

守护心理健康，照亮精神家园

——专访聊城市第四人民医院党委副书记、院长江景华



聊城市第四人民医院地处冀鲁豫三省交界处，是鲁西北地区唯一一家以防治精神病为特色的三级甲等专科医院，承担着全市及周边地区人民群众的心理、精神卫生的预防、医疗、科研、康复、保健、公共卫生等任务。经过60余年的不断发展壮大，已由单一的精神病专科医院发展成为以精神科、心理科为龙头，以神经科、内科、中医科、老年康复科、急诊科、戒毒治疗、心理健康服务中心、行为艺术治疗中心等多学科并存的现代化综合医院，形成以精神科为主体，临床心理科、医养结合为两翼的“一体两翼”发展格局。



记者 王尚磊 通讯员 贾春红

率先倡导绿色检查

医院分别于2015年、2020年通过了三级甲等专科医院初审和复审。目前，医院“一院三区两中心”分别为总院区、西院区和莘县古城院区，以及农疗康复中心和医养中心，并设有莘县十八里铺和聊城监狱两所分院。建筑面积近8.6万平方米，现有职工1200余人，其中副高级以上职称185人，博士、硕士研究生66人，设有29个临床、医技科室，30个病区，开放床位2000余张。

医院秉承“厚德至善，博学求精”的院训，以“爱心、耐心、精心、信心”为服务理念，践行“尽责、诚信、包容、感恩”的医院价值观，注重“以德立院、人才强院、科技兴院”的方针，勇立潮头、开拓进取，

倾力打造精神、心理服务特色，率先倡导并实施绿色检查、绿色治疗、绿色康复等非药物治疗方法，致力于建设“冀鲁豫三省交界疑难精神病诊疗中心”为永恒目标，为全市人民群众提供了高效、便捷、优质的医疗服务。

倾力奉献书写医者仁心

医院先后组织团队走进政府、企事业单位，进社区、走基层，开展职工心理减压、心理援助、心理疏导、心理危机干预等心理健康服务2600余场，受益人群600多万人次，提升了医院公信力，增强了社会影响力。开展“关爱精神疾病患者、构建和谐家园行动”，全院干部职工踊跃捐款，有效解决了困难患者的生活费，减轻了患者的经济负担。

结合发展现状，医院构建灵活高效的运营模式，制定科学、合

理、务实的绩效改革方案，为医院发展注入新活力。坚持优质资源下沉，把精神病院建在乡镇上的模式进一步彰显和夯实。单体多院区的运营模式基本形成。加快西院区、古城院区科室设置，院区绿化等环境建设，在基层打造三甲医院亮点。加大医联体、专科联盟向各县市区辐射力度，继续推进与宁波市中医院、南阳市精神卫生中心等省外医联体建设。加快推进医养结合、心理健康服务国家级标准化试点建设，同时积极申报护理服务标准化建设试点。

汇聚爱心温暖精神家园

学科建设是医院推进高质量发展的重中之重，更是医院品牌、声誉、地位的基石，医院多学科协同发展，做实精神科，做强医养结合，做大心理健康服务。经过坚持

不懈的努力，精神科为省级临床重点专科；神经内科、康复医学、临床护理为市级重点学科。现有精神医学专业、药物依赖专业、精神康复专业、社区防治专业、儿童青少年专业、老年精神专业、临床心理专业、老年医学专业。根据患者需求，设置了普通成人精神科、儿童青少年精神科、老年精神科、抑郁症科、药物依赖科、心身医学科、睡眠医学科等临床科室，中医科、神经内科、内科、康复医学科等学科同精神科融合互补，形成“临床药师下临床、心理咨询进病房、社会工作者到床旁”的多学科融合氛围，进一步提升了对疑难危重病人的诊疗水平及临床医师的实战能力。全面优化学科专科架构，聚焦优势融合、精专突破、平台协同，以心理科、精神科为龙头，形成尖端学科、优势学科、特色学科、潜力学科相互带动、竞相发展的学科专科体系，建立以质

量安全、学科建设、科研创新、运行高效的学科综合评估体系和学科带头人综合评价体系。

在医院，住院患者都有一个温暖的名字：“休养员”。为充分照顾到他们的敏感情绪，他们和医护人员穿同样的衣服，一起下棋、唱歌、做操，对医生和护士产生“家人”的信赖感。医院积极借鉴国内外先进经验做法，努力探索非药物治疗，取得良好效果。创新“凡是有利于病人心身愉悦都是康复”的理念，开展传统健身、传统游戏、传统行为、中西结合心理服务、经典诵读、团体心理辅导、手工制作等非药物治疗，为“休养员”早日回归社会提供了保障。积极开展农疗，建设“三季有花，四季见绿，自种自吃，纯绿色无公害蔬菜、瓜果，垂钓采摘，怡养心身”的农疗特色精神康复基地。塑造“三有”休养员，开展“八段锦”“易筋经”“太极拳”养生保健操，独创诵读、农疗、行为、生物反馈等十余种绿色疗法，引入催眠、沙盘游戏、精神分析等多种前沿治疗模式；举办医患和谐康复运动会、文化艺术节等活动，让患者重回生活，回归认同，用心身愉悦促进心理康复，真正实现了患者的“有健康、有价值、有尊严”。



山东省立第三医院呼吸内科

硬核实力守护生命的“一呼一吸”

记者 王小蒙 通讯员 曹坤 刘学鸣

守护健康呼吸，需要硬核实力。厚积薄发的山东省立第三医院呼吸内科，在勇攀学科高峰中，积累了雄厚的实力，一项项前沿硬核技术的成功开展，挽救了患者的生命，也获得社会各界的广泛认可。日前，该科室获评“2022年度责任耀齐鲁·责任科室”荣誉。

一探究“镜” 打通生命线

53岁的袁先生是呼吸内科“硬核”技术的受益者之一。他曾患有食管癌，后来又出现了呛咳、发热等症状，在当地医院抗感染治疗1个多月，病情仍未见明显缓解。山东省立三院呼吸内科主任解现金接诊后，为其进行了支气管镜检查，在左主支气管近隆突处发现有一个洞，时不时从洞内涌出黄色的液体流入支气管内，医学上称为“胃-气管瘘”。

一镜到底，精准查出了引发患者呛咳、发热的“罪魁祸首”。多次病例讨论之后，决定为患者实施Y型气管覆膜支架植入术。

相比于直筒型支架，Y型气管

覆膜支架因结构复杂，前端置入器直径宽达8毫米，置入手术操作难度较大。另一方面，直筒型支架释放后，即使置入有误差，也可通过上下移动来调整位置，而Y型气管覆膜支架因其特殊构造，一旦释放很难进行调节，若置入失败，将会给患者带来更大的创伤，这就要求医生在操作时精准快速，一次到位。

“虽然操作过程时间不长，但术中的每一步都令人惊心动魄，稍有不慎，就会危及生命。”解现金团队经过充分的术前讨论，最终制定了详细的手术方案和多套应急预案。术中密切配合，克服重重困难，凭借娴熟的气管镜操作技术，一气呵成，在全麻下将Y型气管覆膜支架成功置入。

近年来，随着医疗器械的发展与应用，极大地推动了医学的进步。各种类型气管支架的应用便是如此，不仅对各类气道狭窄及气道瘘患者的治疗带来了良好的效果，迅速解决咳嗽、呼吸困难等症状，也很好地改善了患者的生活质量。日前，呼吸内科还成功开展超声支气管镜下活检取样术(EBUS-TBNA)，有效解决了传统技术方法难以完成的气管、支气管外肺内病变和纵膈病变活检的诊断难题，快速精准地获取患者组织标本，极

大提高了肺部病变性质的诊断准确率，为下一步精准对症治疗赢得了宝贵时间。

勇攀学科高峰 精进技艺不止

近年来，呼吸内科从一个病区到两个病区，从26张病床增加至71张病床，无论是在镜下取活检和刷检，Y型支架EBUS等四级手术，还是外周超声支气管镜，气道肿瘤消融等，基本上达到省内最高水平。

“我们还建设了包括呼吸慢病、呼吸重症、肺癌和呼吸介入在内的三个亚专业，培养了亚专业学科带头人，通过呼吸病学与危重症医学专科(PCCM)单修培训的方式，提高呼吸重症、呼吸介入和肺功能等基础能力；建设了呼吸治疗室，配备了肺功能治疗仪，让呼吸慢病管理变得更加全面规范。”解现金介绍。

在医学创新发展的道路上，从来都不乏勇进者。谈及未来，解现金表示，将逐步在门诊实现慢病诊断、治疗和康复的全链条管理，并进一步筹划肺间质病和肺血管病两个亚专业，始终以守护健康为己任，锚定专业领域最前沿，为更多呼吸疾病患者铺就健康之路。

节后失眠全身乏力 专家开出中医处方

入睡困难可通过穴位按摩缓解



记者 张如意 实习生 柳天启

春节假期，一年不见的好友相邀聚会K歌，通宵看剧……不知不觉，不少市民过着昼夜颠倒的生活，导致“睡眠紊乱”找上了门。假期结束，白天犯困、全身乏力，到了晚上却失眠了……记者在山东省精神卫生中心了解到，失眠会影响第二天的情绪、状态和效率，长期失眠还会诱发多系统疾病，也是精神疾病或躯体疾病的先兆征象。

如何避免睡眠紊乱呢？医生给出了“睡眠宝典”。少熬夜，适当补觉。补觉尽量不要补过头，不要午后补觉；避免睡前剧烈运动；避免过度饮食，晚餐与入睡前间隔2小时左右；做好睡前准备，泡脚，洗把脸，调暗灯光，室内温度适当等；睡前避免看手机或发光

的阅读设备；如果30分钟后还是不能入睡，索性起床干些琐事，真正有困意了再睡；半夜醒来不要看时间，这会给你带来不安。

“睡不好是不是可以尝试吃点安眠药？”面对患者的疑问，省精神卫生中心的中医科给出答复。医生表示，有些浅度的失眠可以不用安眠药，可以尝试从中医的角度去治疗。

如穴位贴敷治疗，使药物成分从毛孔进入腠理，通过气的传导，纠正脏腑阴阳失衡，通郁闭之气，从而达到安神助眠的作用；中药熏洗治疗，借助药力和热力，通过皮肤、黏膜作用于肌体，促使腠理疏通，脉络调和，气流畅通，使用通络安神的中药于睡前30分钟熏洗足浴，可达到定志安眠的效果；穴位按摩，入睡困难时可按揉内关穴、神门穴、安眠穴、印堂穴、太阳穴以安神助眠。在睡姿选择上，中医养生学上建议睡觉的时候取右侧卧躺卧，两个脚要弯一点合拢。

医生建议，若“睡不好”已经影响到了生活质量，应尽快到正规医疗机构去就诊。