

医技科室 绽放光彩

莱芜市人民医院超声科

本报记者 徐莹 通讯员 张国华

7月12日,记者来到莱芜市人民医院超声科,七八位病人正在外面等待。与走廊上的安静形成鲜明对比,检查室里医生都在紧张地工作。此时,超声科主任巩新玲正指着机器上的影像与其他医生谈论病情。“请120号到3号彩超室做检查……”叫号系统里传出叫号的声音,忙碌的工作在有序地进行中。



优质服务让设备不再冰冷

超声科的医生每天都在跟机器和病人打交道,虽然每个病人的检查时间只有短短的几分钟,但是医生们用优质的服务架起机器和病人之间的桥梁,让设备不再冰冷。

超声科的医生全年无休,24小时值班,夜班医生接诊30多个病人是常有的事情。超声科的医生们提起“周末”、“休假”都会开玩笑说离他们太远了。因为每天病人都排得满满的,他们每天都在全力以赴地检查,很多医生许久都没有机会陪孩子在假期出去玩。巩新玲介绍:“我们需要的是与病人的相互理解。每天不同科室的病人都来这

检查,一天接诊约二百六十位病人。人多等待时间长,很多病人就失去耐心。因为我们检查室针对不同病情,有时是做介入手术,有时是产科检查,不会像银行那样完全按照顺序来。有些病人就误认为有熟人加塞。”面对这样的情况,医生们都会亲自跟病人解释,争取得到理解。

每个检查室门上都贴着“为了保护病人隐私,请勿打扰”的宣传画,每张床前都有帘子,病人躺下后拉上,门外看不到里面的情况,很好地保护了病人的隐私。宽敞、舒适,这是前来就诊的病对超声科的评价。



医技科室 全能要求

2013年4月,超声科被评为莱芜市人民医院重点学科,是其

中的唯一医技科室。先后为科室购买多台世界一流设备,包括美



▲彩色多普勒超声诊断仪

国GEVIVID7、GELOGIQE-9、GELOGIQV730、西门子AcusonSequoia-512、飞利浦SONOS-5500、日立EUB-6500Hv、迈瑞DC-7彩色多普勒超声诊断系统,设备总价值超千万元。引进机器是第一步,这些机器的说明书、操作规程全是英文,超声科要求每位医生必须熟练掌握,及时、正确地检查出病情。医生们对一本厚厚的《诊疗常规和操作技术》早已烂熟于心,“只有把设备真正拿来为病人服务,我们的工作才算完成。”巩新玲说。

记者在巩新玲的桌子上看到《妇科学》、《内科学》等几本书,巩新玲说:“虽然我们的专业是超声医学,但是病人的病情决定了我们不能只了解自己本专业。超声科是一个需要跟每个临床学科打交道的科室。”为此,超

声科对每位医生都有严格的要求,必须熟练掌握常见病、多发病的病症,“在这方面每个医生都不能出错,这是基本要求。同时,我们还在加强对各种疑难病症的学习,为及时诊断做好准备。”巩新玲介绍。每个星期都会进行一周诊断总结,把这周出现的疑难病症拿出来继续讨论,让每位医生都能扎实掌握诊断知识。为了提高诊断的准确率,每周都会联系病理科拿到病人的病理结果,与先前的超声诊断进行对比,检查符合率。

超声科建立了完善的内部审查和监管机制。质检小组将每天的检查结果清清楚楚地记录在册。“XXX检查结果描述不准确”、“XXX检查定位不准”、“XXX检查结果有错别字”……不少年轻医生正是通过吸取《质检记录》中的错误教训,学习先进

的经验,在短时间内快速成长。一位年轻的医生告诉记者:“这对我们的工作起到很大的督促作用,总结的时候发现有时候我犯了基础错误,十分不好意思,以后肯定就不会出现这样的情况。”



先进技术 为病人服务

使用先进的设备,掌握先进的技术,其目的就是为病人服务。在巩新玲看来,服务好首要表现就是保证医疗质量。现在的准妈妈都十分重视妇科产检。超声科的四维彩超抽象的二维医学影像可以提前发现胎儿的唇裂、先天性心脏病等症,大大降低了畸形儿的出生率。而心脏超声机器大大提高了心脏病的诊断水平。

超声科不断拓展工作领域,为更多的患者带去健康的福音。介入超声诊断与治疗是市医院超声科的特色品牌。超声科能开展肝囊肿、肾囊肿等各种囊肿、脓肿及胸腹水治疗等与肝脏超声造影,以及各种部位的穿刺活检。介入手术极大减少了病人的痛苦,同时减轻病人的经济负担。

冰冷食物、饮品易伤脾胃,要适度食用

夏季饮食注意“三多三少”

炎热的夏季到来,人们容易出汗。出汗会丢失水分、水溶性维生素及一些电解质。同时,高温还会使人体的消化液分泌减少,和其他季节相比,容易出现食欲下降。夏季,许多人都喜欢吃些清凉的食物来“消暑”,例如凉菜、西瓜、冰激凌、冰镇汽水、啤酒等,但这些冰冷食物、饮品易刺激脾胃,造成胃肠道伤害,要注意适度食用。夏季饮食中应注意“三多三少”。

1.多饮水喝汤,少冰冷刺激
每日应少量多次饮用白开水,

也可饮用绿茶水、绿豆汤或酸梅汤等饮料,消烦除渴。夏季多喝汤能调节口味,增强食欲。

有些人在天热的时候,喜欢来一大碗冰镇啤酒或冰镇饮料,且一饮而尽,这种“刺激性”降温的行为会伤脾胃,影响胃液分泌而使食欲减退,造成消化不良、厌食、腹部胀痛、腹泻等胃肠道疾病。

此外,冰冷食物虽可暂时缓解燥热,但口腔受冰冷刺激后,容易造成唾液腺及舌部味觉神经、牙周神经迅速降温,有时甚至出现麻痹状

态,会刺激咽喉,引起咽炎或牙痛等不良反应。

2.多食果蔬,少油腻食物

夏季蔬菜瓜果种类繁多,营养丰富。市面上常见的苦瓜、冬瓜、番茄、丝瓜、南瓜、黄瓜、西瓜等,有清凉祛暑的作用。

一些深色的果蔬,如胡萝卜、芒果、红黄番茄等,它们含有大量的胡萝卜素及植物化学物质,有助于增强免疫力,补充维生素、矿物质和膳食纤维。

吃油腻食物会加重胃肠的负

担,人们会感到腹胀,不思饮食、疲倦感加重。夏季饮食应以清淡平和为主。

3.多熟食,少生冷

夏季时节,人们往往喜欢吃瓜果、海鲜等食物。值得注意的是,夏季气温高,各种病菌和寄生虫容易繁殖,如果不注意饮食卫生,到“三无”摊点吃不卫生的食物,很可能会上疾病。

夏季还要保持健康的生活方式,包括充足睡眠和户外运动等。



这样烧烤不易致癌

夏季,烧烤是很多人的挚爱。但烧烤食物吃多了会增加患癌风险。据美国《医学日报》近日报道,遵照下列提示,能让烧烤吃起来更安全,减少致癌风险。

1.多选瘦肉。少选肥肉,多选鸡肉、鱼肉和瘦牛肉等。瘦肉在烧烤过程中较少滴油,产生的烟雾也较少。

2.烧烤蔬菜。蔬菜是一种较为安全的烧烤食材,因为它所含有的成分本身就不容易产生致癌物。而且蔬菜所需的烹饪时间较短,形成致癌物的几率也更低。

3.烧烤前彻底清洗烤架。这样也能减少烧烤过程中产生的烟雾等致癌物质。

4.在烤架上放一层锡箔纸。在锡箔纸上戳些小洞,这样肉中的脂肪仍然能滴落下去,而食物上沾的烟雾会减少。

5.先把食材蒸或煮一下。这样食物在火上烤的时间就会减少,能减少致癌物的产生。

五谷杂粮养五脏

在我国传统饮食中,很早就有“五谷杂粮养五脏”的说法,这五谷指的就是大米、小米、高粱、小麦和大豆。

◆小麦护心

小麦被称为是“五谷之贵”,有养心益肺、安神止汗的功效,甘麦大枣茶是治疗更年期综合征的传统方剂,用的就是甘草、小麦和大枣,可以养心安神,去除烦躁。建议大家尝试一下全小麦,把5勺全小麦放到保温瓶中,加入2/3的开水。经过一晚上,方便的全小麦粥就做好了,特别适合没时间做早餐的上班族。

◆高粱养肝

高粱是我国传统的主食,但因为单独吃口感不好,现在很多人都不吃了。但曹建春说,高粱有养肝益胃、收敛止泻的功效,对于经常喝酒及有慢性腹泻的人来说,经常吃点高粱非常合适,其中的单宁酸也益于心血管病的预防。

◆大米健脾

大米是我们每天碳水化合物的主要来源。大米味甘性平,具有

补中益气、健脾

养胃的作用。但它毕竟属于精细粮食,吃的时候最好配上一些粗粮;熬粥放点冰糖黑芝麻和核桃,不仅能补充矿物质,还对刺激性咳嗽有一定缓解作用。

◆小米护肺

小米性温,最能护胃护肺,对脾胃虚弱的人而言,可谓是进补的上品,特别适合慢性咳嗽患者食用,也利于老人和孩子。另

外,对产妇的康复及有慢性病的人康复都有一定的作用。小米粥本身对身体好,其上面析出来的那层小米油更是精华所在。

◆大豆补肾

肾主骨生髓,对维持运动和活力有一定作用。平时除了常喝豆浆、吃豆制品,还可以把煮好的黄豆泡点酱油,就着粥吃,这样就可以保存黄豆中大部分营养了。

