

动态心电图可上门监测 “互联网+护理”再升级

市儿童医院“一键下单”服务推新

4月8日早上8点,家住江阴的小涵在上门服务的两位护士阿姨的帮助下,20分钟不到的时间里就安装好了动态心电图监测设备。临出门上学前,小涵跟两位护士阿姨一个劲道谢。这两位护士正是来自无锡市儿童医院心血管内科专科护士吴洁和黄丽慧。近日,市儿童医院顺利完成全市“互联网+护理”服务“24小时动态心电图监测”项目,将专业心脏健康管理送到居民“家门口”。

家住江阴市的朱女士,因为女儿小涵心脏健康问题,来到市儿童医院挂号就诊,经过医生的综合评估,需要给小涵做一次24小时动态心电图监测。然而,由于朱女士的家距离市儿童医院较远,每次往返医院就诊都需要花费大量的时间和精力,这无疑会给孩子的学业带来不小的困扰。在得知市儿童医院新增了“24小时动态心电图监测”服务后,朱女士立即通过“无锡市儿童医院”微信服务号进行了服务项目预约。

与家长确定上门时间后,吴洁和黄丽慧备齐用物,准时来到朱女士家

中开展护理服务。护理人员操作娴熟,严格遵循操作规程,仅用20分钟就为孩子安装了动态心电图监测设备,并说明了注意事项。安装完成后,孩子便立即返回学校学习。在接下来的24小时里,监测设备准确记录了孩子的心脏健康状况,为医生提供了精准有效的心电数据。次日,护理人员再次上门取下监测设备。“头一天预约,第二天护士就上门了,孩子不用往返医院就能完成检查,真是太方便了。”朱女士对医院推出的暖心服务非常认可。

“此次平台上线24小时动态心电图监测,也是服务的进一步优化和升级。”市儿童医院护理部负责人冯晓艳表示,从去年10月开始,医院推出“互联网+护理”服务以来,收到不少家长的“一键下单”,护理团队人员都会在预约时间准时到达用户家中进行专业服务。近半年来,平台的使用也受到了家长们的一致好评。

记者了解到,网上预约下单操作步骤比较简单。只需打开“无锡



市儿童医院”微信公众号,点击底部“护理服务”一“上门护理”菜单栏,进入“互联网+护理”服务平台。平台界面里有“临床护理、母婴护理、专科护理、康复护理”子菜单,若家长有临床护理需求,就点击“临床护理”,里面会出现“24小时动态心电图监测(安装/拆卸)”“留置/更换导尿管护理”“标本采集”等子项目,家长根据需要填写服务对象、服务内容等情况,平台会根据家长提供的信息,出具包含上门服务费、医疗服务费、交通费的总费用清单,家长点击提交就可以完成。(葛惠)

生死竞速, ECMO技术为心源性 休克患者“抢回”生机

近日,无锡市锡山人民医院凭借精湛的医疗技术与多学科协作优势,运用体外膜肺氧合(ECMO)技术,成功将一名心源性休克患者从死亡线上拉回,再次彰显医院在危急重症救治领域的硬核实力。

3月19日晚,54岁的钱先生(化名)因“突发呼吸困难3.5小时”,由120急救车紧急送至锡山人民医院急诊科。急诊科值班医生陶亚玲迅速展开检查,结合患者“高血压、糖尿病”病史,初步诊断为急性左心衰伴肺水肿、心源性休克,因心肌酶升高,不排除并发急性心肌梗死的可能。急诊科医护团队随即实施气管插管、机械通气、升压处理等急救措施,暂时稳定患者生命体征。

时间就是生命。面对复杂危重的病情,医院医护团队即刻进入“战斗模式”。心内科朱晓明团队迅速为钱先生开展急诊“冠状动脉造影术+左室造影术”,术中未发现冠脉急性闭塞或严重病变,排除心尖球形综合征。术后,患者转入ICU接受进一步治疗。

尽管排除了急性心肌梗死等病因,但钱先生仍处于心源性休克、顽固性心衰状态,乳酸值居高不下,血压难以控制,生命危在旦夕。重症医学科许玺主任、高高副主任联合心内科专家紧急会诊,经严谨评估与讨论,决定启用VA-ECMO(静脉-动脉体外膜肺氧合)为患者提供呼吸和循环支持,为心脏争取宝贵的恢复时间。

在VA-ECMO的支持下,重症医学科医护团队精心治疗、严密监护,根据病情变化动态调整治疗方案。经过一段时间的全力救治与悉心护理,钱先生闯过重重难关,生命体征逐渐平稳,心脏功能逐步恢复,最终脱离危险,于近日顺利出院。

此次心源性休克患者的成功救治,从急诊科的快速响应、心内科的精准诊断,到重症医学科的全力施救,充分展现了锡山人民医院多学科协作的强大实力。未来,医院将持续提升医疗技术水平,为患者健康保驾护航,创造更多生命奇迹。

(杨洁丹)



近日,安镇街道社区卫生服务中心胶山社区家庭医生团队开展上门检查诊疗、整理药箱服务,为辖区内行动不便老人提供健康管理,推动“医养结合”落地社区。

(王燕霞 摄)

图片新闻投稿邮箱:
jkrm999@163.com

一天中容易长胖的四个时间点,如何合理饮食

人体代谢规律与日常饮食时间密切相关。重庆医科大学附属第二医院张剑波医生提醒:合理规划一天中的4个关键时间节点,可有效调节代谢节奏,避免脂肪堆积,为体重管理提供科学支持。

上午9点前是激活代谢的重要时段。经过夜间睡眠,人体基础代谢率降低10%—15%,及时摄入早餐能重启代谢功能。若空腹持续至9点后,身体可能进入“节能模式”,分解肌肉供能,导致热量消耗能力下降。建议起床后1小时内进食早餐,优先选择蛋白质(如鸡蛋、无糖豆浆)、复合碳水化合物(如燕麦、全麦面包)及膳食纤维(如菠菜、小番茄),既能延长饱腹感,又可稳定血糖,减少全天过度进食的倾向。

下午4点后需注意控制水果摄入。水果中的果糖若在傍晚后过量摄入,容易因活动量减少而转化为脂肪堆积,高血糖生成指数(GI)水果(如芒果、荔枝、西瓜)可能加剧血糖

波动。建议将水果作为上午或午餐后的甜点,下午茶可选择低糖水果(如蓝莓、草莓)搭配10克坚果,或饮用无糖绿茶搭配黑巧克力(可可含量70%以上),既能满足食欲,又可延缓血糖上升。

晚餐时间宜安排在晚上7点前,为消化系统留足3—4小时的排空时间。过晚进食可能干扰褪黑素分泌,影响睡眠质量,而睡眠不足已被证实与肥胖风险增加相关。晚餐应遵循“七分饱”原则,以50%非淀粉类蔬菜(如西兰花、菌菇)、30%优质蛋白(如清蒸鱼、豆腐)和20%低血糖生成指数碳水(如杂粮饭、红薯)为主,烹饪方式推荐蒸煮或凉拌,减少隐形油脂摄入。

睡前3小时应避免进食,尤其需警惕“假性饥饿”。夜间生长激素分泌高峰(23点至次日2点)有助于脂肪分解,但进食会抑制这一过程。若感到饥饿,可先饮用温水观察15分钟,确认有进食需求后再选择温牛奶或无糖杏

仁奶等低热量饮品。需严格避免饼干、蛋糕等精制碳水,以防引发血糖剧烈波动。

此外,张剑波医生提醒,减肥人士日常进食应遵循“总热量摄入小于消耗量”原则,注重营养均衡、少油少盐,合理搭配蛋白质、膳食纤维、优质碳水及健康脂肪。注意:一是不要暴饮暴食,控制进食零食、饮料,戒掉夜宵;二是进餐宜细嚼慢咽,有利于增加饱腹感,减少进食总量;三是按“蔬菜—肉类—主食”的顺序进餐,有助于减少高能量食物的进食量。

针对减重人士,张剑波医生提出如下饮食建议:早餐考虑高蛋白加膳食纤维的饮食,比如1个水煮蛋、半根玉米、200毫升无糖豆浆和一小把圣女果搭配食用。午餐增加适量碳水同时均衡营养,比如香煎鸡胸肉(少油)、杂粮饭、白灼西兰花、凉拌木耳等。晚餐饮食要清淡,最好是低热量加易消化的食物,比如清蒸鲈鱼、蒜蓉空心菜、半根黄瓜等。(人民日报)