

“名医天团”大型融媒体公益活动暖心继续

# “移动门诊”上门，老人看病不用愁

“阿姨，您的检查报告我帮您看看。”“您高压有点偏高，要注意休息，务必按时吃药啊。”浓浓的关怀让这里充满暖意。现代快报+·ZAKER南京联合天下美篇推出的“名医天团”大型融媒体公益活动持续进行，12月11日，江苏省中医院的“移动门诊”来到江苏省老干部活动中心，为老人们提供个性化、亲情化的上门诊疗服务。考虑到就诊人群年纪偏大，这一次，医院针对性地派出了老年科、消化科、神经内科、心内科等多个科室的资深专家，将更多更好的医疗资源带到现场。

通讯员 冯瑶 现代快报+/ZAKER南京记者 张宇 任红娟/文 张宇/摄



“移动门诊”现场，专家为大家看诊和解答问题

## 送医上门解难题，绿色疗法暖人心

面对贴心暖心的专家，老人们的热情非常高。江苏省中医院老年科南东二十病区护士长范卉，耐心地为大家宣教老年人冬季养生保健、防病治病的相关健康知识。

除此之外，现场还有医护人员为老人拔火罐、做穴位敷贴。

“从现在情况看来，您的腰肌劳损情况还是很严重的。”江苏省中医院老年科南西二病区的护士长戴卉一边为患者拔火罐，一边细细询问患者的具体情况。天气寒冷，戴卉的额头上却因为忙碌有一层薄汗。“这位患者刚来的时候，肩膀基本抬不起来，给他做完平衡火罐，半个小时后他就很明显地感觉到肩背部松弛，肩膀也能抬起来了。”戴卉表示，除了内治服汤药，中医还以外治的方式缓解患者的病痛。中医通过砭(刮痧)、针、灸、药、导引、按跷(正骨推拿)等更加“简、便、效、廉”的绿色疗法来缓解某些专病的症状。“是药三分毒”，而且像更年期、乳腺增生、失眠的患者，他们服药效果不明显，通过绿色疗法以专门的技术处方来干预，效果很不错。”戴卉说。

专家们细心地为老人们搭脉问诊，耐心地答疑解惑，指导他们正确认识疾病，并结合他们的生活习惯讲解一些浅显易懂的中医调理与预防保健知识。74岁的侯先生说：“像我们年纪大了，出门看病实在不方便，今天医生们直接上门，送医送药，实在太方便了！”

## 冬季疾病易高发，中老年人怎么防？

寒冷的冬季，对于中老年人来说，很多疾病更容易出现。江苏省中医院老年科主任中医师滕士超表示，老人冬天高发的疾病主要有慢阻肺、支气管炎、哮喘、心脑血管疾病，还有老寒腿、腰部容易受累等。所以到了冬季，老年科的患者特别多，而这些疾病本身就跟季节有关。

老人冬天该怎么预防？“其一就是冬病夏治。你明知道疾病在冬天要发作，那你就需要从更早的时间，最好从春天就要开始来预防了。比如说对于那些有哮喘、慢性疾病的患者，我们要从夏天开始锻炼来增强抵抗力，到了秋冬天气转凉才能够适应气温的变化。千万不能像温室里的花朵，天天窝在家不出门，这样在刮风下雨的时候反而容易倒下。”滕士超提醒，中老年人冬天最

好是等到太阳出来、温度上升以后再出来锻炼。“另外中医讲究冬季进补，我们要知道未雨绸缪，为来年做准备。”

生活好了之后，“三高”等“富贵病”增加了，但还是有不少老人因为节俭的习惯，原本已经吃饱了，怕浪费，就把剩菜剩饭，甚至是菜卤子一起就着汤吃掉了。年轻人是在外应酬暴饮暴食，老年人却是这样在家中“打扫战场”而引发了消化道的疾病。江苏省中医院老年科主任中医师郭宏敏表示，冬季血管收缩，吃得过饱，会加大心脏的负担，也会诱发心脑血管病，“我们建议老年人还是应该合理饮食，当‘打扫战场’出了问题，还是要到医院花钱解决，划不来的！”

说到冬季中老年人高发的疾病，高血压和冠心病肯定少不了。江苏省中医院心内科副主任中医师宁澄提醒，有些高血压患者，春秋季节的时候血压都是正常的，到了这个季节血压就升高了，由此他们就会怀疑自己吃的药没有效果。其实药还是那个药，只是在这个季节，由于血管收缩，应对高血压用药有一些动态调整。而患有心血管疾病的患者，日常要以清淡饮食为主，少摄入油炸、糖分过高的食物，肉类食物以白肉为主(鸡鸭鱼虾)，少量摄入红肉(猪羊牛肉)。

## 血压忽高忽低太焦虑，在这里“平静”了下来

快报讯(记者 梅书华)“昨天我正式出院了，医院的医疗服务感受颇深。为此，深表感谢！”近日，南京市建宁路社区卫生服务中心收到了一封温暖的感谢信，来自70岁的梁奶奶。前不久，梁奶奶查出高血压后，一度焦虑到失眠，最后在该中心住院十天，血压和情绪终于都“平静”了下来。

9月初，梁奶奶在南京市建宁路社区卫生服务中心体检时，查出

高血压，医护人员给她开了降压药，让她注意监测血压。梁奶奶回家后，一天要测上好几次血压，可是血压却忽高忽低，像过山车一样，她心里开始担忧起来，甚至出现失眠的状况。

最近，焦虑的梁奶奶又来到建宁路社区卫生服务中心，在医护人员的建议下，住进康复病房调理血压。“血压高不要紧，咱们按时吃药，合理饮食慢慢调节。”梁奶奶的管床

医生张翠林，每天都要来梁奶奶的病床前说会话，科普如何养成合理健康的饮食习惯，怎样避免血压增高。该中心健康管理科副主任贡鸿宾告诉现代快报记者，对于患者而言，需要的不仅仅是药物治疗，心理沟通也很重要。该中心的病区收治脑卒中、高血压、糖尿病、老慢支等患者，他们住进来以后，医护人员都在每日查房、会诊、给予治疗的同时，更加关心他们的情绪健康。



## 老人突然大量呕血 医生在她脖子上扎个针孔

快报讯(通讯员 章琛 记者 安莹)近日，76岁的葛奶奶突然大量呕血，家人立即将其送往南京市第一医院就诊，最终被诊断为门静脉高压。该院介入血管科医生迅速为患者制定了个体化治疗方案，在患者脖子上扎个针孔，给门静脉建立一条通路，将高压的血液引流走，从而降低门静脉压力。

介入血管科主任医师何旭解释，正常人的血管通路为门静脉进入肝脏再进入下腔静脉。如果发生了肝硬化，就相当于门静脉这条河流的下游瘀滞了，门静脉就会发大水了，这就是门静脉高压。

食管胃底静脉的血流增多，压力增高，就像气球吹了气

一样膨胀起来，这就是食管胃底静脉曲张。如果气球被吹破了，就是食管胃底静脉曲张破裂出血，也就出现了葛奶奶大量呕血的症状。

何旭介绍，目前最理想的治疗方法就是经颈静脉门静脉一体静脉分流术，简称Tips。该手术首先穿刺颈静脉，将导丝送入下腔静脉并调整至肝静脉，在肝内用穿刺系统穿刺至门静脉，穿刺成功后，通过球囊扩张和支架置入，建立门静脉—腔静脉通路。

经过治疗，葛奶奶的门静脉压力从28mmHg下降至13mmHg，手术效果满意，患者未再有呕血表现，术后两天就顺利出院。

## 聋哑病人鱼刺卡喉 暖心医生写字沟通成功取刺

快报讯(通讯员 李娜 记者 梅书华)刘女士是一位聋哑人，几天前，她不小心被鱼刺卡到，延误了两三天才来到南京明基医院就诊，夜间鱼刺门诊医护人员与她写字沟通，终于成功取出一根3厘米的分叉状鱼刺。

几天前的一个晚上，南京明基医院急诊大厅急匆匆走进来一位40多岁的女病人，左右张望，表情痛苦。同行的家属解释，刘女士是一位聋哑人，被鱼刺卡到喉咙了。

“啊……啊……”此时的刘女士一直指着喉部，但无法表达自己的感受，更无法描述疼痛的部位。做喉镜时需要病人配合发音，可病人听不到，发音

不标准，不能充分暴露喉部部位，为操作带来很大的障碍。

接诊的张永辉技师仔细检查发现，患者鱼刺卡喉部位较深，用行喉镜探测后无果，决定用捏鼻子鼓气的方法再探查一次。

为了教会患者捏鼻子鼓气的方法，医护人员拿起纸笔写下指导动作，并演示鼓气吹气的动作。病人终于明白了医生的意思，顺利完成动作，张永辉也用喉镜探查发现了鱼刺，顺利取出，刘女士脸上露出了笑容，对医生竖起了大拇指。

据悉，南京明基医院的夜间鱼刺门诊，在急诊三号门147诊间，门诊时间是晚上五点到九点。

## 声带息肉摘除 专家术中改用“嗅花位”

快报讯(通讯员 罗鑫 殷舒月 记者 任红娟)65岁的贾先生几个月前感觉嗓子沙哑，到医院检查发现是声带息肉，需要手术治疗。为何小小的声带息肉需要手术？手术安全吗？专家表示，声带息肉早期，采用中医药治疗就能取得较好疗效，但对于病程较长、声带息肉较大或息肉基底部宽广时，疗效欠佳，这个时候需进行手术。

江苏省中西医结合医院耳鼻喉科主任医师张鹏介绍，贾先生的声带长有息肉，已经比较大了，经综合评估后决定采取支撑喉镜下声带息肉摘除术。该手术常用体位是去枕仰卧位及肩下垫枕位，但由于贾先生下颌小，脖子短粗，牙齿外凸，声门位置高，属困难气道，常规体位难以让声门完全暴露，也易损伤牙齿，给手术带来了一定困难。这种情况下，张鹏术中改用嗅花位，使头部抬高，声门暴露充分，牙齿受力变小，也因此缩短了手术时间。手术进行得很顺利，贾先生术后牙齿完好，目前已完全康复。

张鹏介绍，嗅花位在喉显微手术中的应用优势，是江苏省中西医结合医院耳鼻喉科主任程向荣在国外的喉显微手术技术中发现的，并带领科室团队将此体位应用在之后的喉显微手术中。2019年程主任在中华医学会耳鼻咽喉头颈外科年会上第一次提出，引起专家的热议并获得较好反响。嗅花位可以更好地暴露声带前联合病变，让病变切除更精准、彻底，且暴露声门耗时缩短，明显减少了咽部组织和牙的损伤。