

定期上门服务

卧床老人也能享受高质量医护



养老院开展爱心义诊,为老人提供问询服务。

早上六点起床,吃顿营养早餐,由护工检查基础健康指标,然后跟着社工做一套健康操,看看报纸,这是91岁老人石奇才在福龄颐养院的日常。对他来说,“有所医,有所养”是最重要的,这也是大部分住在养老机构老人的共识。

近日,来自宁波市第二医院肾内科、全科医学、泌尿外科、疼痛科、心内科等科室的专科医生走进福龄颐养院,开展爱心义诊,为急难病症老人优化治疗方案,提供更专业的康养服务。

“年纪大了难免有这病那病,像血管硬化、骨质疏松这类老年病我都有,护工可以提供基础护理、康复指导,但严重点的疾病,还是要找专科医生对症下药。”去年年中,石奇才腰椎间盘突出,去杭州动了手术,吃了不少苦头。后续恢复阶段,宁波市第二医院医生曾上门问询和指导。在医生专业指导、护工细心照料下,石奇才减少了病痛,身体逐渐恢复。

据介绍,自去年10月结对以来,宁波市第二医院定期上门服务,了解老人的寻医问药需求,大大提升了住院老人的就医便利性。

“卧床老人出门就医不方便,我们专科医生上门,面对面问诊,老人及其家属就不用特意跑医院了,类似尿管留置问题,我们当场给出意见或调整,老人很快能得到改善。”宁波市

第二医院泌尿科主任医师杨后猛介绍。

福龄颐养院配有医疗站,由医生、护士、护理员等专业团队进行24小时照护。现有自理型、介入型、护理型等护理人员138名,覆盖整个养老机构556位老人。其中,七成老人需要介入、护理型服务。

“与宁波市第二医院医护团队结对,对我们帮助提升很大,老人们反响也很好。”福龄颐养院院长唐灼秀介绍,颐养院设立专门的医护中心,但相比三甲医院,实力还有提升空间。

宁波市第二医院定期组织医生为住院长者问诊,解决老人的急难疑症,同时带来最新的治疗方案,提升护理院的专业能力。接下来,针对住院老人,还将逐步探索急诊绿色通道、医务科对接等进一步的优质医疗服务,避免家属在机构、家庭、医院来回奔波,真正做到医养融合。

据统计,我市257家养老机构已实现医疗卫生服务全覆盖,其中,与医疗机构签约合作有217家,占比84.1%;内设医疗机构有40家,占比15.9%。接下来,宁波将继续加大“两张床”配置建设,实现养老机构护理型床位占比达65%以上,推进养老机构认知障碍照护专区床位建设,持续加强医养结合机构建设。

记者 林微微
通讯员 杨元凯 袁文静 文/摄

久咳久喘只治肺?

病根没找对,咳喘难治愈

久咳久喘,不少人认为是肺的问题。宁波市中医治未病中心主任刘宏飞提醒,咳嗽初起,重点治肺,但久咳久喘,那要考虑其他的治疗方法。

据介绍,从现代医学角度,呼吸道疾病着重是“肺”出了问题。但是从中医的角度,肺的问题,不单单在于自身,必要的时候要关注其他脏器的功能,如脾、肾等,当然,中医讲的五脏的功能和现代医学讲的脏器功能并不完全一样。

75岁的张大伯患有慢性阻塞性肺病,反复咳嗽气喘十多年,每逢冬季或天气变冷时咳喘就会发作,发作时咳嗽气喘,痰多色白,日夜不休,活动后则加重。这些年,张大伯被折磨得吃不好睡不香,不知道看了多少医生,吃了数不清的治疗肺病的药物,但总是效果不佳。

两年前,在宁海县中医医院下沉帮扶的刘宏飞在门诊接诊了张大伯,诊查除了明显的咳喘症状,咳痰较多,伴有咸味,手足不温,其舌质淡苔白腻。经过辨证,刘宏飞给老伯开出了健脾补肾一类的处方,而不是平常化痰平喘的处方。

一般来说,咳喘痰多时不能用滋腻补益类的

药物,以免造成肺气不利痰湿凝聚,但是张老伯服用该药物后,效果却非常好。刘宏飞解释,这主要是因为肺气源于脾而根于肾,患者病久殃及脾肾,一方面气(阳)虚卫外不足,遇冷则发,另一方面肾不纳气,动则气喘,所以对于很多哮喘或者慢性阻塞性肺病的病人,在缓解期都要补益脾肾,预防发作。

中医认为,呼吸系统疾病同肺、脾、肾三个脏器关系密切,早期的呼吸系统疾病与肺有关,随着病情发展,逐渐影响到脾、肾,所以治疗慢性呼吸系统疾病要讲健脾补肾与祛邪扶正相结合,因此,从整体入手,治未病其中“愈后防复”(疾病治愈后或者在缓解期要采取措施预防复发)在疾病的康复中有着非常重要的作用。

有鉴于此,宁波市中医治未病中心提出,除了重点关注呼吸道问题外,心、肾、脾胃和情绪等方面的问题也应注意,因为它们都容易和肺系疾病一同形成复杂病机,应结合“天人合一”的理论,在调补肺脏的基础上兼顾体质和他脏。

记者 程鑫

如何安然度过流感季?
这些食疗方法真的有用

近期,呼吸道疾病高发,多病源监测结果显示主要是由流感病毒、肺炎支原体、呼吸道合胞病毒腺病毒、新冠病毒等一种或多种病原体叠加感染引起。不少患者特别是儿童出现了反复不愈的情况,常见症状包括鼻塞、流涕、咳嗽、发热、头痛、腹泻、肌肉酸痛等。

镇海区中医医院(龙赛医疗集团总院)主治中医师王欢以药食同源理论为依据,在合理膳食的基础上,根据食物属性和患者在感染期、康复期的常见临床症状,针对性地给出老少皆宜的食养建议。

感染期

一、姜枣苏叶饮

配方:紫苏叶10克,生姜15克-20克,红枣(去核)3枚-4枚,红糖适量。

制法:上述原料放入锅中,放入适量清水,煎煮约15分钟即可。

服用方法:趁热代茶饮。

功能:发汗,解表,散寒。

适用人群:肌肉酸痛伴有怕风、怕冷者。

二、豆豉白汤

配方:淡豆豉10克,葱白15克,白萝卜100克。

制法:上述原料放入锅中,放入适量清水,煎煮约15分钟即可。

服用方法:代茶饮。

功能:解表,发汗,散寒。

适用人群:鼻塞流涕,头痛,肌肉酸痛者。

三、滋阴防感饮

配方:北沙参10克,麦冬10克,百合6克,枸杞子6克,乌梅6克,桔梗3克。

制法:上述原料放入锅中,放入适量清水,煎煮约15分钟即可。

服用方法:代茶饮。

功能:益气滋阴,润肺化痰,可有效预防病毒感染引起的呼吸道症状,改善干咳、咽痒症状。

康复期

一、葛粉羹

配方:葛根粉15克,菊花6克,淡豆豉12克,生姜9克,葱丝9克,精盐适量(3克-5克)。

制法:生姜、淡豆豉、菊花放入清水中小火煮20分钟,去渣取汁,大火烧沸,加入葛根粉调成芡汁,煮沸成熟,加盐调味,撒上葱丝即可。

服用方法:趁热服用。

功能:解肌生津,除烦。

适用人群:全身乏力、头痛、咽干口渴者。风寒、虚寒、脾胃不佳者忌食。

二、益气健脾粥

配方:山药20克,党参10克,绿豆20克,山楂10克,乌梅10克,莲子20克,白扁豆10克,粳米60克。

制法:将山药、党参、绿豆、山楂、乌梅、莲子洗净入砂锅,加适量冷水浸泡30分钟;粳米淘洗干净,放入砂锅内,加水适量,用大火烧沸,用小火熬煮至熟即成。

服用方法:代餐食。

功能:益气升阳、固表止汗。

适用人群:脾胃虚弱、易反复感冒、疲倦乏力者。

三、补气防感饮

配方:黄芪10克,白术10克,防风6克,太子参6克,生姜2片,红枣3粒。

制法:上述原料放入锅中,放入适量清水,煎煮约15分钟即可。

服用方法:代茶饮。

功能:益气祛风固表。

适用人群:体质虚弱、活动后汗多,平时易感冒,食欲不振,肌肉松软,体倦乏力的人群。

记者 陆麒雯 通讯员 孙妃 实习生 黄思奇