

## 健康聚福

穿过一道铁门,走进永安市第六医院精神科,宽敞整洁的环境映入眼帘。在医护人员的陪伴下,病人们有的在交谈,有的在聊天,还有的在进行心理疏导。

“这里的医生护士对我们都很好,食堂伙食也不错。我昨天晚上不舒服,主治医生张医生立即过来看我,还给我开了药,现在好多了。”患者陈霞(化名)深有感触地说。

陈霞性格开朗,是位白净的姑娘。她患有双相情感障碍,在这家医院反复住院已有10个年头。

精神科的治疗,远非简单的药物与谈话那么简单,往往是一项长期工程。

初冬时节,记者走进在永安创办53年的精神科,让患者的“心灵修复师”为我们揭开精神科神秘的面纱。



①新年病房布置  
②永安市第六医院心理治疗师郑云娜正在给患者进行心理治疗。  
③医院心理治疗室的柜子里,整齐摆放着沙具。

## 专项护理、生活护理 一个不能少

“我当时从学校毕业后,就来到现在的医院,一直干到退休,这么多年来,医院的变化非常大。”永安市第六医院退休干部黄珠英回忆道。

20世纪80年代,黄珠英从龙溪地区卫生学校(现漳州职业技术学院)毕业后,成为福建纺织化纤集团有限公司职工医院(现永安市第六医院)的一名护士。直至退休,黄珠英的工龄达到43年。

福建纺织化纤集团有限公司职工医院始建于1971年。这家医院外科曾经成功实施过颅脑手术,在当地小有名气,吸引了周边乡镇的许多百姓前来就医。

“刚工作时,我们医院只有2幢红砖楼,设立了内科、外科、五官科、针灸科等科室,是一所综合性医院。”黄珠英说,当时,住院病人多达50余人。

据永安杂志记载:1989年,福建化纤厂职工医院占地面积7000平方米,建筑面积2098平方米,有病床100张,大型设备价值万元以上的有3台,总值8.3万元。

1994年,永安化纤厂职工医院开始创办精神科。创办之初,前来就诊的患者并不多。随着时间推移,这家医院精神科服务水平、服务能力得到群众的认可,前来就诊的患者数量与日俱增。2005年,这家医院剥离更名为永安市第六医院。2010年,被三明市卫生局指定为永安市精神专科医院。

因为选择的赛道不同,服务内容也不同。黄珠英说:“精神科病人除了医疗护理和精神心理专项护理外,还要肩负一项重要的生活护理,比如,帮助病人剪指甲、剪头发、剃胡须、换纸尿裤等,遇上病人不吃饭,还需要喂饭。”

“过年时,医务人员会给我们准备瓜子、糖果等小零食,让我们的生活更有仪式感。”陈霞说,“天气冷了,有的病友家属没有及时送衣服来,护士们担心病友感冒,会带上衣服给病友穿。”

付出真心才能赢得人心。近年来,医院在医疗质量、技术与服务等方面都取得了跨越式提升,很多附近县(区)的患者慕名而来。

“随着国家医保政策的实行,精神病患者们的报销比例达到80%左右,极大减轻了他们的经济负担,让他们敢于及时来医院看病。”永安市第六医院书记邱德川介绍,目前,医院每天的住院人数达到280人,现有的病床常处于满员状态。

如今,永安市第六医院院区占地

面积13987平方米,建筑面积10302平方米。在医院院区,一幢新的附属楼正在有序建设中。

## 筑心灵港湾 护青春之花

走进心理治疗室,只见柜子里整齐摆放着沙具,有人物类、动物类、植物类、建筑类等模型,办公桌上摆放着一个沙盘。永安市第六医院心理治疗师郑云娜,正在接听一名患者打来的咨询电话。

“在接听心理健康援助热线的工作中,我们多次接到青少年大量吞药后,打来的求助电话。”郑云娜说,遇到这种情况,我们会先安抚求助者的情绪,了解他们所处的地点,判断其清醒程度,并教他们大量喝水和催吐。

小小热线暖人心。通过心理热线能为处于心理危机状态的群众提供心理支持,提供抑郁、焦虑、失眠等心理相关知识及解决问题的途径,帮助来电者缓解心理压力。今年以来,医院共接听心理援助热线56通,提供心理疏导服务36次,通过心理干预拯救了不少有自杀念头的青少年。

在一间诊室内,读初中的吴宇豪(化名)神情紧张地坐在椅子上。不一会儿,戴着口罩、帽子的他向医生倾诉了自身的痛苦经历。他声泪俱下,一边哭一边

说,父母要求他考试要考高分,可是自己上课时,根本听不进去,想过自杀。在医生的开导下,吴宇豪停止了哭泣。

“在我们医院就诊的一些患上抑郁症的青少年,不少孩子早早就向家长提出,要去医院看心理问题,但是家长不理解,总认为是孩子矫情。”永安市第六医院院长柯奇勇说,这部分家长对青少年抑郁症还缺乏正确认知,不理解孩子的痛苦,还责备孩子,让孩子备受打击和委屈,同时也耽误了早发现、早干预的时机。

近年来,医院组建了永安市心理危机干预应急队伍,配备心理治疗师8人,配备虚拟现实心理危机辅助干预系统、住宿帐篷、携行背囊等装备。同时,医院面向辖区居民开设心理健康援助热线,免费提供公益心理咨询服务。

今年以来,医院心理门诊接诊1853人(次),帮助个人认识和接纳自我,推动患者认知和行为发生积极转变。同时,医院组织心理健康干预队伍到永安市中小学、企业、福建水利电力职业技术学院、老年大学、心语星特殊教育培训中心,开展心理健康讲座、团体素质拓展活动44场,累计受益8300余人次。

“近年来,儿童青少年的心理问题日益突显。”柯奇勇介绍,“目前,医院心理门诊的场所有限,将来建起儿童青少年心理科病房,通过开展团体治疗,可以促进青少年心理健康。”

省立医院接受了手术治疗以及第一周期化疗。但在省里化疗1次要花2000多元,而县里医保报销后只要花600多元。我一共要进行12周期化疗,考虑到经济压力,就选择回到尤溪治疗。”殷女士说,目前,她已经进行了第9周期化疗,治疗效果都差不多,县里的医生还会和省立医院医生沟通情况,很放心。

“我得了食管癌,2个月前去福建省肿瘤医院治疗,每次化疗要花费1万多元,还得自费。在县总医院治疗,医保报销后每次化疗只要1000多元,大大减轻了我的经济负担,不仅不用颠簸劳累前往上级医院就诊,还能选择‘无陪护’服务,很便利。”殷女士说,59岁的患者纪先生得知尤溪设立了肿瘤防治中心后,也选择回到县里接受肿瘤化疗和免疫治疗。

今年前三季度,尤溪县总医院肿瘤防治中心已收治500多名病人,其中有120多名病人从县域外转回尤溪治疗。

整合院内资源,设立肿瘤防治中心,为肿瘤患者提供防筛治管康一体化服务,让患者不出县就能得到与上级医院一样的医疗服务。

“目前,县总医院肿瘤科能够开展各种恶性肿瘤术后辅助化疗、靶向治疗、免疫治疗及晚期肿瘤的姑息治疗,同时提供癌痛规范化治疗、化疗所致的恶心、呕吐等不适的规范化治疗以及肿瘤康复治疗,并对终末期患者开展临终关怀治疗。”吴传梯说,作为输出医院,省立医院以双向互动创新人才培养模式、信息互联互通同建平台,多举措助力尤溪县总医院提升医疗服务能力。借此契机,尤溪县总医院聚焦学科建设,

整合院内资源,设立肿瘤防治中心,为肿瘤患者提供防筛治管康一体化服务,让患者不出县就能得到与上级医院一样的医疗服务。

“目前,县总医院肿瘤科能够开展各种恶性肿瘤术后辅助化疗、靶向治疗、免疫治疗及晚期肿瘤的姑息治疗,同时提供癌痛规范化治疗、化疗所致的恶心、呕吐等不适的规范化治疗以及肿瘤康复治疗,并对终末期患者开展临终关怀治疗。”吴传梯说,作为输出医院,省立医院以双向互动创新人才培养模式、信息互联互通同建平台,多举措助力尤溪县总医院提升医疗服务能力。借此契机,尤溪县总医院聚焦学科建设,

药物不良反应,为肿瘤患者开具口服抗肿瘤药物。恶性肿瘤患者还可以通过该门诊咨询,申请肿瘤特殊门诊所需的资料以及具体流程等。

自2023年4月起,福建省立医院就下派肿瘤内科专家到县总医院驻点帮扶,通过开展业务培训、提供诊疗服务,进一步提升县总医院肿瘤内科医生的诊疗水平。今年1月,县总医院与省立医院正式签订合作共建省级区域医疗中心协议。作为输出医院,省立医院以双向互动创新人才培养模式、信息互联互通同建平台,多举措助力尤溪县总医院提升医疗服务能力。借此契机,尤溪县总医院聚焦学科建设,

## 健康常谈

血糖自我监测是糖尿病患者血糖管理的重要内容,但是频繁的指尖采血让不少患者很苦恼,毕竟“十指连心”,就算创口再小,扎针的那一下还是让不少人难以狠下心来。近年来,血糖手表在各大电商平台上热卖,并号称戴上就能实现“无创测血糖”。(11月24日《扬子晚报》)

糖尿病所引发的并发症严重损害患者的身体健康,所以已经罹患糖尿病的人,要随时监测自己的血糖状况,避免病情恶化。而对于没有罹患糖尿病的人,同样也可以使用家用血糖仪,或者是去医疗机构采血检测血糖,随时了解自己的血糖情况。

然而不管是通过指尖采血,还是静脉采血,都属于有创采血,很多人出于怕疼、怕见血等心理,总有一种抵触情绪。而这种抵触情绪,可能会影响一些人监测自身血糖的频率,从而影响到自身血糖状况的了解,甚至导致病情的加重。在这种情况下,网络上出现的一种血糖手表,引起了很多人的注意。

目前各个电商平台上都有大量宣称能无创测血糖的智能手表,售价在几十元到几千元不等。“无创血糖流变技术”“进阶光电技术”“人工智能算法”“测得准”是商家描述手表测血糖功能时的高频词,但很少有商家具体解释采用的技术是什么。

然而,一些消费者购买了血糖手表以后,却发现它的实际功效和商家的宣传大相径庭。有网友发现自己患有糖尿病的父辈戴了血糖手表,于是拿过来自己戴上进行检测,结果本来低血糖的她,检测出来的血糖值,比自己父母还要高。更加荒唐的是,这名网友把血糖手表给买来做饭的茄子戴上,测出来的血糖,竟然仍旧比她罹患糖尿病的母亲还高。

这已经充分说明,这种血糖手表,完全就是一个噱头,根本无法准确地检测出血糖数值。而一些缺乏辨别能力的老年人,恰恰成为血糖手表的主要消费群体。在电商平台投诉上,有数百条关于无创血糖手表的投诉,相当一部分投诉都与老年消费者有关。消费者普遍反映,此类设备测出的数据通常与真实情况相去甚远,还有消费者因为血糖数值不准而耽误治疗。

更加严重的问题在于,很多人佩戴了这样检测结果完全不准确的血糖手表,一方面没有糖尿病的人,被血糖手表检测出来的数值误导,以为自己患了糖尿病,然后自己买药吃药,结果可想而知;另一方面,一些血糖手表上显示的数值偏低,让患者误以为自己的血糖一直控制得很好,但实际上病情一直在加重。有医生表示,曾会诊过一名糖尿病酮症酸中毒患者,这名患者因为轻信了无创测血糖设备上显示的稳定血糖数值,而没有采取有效措施控制血糖,导致血糖长期居高不下,病情最终恶化。

按照医疗界人士的说法,虽然无创测血糖也是一种选择,但至少按照目前的技术水平,这种方式的准确度,还远远比不上有创测血糖。尤其是网络上贩卖的血糖手表,本身就不是医疗器械,不能用于诊断和治疗,消费者更是要慎之又慎,千万不要迷信无创而给自己的身体健康带来隐患。

## 茄子也能测出血糖? 血糖手表,荒唐的「新科技」

●范广阔

## 健康现场

## 尤溪:开设肿瘤内科 让患者就医更便利

●尤溪记者站 肖丹 通讯员 陈道波

“吸气或手提重物时,我的右胸部就疼。年初体检时还被查出有肺结节,我不会得了肺癌吧?”11月21日,在尤溪县总医院肿瘤内科专科门诊,46岁的孙先生焦虑地询问。

“是一阵阵的疼痛吗?有没有咳嗽……”县总医院老年医学科肿瘤内科主任吴传梯边问边查看了孙先生此前就诊的病例以及胸部CT后,随即答复,“结节小,不用担心。我先给你开3天的药,半年后再来复查一次。”

11月6日,尤溪县总医院肿瘤内科专科门诊正式开诊,除了提供肿瘤疾病诊疗之外,还提供抗肿瘤药物咨询,帮助患者了解更多抗肿瘤

药物不良反应,为肿瘤患者开具口服抗肿瘤药物。恶性肿瘤患者还可以通过该门诊咨询,申请肿瘤特殊门诊所需的资料以及具体流程等。

自2023年4月起,福建省立医院就下派肿瘤内科专家到县总医院驻点帮扶,通过开展业务培训、提供诊疗服务,进一步提升县总医院肿瘤内科医生的诊疗水平。今年1月,县总医院与省立医院正式签订合作共建省级区域医疗中心协议。作为输出医院,省立医院以双向互动创新人才培养模式、信息互联互通同建平台,多举措助力尤溪县总医院提升医疗服务能力。借此契机,尤溪县总医院聚焦学科建设,

## 健康课堂

## 五豆补五脏

●吴昆

在繁忙的生活中,我们越来越注重健康和养生。其实,养生并不是一件很复杂的事情,一些简单的饮食选择也可以起到养生的效果,比如简单的五种豆子,对于五脏就有相应的功效。

**红豆补心。**红豆自古以来就是药食两用的佳品,中医认为红豆能清心除烦,舒缓心情。现代营养学也证实了红豆富含铁质,有助于补血养颜,提高免疫力。在煮食方面,我们可以将红豆与红枣、桂圆等搭配煮粥,或

者做成红豆沙馅料,既美味又营养。不过需要注意的是,红豆性平,过量食用可能会引起上火,因此适量食用是关键。

**黑豆强肾。**黑豆被誉为“肾之谷”,含有丰富的蛋白质、脂肪、维生素、微量元素等,具有补肾益精、缓解疲劳、增强体力的作用。黑豆的食用方法多样,可以煮食、煲汤、做成豆浆等。比如,黑豆芝麻糊是一道经典的养生美食,既能补肾又能养颜美容。然而,黑豆虽好,但消化不良的人

群应适量食用。

**黄豆健脾。**黄豆的营养价值极高,中医认为黄豆具有健脾益气、消暑解毒等功效。黄豆富含优质蛋白质、不饱和脂肪酸、维生素E等,对于身体很有好处。黄豆的食用方法也很多样化,可以煮食、炒食、做成豆腐等豆制品。比如,黄豆炖猪蹄是一道经典的滋补美食,既能健脾又能滋阴润燥。但需要注意的是,过量食用黄豆可能导致腹胀等消化不良症状。

**绿豆清肝。**绿豆具有清热解毒、清肝明目的作用,对于肝火旺盛、眼睛干涩等症状有很好的缓解作用。绿豆的食用方法以煮食为主,可以煮绿豆汤、绿豆粥等。需要注意的是,绿豆性寒,对于体质虚弱、脾胃虚寒的人来说,应适量或避免食用。

**白豆养肺。**白豆养肺的功效不言而喻。白豆含有丰富的优质蛋白质、膳食纤维等营养成分,对于润肺止咳有很好的作用。白豆的食用方法可以煮食、炖汤等。需要注意的是,白豆的嘌呤含量较高,痛风患者应适量或避免食用。

总之,“五豆补五脏”是一种简单而有效的养生方法。通过合理搭配五种豆目的,可以达到滋养五脏、增强体质的目的。

无偿献血 爱心传承

献血服务热线: 0598-8299328

三明市中心血站