

把满足群众就医需求永远放在首位

——焦作市人民医院新区门诊二楼开诊纪实

□王正勋 侯林峰 郭秋娟 文/图

“小孩也能在这里进行雾化治疗了，不用再跑来跑去啦……”11月21日，患儿家长刘女士在焦作市人民医院新区门诊二楼惊喜地说。当天，焦作市人民医院新区门诊二楼也正式开诊。这意味着焦作市人民医院新区门诊的诊疗环境进一步优化，诊疗项目进一步完善，综合服务能力进一步提升。

据了解，今年5月，为了更好地方便焦作市新区居民就医，也为了对门诊患者进行分流，做好疫情防控工作，焦作市人民医院筹建新区门诊。刚开始，新区门诊仅开放了第一层，为居民提供门诊服务，进行简单的治疗；经过半年多的运行，为了满足群众的就医需求，焦作市人民医院特地开放了新区门诊二楼。

焦作市人民医院新区门诊是以“门诊+康复”为主的综合门诊，占地面积约3000平方米。为了更好地服务群众，该院组建医疗专家团队，结合患者需求，开设心血管内科、神经内科、呼吸内科、消化内科等，可开展心电图检查、24小时动态心电图+血压监测、各种化验、彩超检查、CT（计算机断层成像）检查、DR（直接数字化X线摄影系统）检查等；设有妇科治疗室、中医疗室、缝合换药室、综合外科治疗室、成人输液室、儿童输液室、儿童雾化室等治疗

室，可开展成人静脉输液、儿童静脉输液、儿童雾化、皮下/皮内/肌肉注射、采血、测血糖、留置胃管和尿管、以及各种引流管的更换、口腔治疗、皮肤治疗等项目。

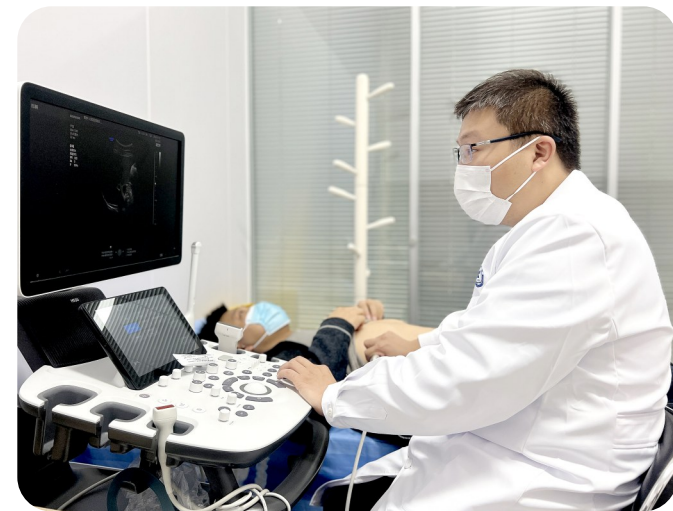
“新区门诊坚持‘以人民为中心，以健康为根本’的服务理念，切实落实市委、市政府‘增进人民福祉，办好民生实事’精神，让全市人民享有更优质的医疗服务，打造优质健康服务新高地。”焦作市人民医院新区门诊负责人袁媛说。为了给患者营造更加人性化、更加舒适的就医氛围，该院安排导医和志愿者靠前服务。在该院，处处可以看到工作人员为患者服务的身影，患者不用“到处跑、到处问、跑多次”，大大提升了患者的就医体验。该院也考虑到了患者停车难、疫情防控等问题，在新区门诊门口专门设置了玻璃房式的预检分诊处，保证患者能够安全迅速就医；提前和相关部门沟通，预留场地，方便就诊群众停车。新区门诊实行预约就诊模式。群众可以通过手机查询专家的坐诊时间，然后分时段预约，可减少排队等候时间。在新区门诊，周一到周日都有专家值班坐诊，群众可以自由选择时间就诊；设有辅助科室，患者在门诊就可以获取诊断结果。在新区门诊，医生如果发现患者病情比较严重，会迅速联系医院，安排救护车，让患

者转诊。焦作市人民医院新区门诊服务能力的不断提升，是该院践行“始终以患者为中心”理念的体现。近年来，该院从导医服务、窗口科室服务、医疗技服务、后勤保障服务等方面入手，进一步规范执业行为，提高医务人员的职业道德，构建和谐医患关系。为了打通直接为患者服务的通道，2021年7月，焦作市人民医院开通了“965557”综合服务平台。该平台集“急救接诊、健康咨询、综合调度、意见反馈”于一体，秉承“只需拨打一次”的服务承诺，一键调动该院所有资源，最大程度保障医疗质量与医疗安全。该院统筹医疗资源，不断加强国家高级卒中中心、中国胸痛中心、心脏康复中心、高血压病中心、中国房颤中心、中国心衰中心建设，成为中国千县万镇卒中识别与分级诊疗中心试点管理单位。目前，该院有省医学重点培育学科1个、重点培育实验室1个，有市医学重点学科20个、市医学重点培育学科8个，重点学科总数居焦作市医疗机构之首……

“民有所呼，我有所应。让患者满意，始终是焦作市人民医院医务人员的追求。”焦作市人民医院院长张乐庆说，“焦作市人民医院新区门诊将持续提升医疗服务能力，为患者提供高质量的医疗服务。”



服务患者



做检查



抽血



健康咨询

肺部手术后如何进行康复锻炼

□慕 腾

肺部疾病是常见病，包括各种良性疾病和恶性疾病。手术切除部分病变肺组织是治疗肺部疾病的一种重要方法。随着人口平均寿命增长、各种肺部疾病筛查手段的进步及手术技术的提高，接受肺部手术的人越来越多。肺部手术已经从“开刀时代”进入“微创时代”，而手术康复时间也由数月缩减为三五天。那么，肺部手术后到底如何进行康复锻炼呢？经过长期实践，我总结出肺部手术后康复锻炼的四大核心内容，即主动咳嗽、主动活动、适当饮食、克服疼痛。

核心一：主动咳嗽

主动咳嗽是指患者在无咳嗽的感觉时，刻意咳嗽。主动咳嗽是术后康复锻炼的首要核心。为什么要主动咳嗽呢？

第一、可以帮助排痰，预防肺部感染。肺就像气球一样，为了更好地进行手术，手术时肺部要瘪下去。肺瘪了以后，痰液无法排出，会沉积在气道内。肺部手术会导致肺部产生红色血性痰液。这些痰液如果聚集在肺内，会导致发热、肺部感染；如果聚集在气道内，会导致胸闷、呼吸困难。主动咳嗽，可以帮助排痰，保持气道内及肺部干净、通畅。

第二、可以帮助排出胸腔内的废气废水。肺部切除手术后，切除的肺组织表面会漏出一些气体，渗出一些血水。为了引流出这些多余的气体和血水，医生会放一根胸腔引流管。但是，这些多余的气体和血水并不会自动从引流管中排出，需要借助咳嗽的力量把它们挤出来。当咳嗽时不再有气体排出，每天引流的液体量也降到300毫升以下时，就达到康复的标准了。

那么，如何进行主动咳嗽呢？一般来讲，除了吃饭、睡觉的时间以外，患者要每30分钟咳嗽20次~30次，咳嗽的力度要达到胸腔管水柱明显波动的程度。但是，要尽量避免连续、剧烈、急促的咳嗽，以免发生气道痉挛而导致呼吸困难。

核心二：主动活动

主动活动是指手术后主动的病床上活动或下地活动。主动活动可以恢复人体的直立状态，促进肺内血流和氧气的正常分布，同时可依靠重力作用排出胸腔内液体。主动活动的另外一项重要作用是降低肺动脉栓塞这一高危并发症的发生概率。手术及其附带的多种因素可能会打破血液循环的平衡状态，增加血栓风险。血栓最容易形成的部位为下肢静脉，下肢静脉血栓脱落后会随着血液循环造成肺动脉栓塞。主动活动可

核心三：适当饮食

适当饮食是指肺部手术后的饮食调整及控制。通常来讲，肺部手术不涉及胃肠道，对饮食的影响较小。但肺部手术属于全身麻醉手术，麻醉药物可导致胃肠道功能麻痹。另外，部分患者会出现胸导管或小淋巴管损伤。所以，肺部手术后有一些需要特别注意的问题。术后第一日可进食清淡流质饮食或半流质饮食。此时，患者尚未排气排

核心四：克服疼痛

胸部肋间神经末梢分布密集，手术后疼痛较重。疼痛可以引发不良情绪反应，影响咳嗽、活动、饮食、睡眠等，进而影响康复进程。医学上把疼痛分为10分，0分为一点都不疼，10分为难以忍受的疼痛。为了控制疼痛，医生会通过多种途径给予镇痛药物。镇痛药物的副作用往往和剂量相关，剂量越大，副作用就越大。为了在镇痛效果和副作用间求得平衡，镇痛的目标是把疼痛控制在4分以下，而不是追求0

分。所以，个人要学会克服轻度疼痛，坚持主动咳嗽、主动活动，争取早日康复。此为良性循环。反之，如果不克服疼痛，将陷入“疼痛—不愿进行康复锻炼—不能康复—持续疼痛”的恶性循环。

综上所述，主动咳嗽、主动活动、适当饮食、克服疼痛是肺部手术后康复锻炼的四大核心内容。做到这个方面，实现肺部手术手的快速康复将是水到渠成的事情。

（作者供职于郑州大学第一附属医院胸外科）

从毒鼠药到抗凝药物的蜕变

——关于华法林的传奇

□李 敏

华法林是世界上使用最广泛的处方药之一，是一种经典的抗凝药，使用历史已经超过50年。如果我告诉你，华法林其实是毒鼠药，您能相信吗？这究竟是怎么回事呢？

20世纪20年代，在美国中西部，奶农饲养的奶牛一头接一头地患上了一种怪病，最终都失血而死，兽医很快发现了罪魁祸首是饲料中的苜蓿草。这些苜蓿草被放牧后喂给了奶牛，奶牛随之生病，但是没有人知道为什么。不幸的是，很少有奶农有钱去换其他饲料。1933年的冬天，一位绝望的奶农驱车300多公里前往威斯康星大学寻求帮助。在他的卡车后面有许多苜蓿草、一罐无法凝结的血液，以及一头死牛。最终，他碰到了一位名叫卡尔·林克的生物化学家。这次偶然的会面，对卡尔·林克产生了巨大的影响。他很快就让他的团队开始寻找是什么导致奶牛生病甚至死亡的。

经过7年的研究，他们终于找到了双香豆素。它会抑制血液凝固，影响包括老鼠和兔子在内的大量动物。事实上，其中一种变异体对老鼠的威力极强。研究人员将其开发成毒鼠药，称之为华法林。很快，它成了市面上最流行的杀鼠剂之一。不久，就有研究表明，华法林可以安全用于人类身上，但是很少有医生愿意给人开毒鼠药。因此，当1954年华法林获批可用于临床时，换了另一个名称，那就是：香豆素。1955年，它被应用于心脏病发作的艾森豪威尔总统，这进一步增加了它的

受欢迎程度。毕竟，人们觉得如果美国总统都用了，别人自然也能用。

到了21世纪，已经有其他多种新型的抗凝血药被开发出来，但是华法林仍被用于成百上千万的病人，依然被收录在世界卫生组织的基本药物标准清单内，而这一切都源于两个人一次偶然的相遇：一位是奶农，另一位是坚定的生物化学家。

华法林通过抗凝作用，用于预防及治疗下肢深静脉血栓、肺栓塞，以及预防因房颤、心脏瓣膜病或人工瓣膜置换术后引起的血栓栓塞并发症。华法林可以降低这些患者因发生血栓而死亡的风险。

这个药最常见的不良反应为出血，每年约有8%服用华法林的患者发生出血。其中1%为严重的出血，如脑出血和腹膜后出血，尤其是那些高血压病患者；有0.25%的人会出现致命性出血；此外，患者还可能轻度出血，表现为皮肤瘀斑、鼻出血、眼底出血、尿血等。

对于即将可能使用该药的人群，用药前需要了解什么呢？

一、如果您存在以下情况，可能不能使用华法林，请您将所有已确诊的疾病及正在接受的治疗方案告诉医生：出血，如胃肠道、泌尿道、呼吸道、中枢神经系统出血；近期或预期开展大面积开放性创面的创伤性手术；恶性高血压病；即将接受主要区域阻滞麻醉或腰椎麻醉；无监护且潜在依从性差；肝肾功能障碍。

二、65岁以上的老人更容易

易出血，请严格遵医嘱用药，不能随意使用。

三、除安装了人工心脏瓣膜的孕妇外，其他孕妇禁止使用，因为孕妇用药可能会导致胎儿畸形、流产、早产和出血等。

四、哺乳期如果需要用药，请先咨询医生。如果使用，需要检测哺乳的孩子是否出现瘀斑或出血。

如果您正在使用华法林，请您核对是否做到了以下几点。

一、规律服药。华法林每天服用一次，最好在每天的同一时间服药，不能随意停药或者调整剂量。如果忘记按时服药，尽量在4小时内补服，第二天继续按时用药。

二、规律监测INR（凝血酶原时间的国际标准化比值）。服用华法林过量的患者容易出血，所以需要在抗凝和止血之间寻找一个平衡点，可通过监测INR来实现。INR太低说明抗凝不达标，INR过高说明出血的风险高。服用华法林的患者刚开始时可以3天监测一次INR，稳定之后可以一两个月监测一次。

三、规律饮食，在服用华法林期间应保持膳食平衡，切勿乱用药。

现在您知道了吧，华法林就是从毒鼠药转变为人用药的。时至今日，它依然在抗凝药物领域发挥着举足轻重的作用。虽然它的不良反应和注意事项比较多，但是只要遵从医嘱或是药师的提醒，按时进行检测，就能安全使用啦！

（作者供职于郑州大学第二附属医院）