

医院+暖镜头

“这张纸暖了我的心”

烧伤老人手术前紧张焦虑 护士手绘术前准备小贴士



护士为病人手绘的术前准备小贴士。受访者供图

本报讯(记者 孙美星 通讯员 陈延山 吴惠青)“很感谢你们的照顾,我父亲说舍不得扔掉这张纸,要带回家去!”3月19日,在第906医院普外二区烧伤科,市民宋先生在接手术后的父亲回家前,专程来到护士工作区为她们的细致服务点赞。

究竟是怎样的一张纸让宋老先生如此珍惜?宋老先生今年78岁,3月11日因为烧伤来到第906医院普外二区烧伤科住院。随着手术日期越来越近,宋老先生越来越紧张。护士到病房给他讲注意事项的时候,他基本没记住,就连要准备的护理垫、尿管等东西都忘了告诉家人。

“我们病区像宋先生这样的高龄手术患者比较多,患者家属不可能长时间陪在身边。”第906医院普外二区烧伤科护士长朱瑛告诉记者,患者对疾病及手术的认知、术前准备是否充分等,会直接影响到手术的预后以及患者的康复。“我们多讲几遍没关系,可如果患者或者家人不清楚,那预后就不好,还有可能出现患者家属反复询问、来回跑的情况。”

朱瑛说,她就想能不能用一些浅显易懂的方式,让患者及其家属能快速记住所有的注意事项,又不用来回奔波。她把自己

的想法一说,得到了病区护士的赞同。平时就喜欢画画的护士张越萍主动请缨,凭着多年的护理经验,总结出了患者需要注意的事项及准备的物品。用一天的时间,她就手绘了一份“术前准备小贴士”。后来,经过全科医护人员反复修改,小贴士最终成型,并发放给患者及其家属。

“你看,这就是那份小贴士。”准备出院的宋老先生从口袋里拿出了叠好的小贴士说,“这张纸暖了我的心,也方便了像我这样在医院做手术的老年人。”

只见这张A4纸大小的小贴士“麻雀虽小,五脏俱全”,里面详细地向患者展现了术前术后的相关内容,如皮试、皮肤准备、病人准备、禁食禁饮以及需要准备的物品、肠道准备等。就连手术当天要穿什么衣服、身上不要戴什么东西,也用文字和图画清晰呈现,即使不识字的老年人也能一目了然。

“手术当天会有专人来接您,请耐心等待。”“手术当天只穿病号服就可以啦(上衣反穿)!”一项项文字提醒的旁边,护士还手绘了相关的漫画。护士们说,这么做可以让患者在轻松的状态下阅读小贴士,消除患者对术前准备及术后护理的茫然,也避免引起患者的紧张情绪。

每周进补两只鸡 11岁女孩最多只能长到1.55米

又到了一年孩子长得最快的时候,最近,前往各医院生长发育门诊咨询的家长明显增多。不过医生发现,有些家长太在意孩子身高,一味通过进补“揠苗助长”,反而让孩子长不高。

“我们家每周炖两只鸡给她吃,吃得也不差,可现在都五年级了,怎么还是长不高呢?”几天前,宁海县中医院儿科主任中医师周琼的门诊,来了一个11周岁的孩子小玲,身高只有1米4,小玲妈妈心里说不出的着急。

原来,小玲是个早产儿,为了给她补身子,家里每周炖两只鸡的习惯已经持续了好多年。一开始小玲的身高还跟得上同龄人,但是近两年却明显“后劲不足”。现在小玲长得相对敦实了,胸脯也微微隆起,周主任询问她是否月经来潮?小玲不好意思地点点头。

“月经不是什么大问题,主要还是身高。”小玲妈妈不以为然。但是周琼告诉小玲妈妈:“孩子长不高就出在这月经上了。不论是高蛋白、高营养食物,还是高热量等油炸食物,食用过多都会导致肥胖,这也使得孩子的性腺轴提前启动,性激素分泌增

加,引起性早熟,月经来潮就是女性性成熟的标志之一。”

周琼告诉小玲妈妈:“性成熟意味着骨骺会提前闭合,如果骨骺闭合,小玲最多只能长到1.55米。你们先去拍片看看骨龄情况。”听到这个消息,小玲妈妈吓坏了。

每周两只鸡不但没补好身子,反而害了孩子!专家提醒,在孩子生长发育的关键时期,饮食要均衡,包括新鲜的蔬菜水果、鱼肉蛋奶、坚果都要涉及,还要适当补充维生素D,合理补钙,让孩子做到不偏食、不挑食。除了零食、油炸物等少吃,高营养、高蛋白食物也不适合长期进补。可以适当配合半小时有氧纵向运动,例如跳绳等,有助于长高。

家长还需要警惕孩子的身高突然蹿高时,很有可能出现性早熟。首先要观察第二性特征是否发育,例如女孩乳房发育、月经来潮;男孩冒胡须、睾丸增大等表现。这些孩子一开始看着是比同龄儿童高大,但其实都是提前消耗了生长潜能,性早熟出现得越早,孩子以后就越矮。因此一旦发现症状,要尽早就医,争取延缓骨骺闭合时间。

记者 孙美星 通讯员 王钰丹

42岁男子5年内两次半月板撕裂 这种损伤常见于爱运动的人,不容小觑

42岁的徐先生热爱足球,曾担任足球队的主力。6年前的一场球赛,徐先生一脚踢空,只听见膝关节“咔”一声响,右腿便无法动弹。经宁波大学医学院附属医院叶如卿医生检查,他的前十字韧带断裂,外侧半月板撕裂,还好当时属于“新鲜”撕裂,尚可进行半月板缝合手术来治疗。

5年后,徐先生在连踢两场时长90分钟的球赛后,感觉到自己的右腿不能动了,迅速来到医院就诊。叶医生检查后发现,这次徐先生是因为长时间的剧烈运动,导致外侧半月板缝合处再次裂开,只能切除部分半月板治疗。或许今后徐先生要和足球说再见了。

“每周都能接诊到二三十个膝盖疼的患者,都是跟半月板有关。”叶医生说,半月板损伤不外乎先天畸形、慢性退变、急性损伤这三种。急停急

转、撞击的动作、长时间的蹲姿跪姿都可能对半月板造成伤害。若出现半月板损伤的情况,患者一般会感觉到疼痛、肿胀、弹响等。

半月板损伤,最不容小觑的地方在于它几乎没有自愈能力。半月板仅有三分之一部分有血液供应,如这部分发生损伤,尚有机会通过缝合愈合。一旦出现无法愈合的撕裂,则需要切除,避免对软骨造成更严重的伤害。

叶医生建议,每个人的身体情况各有不同,建议运动健身也要适度,最好在专业医生的建议下选择适合自己的运动,尽量少参加高危、剧烈运动。此外,运动前要做好热身准备,待关节反应灵活之后再开始运动;为避免膝部外伤,运动时可佩戴护膝。

记者 孙美星 见习记者 任诗好 通讯员 朱依琼

拍卖公告栏 刊登热线: 87682558 13884469746 另外承接《宁波晚报》《东南商报》政府类、企业类、招聘等公告,欢迎垂询! 宁波市产权拍卖有限公司 福明家园三期车库拍卖公告 受委托,本公司将于中拍平台上(https://paimai.caa123.org.cn)举行拍卖会,现将有关事项公告如下: 一、拍卖标的: 1.位于宁波市鄞州区沧海路635弄(福明家园三期)的91个车库。建筑面积20.4-27.56㎡,起拍价130200-172400元/个;保证金:2万元/个。 注:车库具体面积、起拍价等详见拍卖清单,拍卖清单向本公司索取或关注微信公众号“宁波市产权拍卖有限公司”查询。 特别提示: 1.仅限鄞州区福明家园三期(住宅地址为鄞州区沧海路635弄)的业主凭房产证报名竞买,一本房产证仅限竞得一个车库(房屋所有权人为2人或2人以上的,则应在报名前,确定多人共同竞买或一人竞买,其他所有权人放弃竞买的,应在报名时提交书面承诺书); 2.过户税费按国家有关规定由买卖双方各自承担。 二、拍卖日期: 2021年4月20日9时起(标的1-44号); 2021年4月21日9时起(标的45-91号) 三、标的咨询、看样: 即日起至2021年4月16日止可自行前往实地看样或提前与本公司联系看样及咨询相关事项和查阅相关文件,看样咨询电话:13736166216。 四、保证金缴纳及竞买登记: 1.竞买人须于2021年4月19日16时前将拍卖保证金缴入拍卖人指定账户(户名:宁波市产权拍卖有限公司,账号:12010122000870493,开户行:宁波银行总行营业部,竞买保证金付款人与竞买人须为同一人,不接受其他任何形式的代付、垫资,备注栏注明姓名); 2.竞买人须将福明家园三期房产证原件、竞买人身份证正反面、银行缴款凭证及联系电话拍照发邮件至chanquanpm@163.com,并由本人按规定在中拍平台上注册,完成实名认证后同时办理标的的网络报名手续。 3.上述手续必须于2021年4月19日16时前完成,若因竞买报名资料不完善或不符合要求,拍卖人有权不予通过资格审核,拍卖保证金(不计息)退回。 五、拍卖方式: 有保留价的网络增价拍卖 六、咨询电话: 0574-87319000 87391391 公司地址: 宁波市江北区江安路钻石商业广场18号8-4室 宁波公共资源交易网鄞州区分网(http://yinzhou.bidding.gov.cn/) 宁波市产权拍卖有限公司(http://www.nbcqpm.com/) 未尽事宜详见拍卖会专场资料。