

零距离感受医疗升级

市人民医院开放日活动解锁智慧就医新体验



企业家代表参观医学检验科。

医务人员与参观企业家代表交流座谈。

医生为大家解释医疗美容。

本报讯(记者 戴余乐 文/图)为深化“优质服务提升年”工作内涵,创新医患沟通形式,10月23日,乐山市人民医院高新院区举办第三期“生命之美 健康相伴”医院开放日活动,邀请市工商联、乐山市民建企业家联谊会的经济界代表走进医院,沉浸式体验现代化诊疗服务。

当天14时,参观企业家代表一行先后前往一站式服务中心、智慧药房、医学检验科、医美中心等重点区域,近距离观摩先进医疗设备运行,深入了解医学美

容、放射影像、健康管理、中医中药等特色诊疗服务,实地感受院区环境、硬件设施与服务流程的全方位升级。

在医学检验科,自动化检测设备有序运转,医务人员围绕科室整体概况以及新业务、新技术进行讲解。代表们不时驻足询问,现场交流气氛热烈。企业家代表杨建平感慨:“我们现在的仪器设备非常先进,自动化检测效率非常高。”随后,代表们来到了医美中心,通过医生现场演示,了解光子嫩肤、激光祛斑等科普知识。一

路走、一路看,医院在环境布局、设备配置和智能化服务上的提升,给大家留下了深刻印象。

“高新院区在环境、设备以及各种布局上,有非常大的提升。特别是今天参观了检验科、药学部很先进,智能化程度非常高,让我们能够很安心地就诊。”企业家代表江丽在参观后对记者说,这样的开放活动让企业界代表对医院发展有了更直观的了解,也增强了就医信心。

活动当天,现场还设置了情景模拟、

产品体验、座谈交流等环节。各科室负责人向代表介绍科室概况、新技术新业务以及特色诊疗项目。代表们边走边问,结合参观体会交流想法,为医院服务提升建言献策。

据了解,本次开放日现场收集的真实意见建议将作为医院后续服务优化的重要参考,该院将以开放日为纽带,持续打磨人文服务,把参观反馈转化为改进动力,不断提升群众就医获得感与幸福感。

常见肿瘤基因检测『家门口』就能做

检测范围覆盖肺癌等六大瘤种

本报讯(记者 戴余乐)前不久,市民唐先生被确诊肿瘤,医生建议他做基因检测。起初,他以为要把病理切片寄到外地,来回折腾不说,等结果也熬人。后来得知乐山市人民医院高新院区病理科可开展实体瘤NGS高通量测序检测,他在主治医生处开具申请单,不到两周就拿到了检测报告。“不用来回跑,少受罪也少等待,心里踏实多了。”唐先生说。

这样的便利,来自市人民医院病理科新增开展的实体瘤NGS高通量测序基因检测项目。

“NGS高通量测序,说白了就是给肿瘤基因做一次‘全面体检’。”市人民医院病理科主任、主任医师龙卫国介绍,一次测序可以同步筛查几十至上百个肿瘤相关基因,一次性查出基因突变、基因融合、基因扩增等各类异常,还能覆盖传统检测查不到的罕见靶点。“一次取样、一份标本,就能给医生提供完整的肿瘤分子信息。”

目前,该项目覆盖肺癌、结直肠癌、胃癌、乳腺癌、肝癌、胃肠间质瘤六大常见肿瘤。针对不同癌种,病理科设置不同检测组合,检测靶点参考国家CSCO(中国临床肿瘤学会)和国际NCCN(美国国立综合癌症网络)指南推荐。以肺癌为例,检测组合覆盖了指南重点推荐靶点。相关临床数据显示,约72%的肺癌患者可检出具有明确用药指导意义的基因突变。

检测样本方面,手术石蜡切片、穿刺标本、恶性胸腹水均可送检。样本送达后,5个工作日完成检测,5至10个工作日内出具检测报告,由病理医师结合病情进行解读。拿到基因报告后,胸外科、胃肠外科、肿瘤科、乳腺外科、呼吸科、病理科等还可开展多学科会诊,为患者制定个体化治疗方案。

“单项基因PCR检测只能检测常见已知突变位点,对于未知和少见突变类型无法检测,而NGS检测一份标本就能完成全部检测,特别是少见靶点和未知的基因变异类型,从而能筛选出更多的肿瘤靶向治疗获益人群。”龙卫国提醒,NGS检测并非所有肿瘤患者都需要,也不是“越全越好”,应由主治医生根据癌种、分期、治疗计划和经济情况综合评估。

能力提升培训工作 夹江县开展基层卫生人才



培训现场。

市卫健委供图

本报讯(市卫健宣)为筑牢基层医疗卫生健康服务网底,补齐镇村医疗服务能力短板,近日,夹江县组织开展了基层卫生人才能力提升培训工作。

本次培训严格对照乐山市基层卫生人才能力提升项目统一部署,针对不同岗位学员设置差异化培养周期:乡镇卫生院骨干人员累计完成120天临床全科室轮转,乡村医生完成30天集中实训,轮转范围覆盖内科、急诊急救、针康、公卫等核心业务科室。

培训内容贴合基层实际服务需求,重点围绕基层常见病规范化诊疗、危急重症早期识别与安全转

诊、高血压糖尿病等慢性病全周期管理、基层实用中医适宜技术、突发公共卫生事件应急处置等刚需开展教学,同时融入合理用药规范、医疗质量安全核心制度、医德医风建设等相关内容,兼顾临床能力与综合服务素养提升。

下一步,夹江县将持续做好结业学员的返岗成效跟踪,通过定期下沉指导、线上远程答疑等方式巩固培训成果,逐步构建“县级带教-基层落地-长效提升”的基层人才培养闭环,持续建强县域基层卫生人才队伍。

健康

健康生活事业部总监:程和平
新闻热线:13981393110
邮箱:2008hepinggy@163.com

霜降过后 秋尽冬来 中医教你“稳当”入冬

■ 记者 戴余乐

10月23日是秋季最后一个节气——霜降,也代表着冬天的脚步更近了。眼看天气一天比一天凉,昼夜温差拉大,阳气往里收、阴气往外冒,正是秋冬交替的“分水岭”。这时候要是没养好,冬天就容易小病不断。

到底怎么吃、怎么睡、怎么动、怎么养?乐山市市中区人民医院中医科医生曾思铭围绕这些问题为大家支招。

霜降进补不是“大吃大喝” 吃对了才能润燥又暖身

一到降温,不少人就开始琢磨着“贴秋膘”,把火锅、羊肉汤都安排上。对此,曾思铭提醒,霜降时节饮食讲究“省辛增酸、平补润燥”,可不是敞开了吃。

“秋燥还没走,寒气又来了,这时候最忌讳辛辣发散。”曾思铭解释,按照《黄帝内经》,肺主秋天,肺气需要收敛,太辣的东西会把肺气散出去,反而伤身体。辣椒、花椒这类重口的,要适当收一收。平时可以吃点酸的,比如石榴、山楂、乌梅,帮助收敛肺气。山药、莲藕、白萝卜这些白色食物,健脾又润燥。想补一补的话,牛羊肉可以安排,但要清炖、慢炖,别放太多辣料,温而不燥,补了身体还不上火。

养成“早睡早起”好习惯 防寒保暖也很重要

霜降过后,白天越来越短,夜晚越来越长。曾思铭表示,这个时节起居调养的关键词是“早睡早起”,尽量23时前上床,中午再眯一会儿,每天保证七八个小时睡眠,才能把阳气好好收住。

除了睡好,身上有三个“软肋”最怕冻:脖子、肚子和脚脖子。“寒邪最喜欢从这几个地方钻进来。”曾思铭建议,市民出门可以带一条围巾,睡觉一定要盖好肚子,鞋袜把脚踝裹严实。“守住这三处阳气门户,比多穿一件厚外套还管用。”曾思铭说。

入秋后容易“悲秋” 多晒太阳多唠嗑

草木一凋零,人容易跟着“蔫儿”,这就是老百姓常说的“悲秋”。

“这个时节要‘使志安宁’,就是把心神收住、安定下来。”曾医生建议,天晴的时候多出去晒晒太阳,适当进行运动,如散步、慢跑、八段锦、太极拳等。当心情郁结时,可以找家人、朋友聊聊天,别一个人闷在心里。心情顺了,气口才顺,身体自然也就舒服了。

但需要注意的是,有高血压、心脏病的市民,早上雾大、空气凉,别急着出门锻炼,等太阳出来、雾气散了再活动更稳妥。



疾病预防与控制

乐山市疾病预防控制中心 协办 广告

快乐献血 自在嘉州

献血咨询电话: 0833-5188116
团体预约电话: 0833-2503103

乐山市公民无偿献血领导小组办公室 乐山市中心血站 广告



乐山市卫生健康委员会 乐山市健康教育协会

广告

乐山日报·健康周刊

技术支持单位

 乐山市人民医院 仁爱济世 精诚行医 急救处:2119310 急救:2119328	 乐山市中医医院 倾心为病人 德技术双馨 院办:2441183 急救:2446120
 乐山市妇幼保健院 仁心仁术 呵护生命 院办:6268111	 乐山市精神卫生中心 仁爱至善 笃诚求精 心理健康咨询:5868866
 乐山老年病专科医院 敬老·精医·创新·卓越 急救:2150330	 乐山市市中区人民医院 厚德诚信 精医创新 急救:2121999
 乐山市市中区肿瘤医院 敬慎 精诚 守正 弥新 急救:2600241	 乐山友谊医院 仁爱·精诚·责任 健康热线:2555120