

“像量血压一样检查肺功能”

他借“身份”之便为村民提供更多的增值服务



郦奇锋是慈溪市人民医院医疗健康集团白沙路分院的一名家庭医生，采访中却多次提到自己的另一个身份——一名门诊医生。借“身份”之便，他让辖区的村民意识到了气喘是病，让村民在家门口看上了风湿免疫科的“云门诊”。每年体检季，他还像模像样“兼职”当起了“纠错的老师”。

让村民找家庭医生取体检报告

“以前体检报告下发到村里，再由村民自取，常常有村民过了几年拿过来还是崭新的。”几年前，郦奇锋就关注到了这个问题。要让健康隐患早发现、早治疗，把村民人人拉进体检室只是第一步，确保人人都能翻开并且看懂体检报告是第二步，最后还得让发现问题的村民走进诊室才行。

于是，郦奇锋团队把体检报告的发放方式由村民自取改成了由家庭医生一对一送上门，但难免碰上村民不在家的时候，便又把发放集中到了文化礼堂等固定地点，定好时间，摆好摊位，村民们像在学校里找老师纠正错题一样一个个取报告。虽然家庭医生花的力气多了，但村民们对报告了解得更透了。

今年65岁的刘壮（化名），四年前就是这样从郦奇锋手上领回自己的体检报告，当时上面赫然写着“房颤”二字。刘壮一脸懵圈：“房颤？怎么会房颤？我都没

什么感觉，就偶尔有点不舒服。什么是房颤？不严重吧？”

郦奇锋细心地翻看了刘壮历年的体检报告，发现“房颤”二字其实已经连续出现多年。刘壮却说，每年拿到报告就放进抽屉，自己从未好好看过。郦奇锋无奈又耐心地告诉他：即使症状不明显，房颤也不容小觑，如果突发危险，后果可以很严重。好在刘壮算是一个“听话”的病人，听郦奇锋这么一说，很快便预约了心电图进一步检查。

“最难打动的就是觉得自己没症状、没病的病人。”郦奇锋说，因此，他因人制宜，“发明”了一种特别的宣教方式——在征得本人同意的基础上，把几个病人拉到一起，让其中一拨病人用自己或身边的“反面教材”去说服另一拨病人。

如此这般，不少村民终于知道自己到底要怎么饮食、怎么调整药量、怎么找对医院和医生就诊了。

让村民认识慢阻肺、了解慢阻肺

气喘、咳嗽、吸烟多，村民认为这不是什么值得大惊小怪的事，今年70多岁的孙啸（化名）也是这么想的，但他真的感觉很难受。

年轻时，孙啸是个泥瓦工，那时起就养成了烟不离手的坏习惯。后来，他改行从事丧葬行业，吹吹打打时吸进蜡烛、纸钱烧出的灰，加上通宵熬夜时抽烟提神，他被气喘的毛病缠上已有多年，打针吃药都不见好转。最严重时，别说走路，就连穿衣服都让他喘得不行，日常生活变得举步维艰。

郦奇锋也是一名门诊医生，这个身份，让他在几年前参与到了一个在基层推广慢阻肺筛查的项目中，于是他常常将这项便利推荐给自己的签约患者，尤其是那些长期吸烟、工作环境粉尘多、油烟大，生活中二手烟缭绕的高危患者，孙啸就是其中之一。

两年前的世界慢阻肺日，白沙路分院携手慈溪市人民医院呼

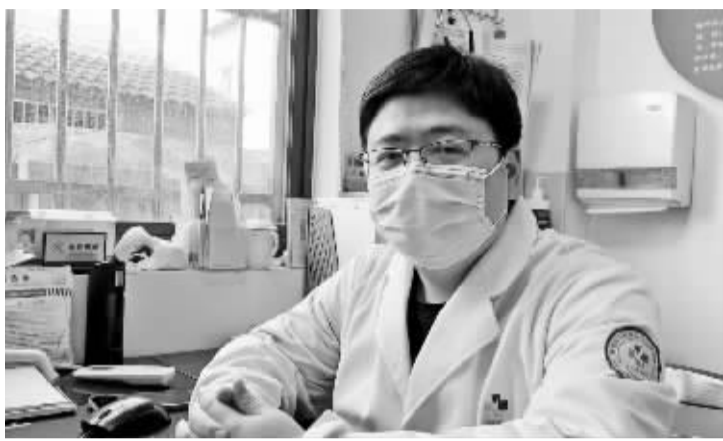
吸科开展了一场专家义诊，了解孙啸病情的郦奇锋特意叮嘱他一定要来。

“这又看不好的。”当天就诊时，在村里见多了气喘老人的孙啸老婆，在一边吹起了“冷风”。但已经被病魔折磨多年的孙啸倒很愿意一试，他听从专家的建议，开始戒烟、用药。

三四月后，他气喘的症状明显减轻，复查后郦奇锋再三叮嘱他，病情每复发一次就会伤肺一次，药不能停。半年后，虽然已经遭到损伤的肺功能无法逆转，但他气喘的症状几乎消失了。

“这下好了，我又可以去干活了！”孙啸开心地告诉郦奇锋，“如果不是你叫我来看看，我这毛病不知道还会拖多久。”

这几年，体检后督促就诊、门诊宣教、上门小讲课……让辖区村民认识慢阻肺、了解慢阻肺，“像量血压一样检查肺功能”，是郦奇锋的一个小目标。



郦奇锋

让村民在家门口看上“云门诊”

郦奇锋用自己的“身份”之便给村民们送去的“好处”，除了慢阻肺筛查，还有风湿免疫性疾病的远程诊疗。

50多岁的王阿姨（化名）患有类风湿性关节炎多年，手已经变形，腿脚也不方便，每次复查要去市区医院，很不方便；70多岁的陈阿姨（化名）患的是类风湿性多肌痛，虽然腿脚正常，但晕车严重，且不说每次到市区看病要花费一天时间，光是晕车就让她望而却步。

但现在情况不一样了，白沙路分院通过云医院平台开展起了高血压、糖尿病、老年病和风湿免疫性疾病的远程诊疗。市区医院的风湿免疫科专家，每周五都会如约在白沙路分院开启“云门诊”，虽然对于大部分初诊的风湿免疫性疾病患者来说，一对一门诊必不可少，但对于像王阿姨和陈阿姨这样病情稳定的患者来说，“云门诊”在很大程度上

解决了他们日常复查随访的麻烦。

而郦奇锋就负责着风湿免疫性疾病“云门诊”的开展，这个“身份”让他能更有针对性地把这个便利带给签约患者，也能更准确地把签约患者的需求，融入远程诊疗在分院的实施中。如今，白沙路分院不仅新增了风湿免疫性疾病的检测项目，还新备了四五种原先没有的风湿免疫性疾病常用药。王阿姨需要定期配的大部分药物，都可以在白沙路分院配齐，没有的药再开外配处方到药店购买，比以前方便多了；陈阿姨也可以直接在白沙路分院内完成风湿免疫性疾病的相关检查，再通过“云门诊”向医生汇报结果，调整药物。

郦奇锋说：“我希望尽量用好门诊医生的身份，把院里现有的资源都利用起来，争取给签约村民提供更多的增值服务。”

记者 徐露清 文/摄

如何睡个好觉？

明天上午10点

睡眠障碍专家周男华做客甬上名医大讲堂



3月21日，我们将迎来第十五届世界睡眠日，今年的主题是“优质睡眠，开心益智”。睡眠对我们的健康有着重要影响，如何拥有好睡眠成为广受关注的话题。3月18日（本周五）上午10点，甬上客户端将推出第二十三期“甬上名医大讲堂”，邀请宁波市中医院主任中医师周男华，聊聊有关睡眠的话题。

人为什么会失眠？失眠的原因有哪些？失眠了该如何调整？如何拥有好睡眠？节目中，专家将针对这些问题一一解答。

本次直播还设置了互动环节，如果您有关于睡眠障碍的问题，可以在直播当天进入“甬上名医大讲堂”直播间，留言或提问。

如果您对以上内容感兴趣，记得提前下载好甬上APP，在3月18日上午10点准时收看此次直播。

记者 任诗好

小古方，解决便秘大问题

便秘的人脸色、口气都不好，是粪便在肠道中产生的毒素反复被吸收到血液中所致。光吃不排谁能受得了，有的人好几天才排便，肚子胀得难受，心特烦。

这里告诉你一招，这个方子由植物的茎叶、果仁、芦荟、火麻仁、郁李仁、莱菔子、枸杞子、厚朴，再加上三参（西洋参、玄参、苦参）九种植物精制而成。便秘不能全靠通，要靠养，通补相结合，多种功效改善胃肠道功能，这样效果才好。本品名叫金舒通，具有改善胃肠道功能（润肠通便）的功能。不腹泻，不腹痛。新老客户可用

20个正品包装换取3盒，欢迎拨打热线：0574-82850016，指导食用。3月优惠：买10盒送6盒，买20盒送20盒，全大市免费送货。（不适宜人群：少年儿童，本产品不能代替药品）

地址：海曙鼓楼永寿街6号宁波晚报养生汇、鄞州东湖花园南门一源药房、北仑新大路432号新城药房、柴桥薪桥北路338号新城大药房、慈溪人民医院北门利民药房、奉化惠政西路广平大药房、镇海西门菜场门口永心药店、五乡农贸市场康旺大药房。卫企健字[2000]第0583号 卫企健广审(文)第2205110065号