

临高县人民医院搬迁新址，医疗环境的改善缓解了百姓看病难题——

送医看病家门口搞定

■ 本报记者 李佳飞
特约记者 吴孝俊

52岁的吴星(化名)居住于临高县加来镇。2014年6月,他被诊断出患有慢性肾衰竭尿毒症,需要每月去海口做血液透析6次。高额的治疗费用和频繁往返海口和临高两地,耗费了吴星及家属大量的时间和精力。

2014年,临高县人民医院整体搬迁到新址,该院新增的血液透析室为吴星解决了难题。他不用远赴海口,在临高县城就能看病治病。其家人粗略估算了一下,一年下来,光是往返海口和临高的交通费、生活费等就能省下近2万元。

“新医院不仅环境好、设备先进,而且医生护士的服务也贴心,在家门口看病,有许多便利。”吴星由衷地感慨。

新址落成 百姓乐了

走进临高县人民医院,开阔的停车场和绿化草地呈现眼前,新大楼拔地而起,身着白衣大褂的医生护士围着病人忙碌不停。

“老医院建于1951年,由于设施过



临高县人民医院新址外观 吴孝俊 摄

于简陋,难以满足群众不断增长的治疗需求。”临高县人民医院院长陈卫东表示,在临高县委、县政府的支持下,2010年开始,新医院正式动工建设,经历将近5年,耗资约2.2亿元终于建成。2014年11月13日,临高县人民医院整体搬迁新址。

新医院位于市政大道西侧,澜江新城的规划范围内,占地面积约130亩,设有门诊大楼、3栋住院楼、医技楼、专家楼、骨伤科康复中心等,拥有床位450张。

搬迁新址后,临高县人民医院又新增了颅脑外科、肿瘤外科、重症医学科(ICU)、血透室4个科室。“这四个增设的科室,方便了临高及其周边重症、急诊病人看病。由于送医距离近、时间短,处置及时,医院挽救了很多出血病人的生命。”陈卫东欣慰地说。

规范管理 技术强了

在很多病患及家属的眼中,45岁的临高县人民医院肿瘤外科主任陈春明

是生命健康的守护神,为了病人1%的康复希望,也要付出100%的努力。在临高县人民医院,像陈春明这样让百姓交口称赞的好医生还有很多。

陈卫东说,为整体提升医疗服务水平,临高县人民医院借搬迁新址的契机,与省人民医院结成了对口帮扶单位,在省三甲医院的大力支持下,县医院不断规范管理和加大了人才储备。

在省人民医院专家的指导下,一年多来,临高县人民医院开展了脑室钻孔外科引流术、微创颅内血肿吸碎术、经鼻蝶垂体肿瘤切除术、甲状腺癌颈淋巴结清扫术等高新大手术;重症医学科(ICU)开展了气管切开心、心衰竭、急性心梗等救治;血透室一年收治患者30例,累计做血液透析1743人次。

与此同时,医院还选派医护技术骨干到省内外三甲医院进修学习,并通过多种方式加强人才培养,一批年轻有为的专业技术人才快速成长,住院病人、手术病人明显增多。

看病方便 患者多了

和吴星一样,每月要做血液透析的

病人王秋妹(化名)已年过七旬,亲属为了陪她到海口就医曾费尽了心力。临高县人民医院新址建成投入使用后,王秋妹大女儿阿英终于如释重负。

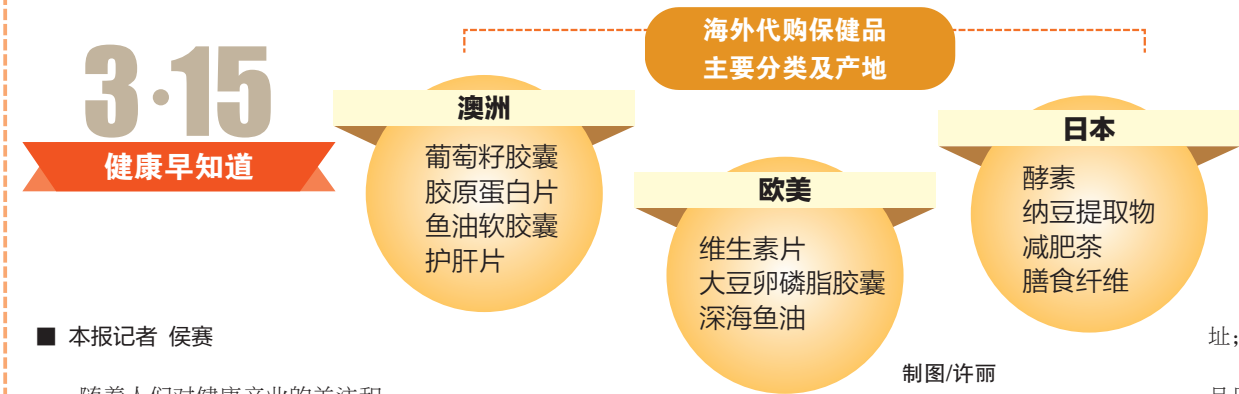
“现在,看病不用再跑海口了,医疗费、交通费和生活费都省下不少。”阿英说,母亲年纪大了,过去到海口看病都需要家人陪同看护,耗时间不说,吃住行花销也是一笔不小的开支。

重症病房的住院病人及其家属也感觉到明显变化。“一些重症、急症的病人,以前在临高无法收治,只能去海口、三亚等地就医。现在,很多病人在家门口就能住院治疗,大大缓解了百姓看病难的问题。”陈卫东表示。

统计数据 displays,以前重症急症患者 在临高经过简单治疗后,约有83%的病人会转诊外地,选择留在临高的不到17%。而现在,在省人民医院的大力支持和帮扶下,县医院的医疗服务能力有大幅提升,转诊病人比例不到17%。

2015年,临高县人民医院医疗业务总收入1.59亿元,比前一年同期增加3636万元,增长29.42%;住院手术病人3594例,同比增加835例,增长30.3%。

“朋友圈”海外代购保健品靠谱吗？



■ 本报记者 侯赛

随着人们对健康产业的关注和“海淘”产业的发展,越来越多的人将目光投向“洋保健品”。在某购物网站搜索“代购保健品”,相关结果高达7000多个,足见其火爆程度。

打开微信朋友圈,鱼油、维生素片、矿物质片、蛋白粉、牛初乳粉、营养配方粉乃至芹菜籽精华、蔓越莓精华……宣称具有各类功效的保健品应有尽有,其产地大多来自欧洲、美国、澳洲。许多保健品都标注海外直邮或朋友在海外定居,帮忙代购。一些青睐代购保健品的市民告诉记者,国外,尤其是欧美发达国家,在食品监管方面更严厉,感觉吃起来也会更放心一些。

洋保健品是否靠谱?省食品药品监督管理局稽查局办公室主任黄涛提醒,一些洋保健品有夸大功

效的嫌疑,还有一些洋保健品曾因涉假和有效成分含量不够而被曝光过。希望人们不要盲目迷信洋保健品。

业内人士提醒,消费者在选购的时候,须仔细阅读说明书,要认准外包装上的保健食品标志,正规保健食品都有对应的批准文号。若对购买的保健食品质量有所怀疑,可记下保健食品批准文号,在国家食品药品监督管理局网站的数据库中查询。

●●**看标志** 保健食品的标志为天蓝色专用标志,与批准文号上下排列或并列。批准文号为:卫食健字(4位年代号)第(4位顺序号)号,如:卫食健字(2001)第0005号,或者进口的为:卫食健进字(4位年

代号)第(4位顺序号)号,如:卫食健进字(2001)第0009号;2003年7月以后批准的,批准文号为:国食健字G+4位年代号+4位顺序号,如:国食健字G20040048,或者进口的为:国食健字J+4位年代号+4位顺序号,如:国食健字J20040002。只有认清批准文号才能保证您所购买的保健食品是经过有关部门审批的。

●●**看包装标识** 保健食品包装标识必须注明以下项目:1、保健食品名称;2、净含量及固形物含量;3、配料;4、功效成分;5、保健作用或保健功能;6、适宜人群、不适宜人群;7、食用方法;8、日期标示(生产日期及保质期);9、储藏方法;10、执行标准;11、保健食品生产企业名称及地

址;12、卫生许可证号。

●●**注意产品的禁忌** 保健食品只适宜特定人群调节机体功能时食用,因此要对症选购。要详细查看产品标签和说明书,看看自己是不是该产品的“特定人群”,或者是不是“不适宜人群”。老年人、体弱多病或患有慢性疾病的病人、儿童及青少年、孕妇要谨慎选择。

●●**别用价格来衡量保健品效果强弱** 因为产品剂量、添加物质和品牌不同,保健品价格也不一样。如果您不需要更多的添加内容(如加钙等),那么选择功能少些、价格低些的保健食品就可以了。另外,不要相信任何百分比,比如吸收率、沉积率、使用率、有效率、治愈率等。

●●**正确看待广告宣传** 人群中机体间的差异很大,不要相信广告里的绝对性用语,不要轻信张三、李四食用结果如何有效的证言。



近年曝光的洋保健品 虚假宣传

中新网去年报道,在全美各地数百家维生素商店销售的多种广受欢迎的减肥和健身补充剂中含有一种几乎等同于强力兴奋剂的化学物质,可能对服用者的健康造成危害。

去年2月,《纽约时报》及《华盛顿邮报》报道,纽约州总检察长办公室的调查报告指控GNC、Target、Walgreens和沃尔玛四大零售商欺骗性地出售具有潜在危害的植物维生素补充剂。

新西兰市场的鱼油保健品曾被曝质量有问题。有研究报告显示,在新西兰市面销售的绝大多数鱼油产品,所含脂肪酸成分Omega-3低于标记含量。另外,多数产品的氧化程度超过建议上限。

2012年,纽约检察长调查报告中发现20%的减肥及免疫系统膳食补充剂存在非法宣传疗效的现象。

选用保健食品 应因人而异

①明确选用的保健食品功能。人体有五脏六腑,选用保健食品应以补益五脏为主,主要应该根据各脏器的生活功能进行调补。比如进补肺部,要选补气和补阴两类保健食品为宜。补阴可选用以沙参、天冬等为原料的保健食品,而补肺气可选用人参、黄芪类保健食品。

②维生素C带有酸性,大量服用可能导致胃部不适,所以最好在饭后服用(其他维生素也如此)。维生素最好一日能分多次服用,特别是维生素C。钙片不能和铁补品或含铁的多维片同时服用,因为钙能干扰身体对铁的吸收。如果每天需补充的钙量超过500毫克,要分次服用才能被最有效地吸收。有肾结石病史的患者在服用钙片之前应征得医生同意。

③要根据性别、年龄及职业的不同,选择不同的进补方式。比如,一般女性主要调补血,可以选用阿胶、桂圆肉、首乌等;而男性则以补肾气为主,可选用海狗肾、灵芝、人参等;中年男性调补应重在健脾益肾,可选用燕窝、太子参、黄芪等;老年人重在补肾,可选用鹿茸、鳖甲等。

食用保健品 避开4大误区

■ 本报记者 侯赛

保健品不是药,没有药物的疗效,不限量食用也会对身体造成一定的危害。海南省中医院营养健康专家符光雄近日接受记者采访时纠正了很多人对保健品的错误认识。

误区一:将保健品当药吃

符光雄指出,很多人片面听信广告宣传,以为保健品对疾病有直接疗效,混淆了保健品和药品的功效,甚至去看病还抱着一堆保健品,这是如今对保健品理解的最大误区。

“保健品只能预防和调节机体的亚健康状态,如果不经医生指导就盲目服用,就会影响治疗甚至加重病情。”符光雄表示,如果将保健品以药品形式每天定量服用,一旦停用,往往会使服用者若有所失,造成心理的不适。

误区二:把保健品当饭吃

“另外一种极端就是把保健品当饭吃,这是对身体十分不利的,因为营养素只有强化或改善某一种功能的效果,而蔬菜、水果等食物除了主要营

养,还包含许多活性成分,这是所有保健品不可替代的。”符光雄指出,单纯使用保健品,不能保证营养均衡。

定量服用保健品,容易使人忽视从正常饮食中摄取营养及通过食补健体强身的重要性。从营养学角度来看,只要食物品种多样,就能使人体获得全面的营养。所以,仅以保健品来代替由身体各器官共同参与摄取营养的过程,从长远看对健康是不利的。

误区三:多吃保健品有益健康

有的人觉得年纪大了,应该补补身体了。亲朋好友送,自己也买,认为保健品吃得越多越好,结果造成过量服用。

专家提醒,人体对营养素的需求都有一个最高承受值,一旦过量,就会导致总体比例的失衡。所以服用保健品要适可而止,不可滥用。老年人要明确自身需要调补的脏腑和部位,人体有五脏六腑,一般调补宜以五脏为主,主要应根据各脏的生理功能进行调补。

误区四:不超量服用就没有危险



有的人可能有病没被发现,也有的人有一些不良习惯,随便服用保健品都会产生很大影响。例如,长期酗酒,可能对肝脏已造成影响,若再服用深海鱼油,就可能导致肝功能受损。

专家提醒,每个人的身体都有一个保持自我平衡的能力,不是所有的人都需要保健品。如果是一个健康的人,而且在正常的生活条件下,他可以保持健康,就不必要服用保健品。

面对名目繁多,让人眼花缭乱的保健食品,保健食品知识匮乏的普通消费者便不知如何选用,怎样食用,因而出现了许多误区。两种现象较为普遍:一种,一概排斥,任你企业说得天花乱坠,我自巍然不动,另一种,来者不拒,统统“消灭”。不能不说,这两种均有偏颇。



多年以来,医改都是全国两会的热门议题之一。在今年的全国两会上,代表委员们在接受媒体采访时,纷纷就进一步深化卫生体制改革、推动基层医院医务人员待遇改革、推动建立分级诊疗等多方面问题提出了宝贵建议。

关于医改

医生是医改的主力

全国政协委员黄洁夫认为,政府的确是医疗体制改革的主力,但医生是主力。没有主力的支持,医改难以为继。要打造一个公平、健康、有竞争的医疗环境,建立合理的医生薪酬体系,让医生自由流动,才能调动医生参与改革的积极性。

医药分家需补偿机制配套

全国政协委员史大卓表示,从医改角度看,医药分家主要是为了解决以药养医的问题,而尽管我国医药分开的进程相对较晚,但目前来看这个趋势是良好的,也符合医学发展规律。

但在医药分开后,医院和医护人员失去这部分差价,史大卓指出,医院要靠医院的整体收入去补充和发放医护人员人员的工资,因此取消以药养医后,还需要建立一个新的补偿机制来维持医院的正常运营。

分级诊疗有赖于打破医院“信息孤岛”

全国人大代表马化腾建议监管部门,积极支持并总结分级诊疗制度的创新与试点经验,通过切实有效的政策举措,积极鼓励包括互联网与科技公司在内的各种社会力量,参与到分级诊疗制度在各地的探索与完善中去。打破医院的“信息孤岛”,就要充分利用移动互联技术建立并完善个人电子健康档案制度,实现相关信息的可得性和互联互通。

关于医护

提高儿科医务人员待遇

全国人大代表胡梅英建议,提高儿科医务人员待遇,在职称评定、薪酬分配等方面给予倾斜,让临床医学专业生愿意选择和从事儿科专业,减少儿科医生的流失,稳定儿科医生队伍。同时,她还建议,有关部门应针对儿科的工作量、服务成本,尤其是人力成本明显高于其他成人科室的实际,合理提高儿科诊疗服务的收费标准,加快建立更为合理的儿科服务价格体系。(徐锦)

止界资讯

现代妇女儿童医院 举办趣味闯关赛 还推出妇科儿科专家免费坐诊

本报讯(记者马珂 通讯员 罗世容)3月5日和6日上午,两场趣味闯关比赛在海南现代妇女儿童医院(新院)举行。80名“新娘”和“孕爸”为爱狂奔,经过激烈角逐,“新娘”许小玲和“孕爸”张铭哲分别以最短的时间获得冠军,他们获得海南现代妇女儿童医院颁发的1万元分娩基金。

据了解,3月5日至9日,海南现代妇女儿童医院还推出一系列优惠活动,如海南省内著名的妇产科、儿科专家在该院提供免费坐诊咨询。

中国脊柱疼痛诊疗论坛 将举行

本报讯(记者王黎刚)国际骨科疼痛领域大型学术会议——2016中国脊柱疼痛诊疗论坛将于本月12日在海口召开。

会上,近500名国内外骨科疼痛科领域著名专家、学者将在海南进行思想交流。会议将进一步促进“疼痛临床诊疗和康复”产业技术创新发展,整合国内外的医疗和非医疗资源,推动疼痛诊疗指南、操作规范体系的建立。据介绍,本次会议的举行,对我省骨科疼痛科诊疗水平将起到提高促进作用,我省的骨科疼痛科诊疗水平将进入一个新的阶段。本次会议由中国疼痛康复产业技术创新战略联盟、中华中医药学会疼痛分会等单位主办,海南骨科医院承办。



给我关注 还你健康

健康周刊广告联系:18976640822
投稿邮箱:hnbjzkz@qq.com