿管镜碎石、腹腔镜或开放性取石等手术治疗。

“2618糖脂工程”启动 着力提升糖尿病诊疗规范

新华社北京1月20日电 为提高基层糖尿病防治能力和整体诊疗水平,规范基层糖尿病诊疗和管理流程,1月20日,由白求恩公益基金会联合中华医学会糖尿病学分会共同主办的“2618糖脂工程”启动。

中华医学会糖尿病学分会主任委员、上海交通大学附属第六人民医院贾伟平教授表示,我国糖尿病防治工作面临着巨大挑战,基层诊疗管理能力也亟待提升。所谓“2618糖脂工程”,即推进基层糖尿病病、血压、血脂“三高共管”的综合管理,“2618”表示了糖尿病患

者血脂管理的基本目标,即糖尿病高危人群低密度脂蛋白胆固醇(LDL-C)目标值控制在2.6mmol/L以下,糖尿病极高危人群低密度脂蛋白胆固醇控制在1.8mmol/L以下。

据悉,“2618糖脂工程”将在全国10省份陆续开展,通过指南解读会、讲者培训会建立糖尿病诊疗规范标准;通过医联体建设研讨会推动建设糖尿病专科医联体;通过三级医院与基层社区医院培训教学,规范基层医生的诊疗思路,指导临床实践,最终造福糖尿病及高血脂患者。