

文化润疆,更显“医”心

在蜿蜒起伏的帕米尔高原,有这样一群白衣天使,他们远离家乡、辞别亲人,响应国家号召,义不容辞加入援助新疆克孜勒苏柯尔克孜自治州(简称新疆克州)。自2016年江苏开启“组团式”医疗援疆以来,迄今已有近百位医疗专家曾奋斗在新疆克州这片热土之上。他们带来了先进的医学理论,也带来了前沿的医疗技术,为的就是带动当地医疗水平提升,让老百姓不出州就能解决病痛。技术援助确能解决眼前的实际问题,但在江苏省第三批“组团式”援疆医疗队队长宋宁宏看来,医疗技术需要援助,“医疗文化”更不可或缺,是打造一支带不走的医疗队的重要内容,同时也是文化润疆的重要彰显。为此,宋宁宏带领第三批第一期、第二期医疗专家,结合当地州情、民情、医情,聚焦所需,精心打造了六本医疗文化润疆图书。

高温季节 易发的口腔疾病

烈日炎炎,气温飙升,各家医院里的病人剧增,口腔医院也不能幸免。夏季的燥热,使人们的饮食习惯、生活习惯都受到了影响,吃不好,困不着,睡不香。针对夏季常见口腔病,南大口腔高级专家诊疗中心的葛久禹教授给出了对应的建议。

通讯员 施苏倩 现代快报+记者 刘峻

请问夏季最常见的口腔疾病有哪些?

葛:最常见的就诊原因是急性牙痛。由于睡眠不足、食物不洁、喜食冷饮,造成免疫力下降,使许多慢性牙病急性发作,痛不欲生,夜不能寐。如急性牙髓炎,表现为自发性阵发性疼痛,冷热刺激加重,夜间更为明显,往往不能定位哪颗牙。

每到夏天,人体唾液分泌随之减少,呼吸道变得干燥,人体更容易感染细菌,经常会上火,这是为什么?

葛:夏季里人们进食较杂,易忽略口腔卫生,口腔内存在的大量残留食物碎屑,加之口腔中菌群的复杂性及睡眠不足、过度疲劳引发智齿冠周炎,进而形成智齿冠周炎和牙周炎。炎炎夏日,很多人因胃口变差而选择酸、辣等偏刺激性的食物,吃烧烤、吃火锅,因此我们应该多吃清淡的食物,如南京人爱吃的菊花鸭鸭蛋汤、鸭血鸭肠汤。

夏天为什么脸上容易长“颗颗”?

葛:颜面是人体暴露部位,健康人的皮肤表面、毛囊和皮脂腺内就存在着大量的细菌,但仅仅是污染而不发病。高温情况下,当全身或局部抵抗力下降时,细菌便开始活跃并侵入组织内,形成疖痈。唇部疖痈若经挤压、搔抓等不正确处理,感染可扩散入血液循环引起败血症等全身性感染,或感染进入颅内导致海绵窦血栓性静脉炎。这些均可威胁病人的生命。

我姐姐一到夏天嘴巴就老是破溃。怕热,喜欢呆在空调房,可上下班路上又不可避免晒太阳。

葛:长时间处于空调房,室内外温差大,易导致感冒、肠胃疾病、内分泌失调、身体抵抗力下降,加之睡眠不足,心情烦躁都易引发口腔溃疡。高温下,在户外劳动后会出现唇部红肿刺痛,并出现小水泡,疱破后形成糜烂面。医学上称之为急性光化性唇炎,这主要是因为对太阳光中的紫外线过敏而引起的。

对于这些疾病,首先必须保证充足睡眠、合理饮食、加强锻炼,不可过度贪凉,尤其要注意口腔的卫生。高温气候下应做好防护,应尽量避免日光直接照射,避免疖、痈的发生,不可自行挑破或刺破“未成熟”的疖痈。

夏季要更加注意口腔卫生,养成早晚刷牙、饭后漱口的良好习惯。另外,每6个月到专业口腔机构洗牙,对保护口腔卫生、预防牙周病也是非常重要的。少喝碳酸饮料,也不宜吃完烫的食物立马吃冰冷的食物,以免刺激牙齿。多吃高纤维的食品,如蔬菜、粗粮、水果等,对保护牙齿非常有利,还有含钙高的食品,也有助于保护牙齿。

专家简介

葛久禹

中国大众文化学会口腔文化专业委员会专家组成员
全国牙病防治基金会专家组成员
南京大学口腔医学院教授



本书主要记录在江苏省委、省政府、卫健委,新疆维吾尔自治区党委政府、克州州委政府、江苏援克前方指挥部等的坚强领导下,江苏省“组团式”医疗援疆队在新疆克州人民医院开展工作的情况,包括医疗技术、科研及培训工作,以及技术文化交流等有关内容,深刻记录援疆医疗队为推动克州人民医院高质量发展,留下一支带不走的医疗队伍而付出的努力。图书采取图文结合方式,选取一些代表性的人物及工作生活瞬间,辅以生动文字介绍。



医院要在保证医疗质量前提下,通过精细管理,从而控制成本,提高效率,将医疗费用控制在定额预付费用之内,并争取获得收益。DRG付费方式兼顾了患者、医院和医保等各方利益,可达到保证质量、控制费用及提高管理水平的目的。本书内容新颖、层次清晰,特别是所介绍的实际操作经验对其他医疗机构具有一定的示范及指导意义。



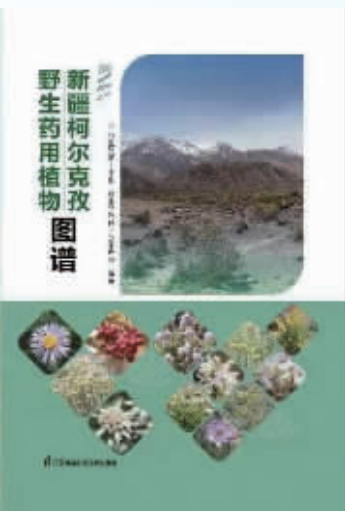
本书由医方、保方合作编写,是竭诚为患方服务的科普读物,以寻医、义诊、问保为主线,详细介绍了克州各家医院的专业特色、专家门诊、就诊流程、医保管理政策等,系统讲解了克州现行的各项医保政策;收集整理出在医保政策宣讲中涉及参保人、医保患者较多关心、较多咨询的问题,为医、保、患三方提供寻医问保方便,具有较强的实用价值;同时也专门介绍江苏省“组团式”医疗援疆团队专家及所开展的专题义诊活动。



江苏省第三批援疆医疗队进疆后,重点实施了“模式交互型”互联网医院建设和远程医疗项目。关于“模式交互型”互联网医院管理和服务标准化探索与实践,本书包括“模式交互型”互联网医院架构模式探索与实践、“模式交互型”互联网医院一带一路模式探索与实践、“模式交互型”互联网医院疆内外模式探索与实践等17种标准化探索与实践。



医院感染管理相关的标准、规范、指南、规程等,为感控工作的科学化、标准化、规范化奠定了坚实基础。本书对感控规范进行了整理,但不是简单罗列,而是凭借多年积累的感控知识和实践经验,对规范做了条理化的“梳理”和“编写”,既对内容和形式进行了归纳整理,又对重点和难点做了关键标示。



在江苏省“组团式”医疗援疆援克团队的帮扶下,克州人民医院柯尔克孜民族医药研究院在各方大力支持下,对克州境内药用植物进行考察并编写完成本书,收录的310种野生药用植物录属于53个科175个属,包括克州特有分布种2种,克州分布新记录种101种,克州珍稀濒危种3种。宗旨在服务于新疆及克州特色药用植物资源的保护与可持续开发利用。

备注:宋宁宏,现任江苏省人民医院(南京医科大学第一附属医院)党委委员、副院长,2019.12-2023.05 援疆期间,担任新疆克州人民医院院长。

通讯员 刘波 供图