



正在体验游戏疗法的患者

适度游戏有益 沉溺其中有害

本报记者 刘 昉 文/图

前段时间,一则“93岁的奶奶热衷打麻将预防老年痴呆症”的消息引起了很多人的关注。一时间,关于玩游戏可以帮助肢体康复、玩网络游戏可以预防老年痴呆的议论不绝于耳。这些方法到底能不能预防老年痴呆?让我们听一听医学专家怎么说。

玩“消消乐”能治疗运动障碍吗?

这事是真的!

4月10日上午,郑州市中医院汝河路院区康复科的作业治疗室内,一位老年患者坐在一台高分辨率的显示屏前,右手握住类似交互互动游戏的操作手柄,上下左右来回移动手柄,目光、操作都随着屏幕动画的指示,仿佛年轻人在游戏大厅进行交互互动游戏一般。

“这套设备叫上肢生物反馈康复器械,是通过机器人的智能牵引帮助患者的肢体伸展、用力,辅助局部力量提高。”患者身旁的郑州市中医院康复科治疗师贾晓星说,就像我们玩手机、玩游戏一样,“消消乐”“连连看”的确在临床上发挥着治病的作用。

据郑州市中医院康复科主任苟成钢介绍,除上肢运动的器械之外,这里的康复科还引进了四肢联动治疗设备,实现上下肢在运动之中的协调与配合。“手的力度和方向就像打游戏,比如捕捉天上的小鸟,通过操纵手柄来抓到它;比如通过滑行、骑行来躲避障碍等,远看就像是玩虚拟游戏一样。”

值得一提的是,这种仪器训练还是一种交互进行的上下肢的主被动训练,力量弱的时候是被动的,机器带着患者练习;肢体恢复活动能力后,患者和机器可以产生互动,通过作

用力与反作用力的互动原理,在游戏中达到康复的目的。训练中看似游戏的设计与日常动作息息相关,可以有效帮助脑神经损伤类患者、脑部外伤患者恢复肢体大、小关节的功能,也是现代化康复理念中合并情景训练的体现。“从我们引入这套设备几个月的临床治疗来看,这套设备几乎可以适用于所有类型的康复患者。”苟成钢说。

打麻将也能防老年痴呆症? 这个有依据。

阿尔茨海默病(俗称老年痴呆症),临床上以记忆障碍、失语、失能和行为改变等为主要特征,病因迄今未明。而心理专家则认为,少交际、孤独感强也是诱发阿尔茨海默病的诱因,打麻将的确可以预防疾病发生。

来自香港岭南大学公布的一项研究结果显示,研究者将100名阿尔茨海默病患者分成两组,第一组人每星期打4次麻将,每次打4圈,而另外一组每星期只打两次麻将。5个月后,研究者对患者的思考及记忆力进行了测试。他们发现,较长时间打麻将的那组患者,思考力、记忆力、反应速度,远胜于一周只打两次麻将的那组人。这也是全球医学界对于麻将与华人患阿尔茨海默病关系的首次研究。

对于这一研究结果,郑州市第八人民医院副院长胡雄认为,在打麻将的过程中老年人通过游戏认识到了更多有着共同经历的同龄人,结交朋友、适应环境的能力都在加强;而且迫于游戏规则,老年人要思考如何取胜,这是一种大脑思维强化,有助于提高老年人的判断力和推理能力。

“虽然有一定的防病功效,

但是不能沉溺其中。”胡雄提醒大家,患有冠心病、高血压病等疾病的老人不宜打麻将,老年人打麻将时间也不宜过长,以免诱发其他疾病。

游戏疗法是否成为常态?

临床探索仍在进行。虽然这种玩游戏能够治疗老年病的方法已被证实科学、有效,可是没有亲身体验过的患者和家属大多不太相信。“玩着就能治病,我们怎样评估疗效?”“指导患者玩游戏,医生是不是很轻松?”的质疑也不断涌现。

其实,将小游戏融入临床治疗也是国际认可的心身医学治疗理念的一部分,在省内多家医院的心理、康复等病区引用较多。依据心身医学的研究统计,在综合医院门诊中,约1/3的患者属于躯体形式障碍症,即因心理因素引起躯体不适,但这种疾病的辨识度却不到20%。通过互动游戏、团队游戏、情景再现等方式治疗这种障碍症,研究人员正在临床探索中寻找答案。

“有的患者在多个科室就诊依旧解决不了问题,5个月寻找医生就像在逛超市一样盲目,即浪费医疗资源,浪费时间。”胡雄说,受此困扰的人很多,可辨识度却不到20%。“我们希望通过探索让所有医生首先认识躯体形式障碍症,之后再为患者寻求可靠的治疗方式。”



“是你们让我现在还活着”

“翟主任,一个刎颈自杀的患者需要立即手术,请您速来医院”,日前,凌晨5时许,郑州市第一人民医院耳鼻喉科主任翟春杰接到了同事帅华的电话。

原来,该患者为63岁的男性,有精神病史,发病期间精神恍惚,总觉得有人在谋害他,担惊受怕,无处躲藏之余,拿起菜刀向自己的颈部砍去,血流满地。120急救车紧急将其送往郑州市第一人民医院治疗。当

时,由于患者失血较多,情绪激动,若不及时手术,生命危在旦夕。时间就是生命,翟春杰带领帅华等紧急投入抢救患者的“战斗”中。术中,医生见患者颈部有长约10厘米的不规则伤口,深达气管,同时气管前壁多发性裂伤,颈部右侧可见多发、不规则创口。术中,患者烦躁不安,完全不配合手术,翟春杰一边安抚患者;一边与家属沟通,行全麻手术。征得患者家属同意后,翟春杰立即为患者行喉部清创

术,对气管前壁提调并对位缝合,逐层缝合肌层、皮下组织及皮肤,并放置引流条;右侧颈部多发伤清创缝合,颈部加压包扎。通过近两个小时的手术,医生成功挽救了患者的生命。

术后,医生考虑患者患有精神疾病,无求生欲望,存在再次自杀的可能,为了保障患者术后安全,将其送入SICU(外科重症监护病房)进行24小时观察及心理疏导治疗。翟春杰每天带领护士长到SICU认真

查看喉部伤口愈合情况,并亲自为患者换药。“生命是自己的,您一定要好好珍惜,这样家人也放心”,每次,翟春杰都与患者沟通,鼓励患者重新鼓起生活的勇气。经过多天的疏导及治疗,患者的情绪稳定,喉部及颈部伤口完全恢复,生活完全可自理。

“是你们救我一命,是你们让我现在还活着!”出院之际,患者哭着向翟春杰以跪表示谢意。(韩鑫颖)

站台急救

本报记者 刘 岩 通讯员 屈 君 文/图

4月11日9时3分,北京西开往兰州的K629次列车缓缓到达灵宝车站,在站台等候的灵宝市第二人民医院急救人员抬着担架快步向车厢门走去,迎接一位术后无法活动的乘客。

灵宝市市民赵女士在北京打工,不幸遭遇车祸,骨盆、左胫腓骨、颈椎等全身多处骨折,在北京某医院做了手术。术后一个月尚未痊愈,她想返回家乡继续治疗,但因全身骨折处较多,不能活动,如何回

家让赵女士及其家人很为难。随后,她与灵宝市第二人民医院副院长常卫波取得联系,该院决定派救护车到火车站接她。

4月11日清晨,市二院急诊科的医护人员早早来到了火车站找到了车站客运值班员,进行沟通。车站为医院的救护车开辟了绿色通道,救护车开上了列车站台。

9时3分,K629次列车缓缓到站,医务人员迅速将担架抬上赵女士所在的软卧车厢,

小心翼翼地放到担架上抬下火车,9时8分抬至救护车上。所幸,没有耽误列车的行程。

9时23分,救护车顺利抵达医院,医务人员给赵女士做了相关身体检查。目前,赵女士正在外二科接受进一步治疗。

对于在回家过程中所得到的种种关心和帮助,赵女士及其家人说,真心地感谢市二院的医生护士们,并想对所有好心人真诚地道一声“谢谢”!



软卧车厢现场

一句话新闻

浙川县疾病预防控制中心为老年大学开展健康巡讲活动 记者16日从浙川县疾病预防控制中心获悉,该中心组织健康教育及结核病防治专家,以公共卫生和结核病的防治为主题在老年大学开展健康巡讲活动,旨在促进全县老年大学生精神健康和健康素养的提高,促进老年人健康生活。(方圆 邹强 刘昉)

巩义市开展“巩义名医、巩义名中医”评选活动 日前,巩义市卫生计生委在全市卫生计生系统开展了“巩义名医、巩义名中医”评选活动,经过评审,最终评选了10名“巩义名医”和10名“巩义名中医”,为全市卫生计生系统树立了新标杆。(张继艳 李文娟)

信阳市卫生计生行政审批工作会议召开 日前,信

阳市卫生计生委在浉河宾馆召开2017年全市卫生计生行政审批工作会议,要求加大对精神病院及综合医院精神科依法执业的检查力度,重点检查违反《医疗机构管理条例》使用非卫生技术人员及违反《处方管理办法》乱开处方的现象,确保服务规范、管理规范,用扎扎实实的工作推动卫生计生行政审批工作再上新台阶。(郭海平 李强 王明杰)



4月13日午餐前,开封市中心医院营养食堂的厨师们异常忙碌,特别是每一位厨师的案头都有一个营养膳食处方,要照方配餐。该院营养师针对不同慢性病患者每天开具不同的营养膳食处方由来已久,该院营养师的理念就是在治疗患者病痛的同时,帮助他们自觉养成合理膳食、均衡营养的生活方式和健康理念。

李季 何慧/摄

漯河医专二附院 开展第二十九个爱国卫生月宣传活动

本报讯(记者王明杰 通讯员刘宝霞 卢周)“广泛参与爱国卫生工作,全面提高群众文明卫生素质,有效防控慢性病及重点传染病,切实保护群众身体健康。”据漯河医学高等专科学校第二附属医院(漯河市骨科医院、漯河市第五人民医院)有关人员介绍,该院紧紧围绕上述主题,组织医疗志愿服务队来到郾城区黄河广场,开展第29个爱国卫生月集中宣传活动。

据介绍,今年是爱国卫生运动开展65周年。今年4月是第29个爱国卫生月。该院为了深入宣传贯彻全国卫生与健康大会精神和《“健康中国2030”规划纲要》,全面落实大卫生、大健康理念,提高全民文明卫生素质,形成新时期爱国卫生运动新高潮,该院根据上级统一安排,组织医疗服务队免费为市民测量血压、答疑解惑,普及控烟、疾病防控等健康教育知识,发放健康养生宣传资料,倡导科学、健康、文明的生活方式,赢得了广大市民的关注和好评。

在当天的活动中,该院设置展板4块,发放宣传资料10余种、300余份,现场开展健康咨询、义诊100余人次,极大地发挥了健康教育的先导作用,取得了良好的社会效益。

唐河县 部署2017年公共卫生服务工作

本报讯(记者方圆 通讯员王辉 李磊)在卫生与健康观念逐渐深入人心的趋势下,基本公共卫生服务的分量将越来越重,关系到人民群众的切身健康权益。4月14日,唐河县卫生计生委全面部署2017年公共卫生服务工作,统一思想,做好迎接国家基本公共卫生服务考核的准备。

唐河县卫生计生委首先公布2016年公共卫生考核的结果,并结合省(市)考核的初步反馈意见指出工作中存在的问题。唐河县卫生计生委要进一步加强

领导,提高从业人员自身素质,增强责任感和服务意识;加大考核力度,把考核结果与资金拨付挂钩,严格奖惩,强化督导,层层抓落实;要求各单位立刻行动起来,把工作做细做实,确保老百姓得到实惠。

商水县 “三项措施”规范医疗行为

本报讯(记者侯少飞 通讯员李新)为了全面落实河南省纪委关于“解决医疗卫生领域侵害群众利益突出问题”专项治理会议精神,日前,商水县卫生计生委围绕“涉医贪腐、收受红包和吃回扣、违规非法接受捐赠、借集中配送形式垄断”等4个工作重要领域,积极履行主体责任,深入开展专项治理工作。商水县以此推进“合理检查、合理用药、合理治疗、规范收费”专项

行动,有机配合打击涉医领域损害群众利益的工作。在切实推进“合理检查、合理用药、合理治疗、规范收费”专项治理工作中,商水县卫生计生委根据河南省卫生计生委要求,结合工作实际,将医疗设备检查的阳性率、准确率纳入此项治理范围,并且设定了具体指标。

为了确保专项行动不走过场,商水县还制定3项具体措施,即:一是明确各项工作的责任股室;二是明确了各级医疗机构工作重点和自查自纠的内容及措施;三是明确了督导检查和责任股室,对严重违规违纪的医疗从业人员一律严肃处理。

商水县开展此次专项行动,使医疗服务行为监管更加责任化;对患者的检查、用药、治疗更加合理化;医疗收费进一步规范,为群众提供安全、高效、便捷、价廉的医疗服务。

“五一”出游 莫忘健康

本报记者 李季

“五一”小长假对于终日奔忙的人们来说是个难得的假期,这个季节气候宜人,阳光明媚,百花盛开,非常适合合家出游。不过,人们在出游的同时千万不要忘了健康。为此,记者专门采访了有关专家,请他们给出一些有关健康的建议。

预防过敏很重要 儿科专家李岩指出,春季是皮肤最脆弱的季节,气温忽高忽低,皮肤一时无法适应,易导致过敏。皮肤因皮脂腺分泌功能增强,毛孔张开,皮肤密度减小,使各种病菌易于入侵,诱发过敏性皮炎。“五一”出游赏花,如果您有花粉过敏史,最好带上抗过敏药物以备不时之需。专家建议,过敏体质的人春季出游时最好穿上长袖衣物,别裸露过多皮肤,以防过敏。出门赏花之前,人们可以在脸上用点保湿和防晒的护肤产品,但要避免大量

使用化妆品,不要使用碱性的洗涤剂;外出赏花归来,最好能洗个澡,换一身衣裳,这样有助于避免出现过敏症状。

防晒法宝不能少 春季阳光明媚,不要以为还没到夏天就忽略防晒,稍不注意,“五一”出游就可能造成皮肤晒伤的后果。因此,皮肤科专家建议,人们出去玩的时候需要随身携带可以防紫外线的阔边帽子、太阳镜、遮阳伞以及防晒霜等防晒法宝。外出旅游,跋山涉水,穿林越岭,防晒法宝不仅可以让您免受日晒,还会让您拍照更美。

常用药品记得带 “五一”出游,带上小药箱有些夸张,不过随身带几种常用药品还是很有必要的。专家指出,人们外出旅游时,可能会由于乘车时间长、水土不服、饮食不洁等出现晕车、

腹泻等突发性问题,登山或去海边旅游的市民,很容易受凉感冒。因此,专家提醒,出游前最好准备好包括晕车药、感冒药、腹泻及急性胃炎用药等,创可贴、酒精、红花油等也可根据家庭情况或出行计划看是否需要。

急救知识要掌握 “安全、健康的旅行受多方面因素的影响,很难保证不出现意外。”急救专家建议,人们出行前应该掌握一些急救知识,不仅可以保护自己,还可以帮助别人。

比如如果遇到腿抽筋,先原地休息,用手轻轻按摩抽筋部位,同时可以脱掉鞋袜,伸直抽筋的腿,用双手抓住前脚掌,缓慢、持续向躯干侧牵拉。如果您长期不活动,假期请不要突然剧烈运动。

此外,如果骨折或脱臼应用夹板固定后再用冰敷。从大

树或岩石上摔下来伤到脊椎时,不能强行搬动患者,要将患者放在平坦而坚固的担架上固定好,不让患者身子晃动,并及时送往医院。

不规律饮食或吃了变质的食物,除会腹痛、腹泻外,还伴有发热和衰弱等症,应多喝一些饮料或盐水,也可采取催吐的方法将食物吐出来,及时就近就医。

“五一”,很多人会外出踏青。生活习惯的改变,暴饮暴食;卫生条件不好;旅途辛苦,免疫力下降;水土不服等都有可能造成消化系统不适,表现为腹胀、腹痛、腹泻、呕吐,严重的可能伴有发热等症。因此,为了防止这些情况发生,外出游玩时饮食要有节制,并选择正规的饭店,如果是和家人一起野营的话,也要注意饮食卫生,少喝冷饮,把食物烤熟、烤透再吃。