



热线 86901890

关注健康热点, 传递养生观念, 聚焦疾病防治

爱跳舞的护士编排了 救命操

边跳边学心肺复苏要点, 小朋友3天就学会

本报记者 朱丹君 通讯员 梁美丽

跟着我左手右手一个慢动作, 右手左手慢动作重播。7月17日晚, 在台州市中西医结合医院活动室里, 伴随着歌曲《青春修炼手册》欢快的旋律, 一群小朋友正在跳着健康操。

这不是普通的健康操, 里面蕴含着不少急救知识。领操护士傅殷希介绍, 孩子们跳的是心肺复苏健康操, 是她参考网上其他心肺复苏操视频改编而来, 比原来的健康操更具活力。

希望以另外一种形式推广心肺复苏术

傅殷希是一名资深护士, 从事护理工作10年。如今, 她在急诊室岗位上也已坚守了三四年。如果说医院是一个看不见硝烟的战场, 那么, 急诊室无疑就是战场的前线。在这里, 傅殷希见过了太多的生离死别, 明白熟练掌握心肺复苏术的重要性。

资料显示, 我国平均每天有1500人死于心脏骤停, 居全球之首, 而60%以上的猝死者都发生在医院之外。我国每年因心脏性猝死的人数达54万人, 心脏骤停的抢救成功率不足1%, 而国外的成功率却达30%以上, 主要就是第一目击者现场施救得当。

长期以来, 人们对突发急症的抢救大多寄托在医院和医生身上, 缺乏自救、互救意识。这种现象往往使处在生死之际的患者错失宝贵的救治时间。如果出现心脏性猝死的情况, 只要目击者能在4分钟内对其实施心肺复苏术, 患者一般都可以救活, 这个时间叫“黄金救治时间”, 救活率可以达到50%。傅殷希说, 如果周边人不懂急救知识, 往往会错过最佳抢救时间, 等120救护车赶过去, 大多已无力回天。

编排心肺复苏健康操的想法早就有了, 我希望以另外一种形式推广心肺复苏术。傅殷希不仅

是一名护士, 还是泽国镇舞蹈队的一名队员。前段时间, 医院临时有个活动, 傅殷希二话不说就接下任务, 只花了一个晚上, 就将整套舞蹈动作编排好了。

救命操 简单易学

当欢快的音乐响起, 傅殷希一边念着心肺复苏术的口令, 一边指导小朋友们练习。

唱歌、跳舞的形式很活泼, 易于被群众接受。将急救口诀编排到舞蹈动作中, 还可以加深记忆。在现场, 傅殷希还向大家详细介绍了心肺复苏的基本常识。

多多练习, 争取每个人都能学会并牢记于心。学了这个, 关键时刻能救命。傅殷希介绍, 这套操将心肺复苏术的操作技法用体操的形式展示出来, 包括胸外按压的手法 and 力度(每分钟100~120次, 深度5~6厘米), 并配以人工呼吸等细节动作, 不论大人还是孩子, 都能很快地熟练掌握。像这群小朋友, 我只教了三个晚上, 大部分都跳得像模像样了。

从一个人跳, 带动身边的人跳

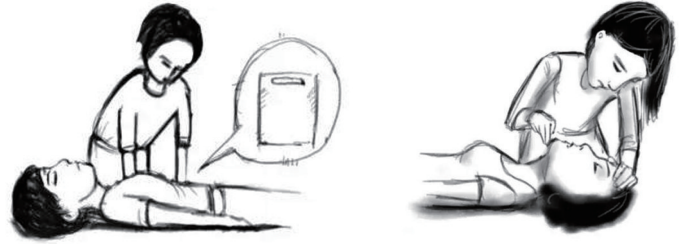
在采访中, 傅殷希还提起她的一名同事冯敏丽。之前, 本报曾经报道过, 冯敏丽是市红十字会一名应急救援员, 也是台州市红豹救援队的一员。她利用工作之余, 进校园、进车间、进广场、进单位, 将急救知识送到各行各业的广大民众身边。

作为一名医务人员, 我们想让身边每一个人掌握一些急救技能, 一旦遇到有人突发急症时, 可以在第一时间给予适当的救治, 以保全其生命, 不要让生命消失在束手无策中。傅殷希说, 目前这个活动主要是针对学生, 希望从一个人跳, 带动身边的人跳, 最后人人都会跳, 真正掌握心肺复苏术这项急救技能。

新闻链接

这组心肺复苏急救流程图, 超实用!

如果每个人都能掌握最基本的急救知识, 肯定能够挽救许多本不应逝去的生命。当意外来临时, 下面这一组图有可能会给你带来帮助。



①把病人原地放平, 如果在床上, 一定要找个硬的东西(比如大一点的案板), 垫在背部, 因为床太软, 会影响急救操作。

②用手掌轻轻地托起病人下巴往上抬, 让头后仰。如果衣服很紧, 一定要把衣服松一松。



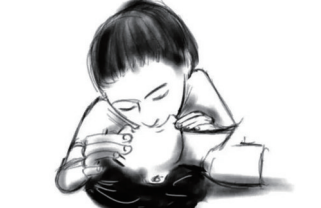
③把一只手的手掌放在胸骨上三分之二与下三分之一交界处, 最简单的方法就是两个乳头连线的中点。



④把另一只手放在第一只手的上面, 像上图一样, 手掌朝下, 手指交叉。



⑤按压的深度要足够, 胸骨下陷约5厘米。抬起来的时候让胸廓完全复原, 压下后放松, 但手不要离开胸骨。按压频率要快, 每分钟为100次。



⑥30次按压后做2次人工呼吸。重复30次按压, 2次人工呼吸, 这样连续做2分钟, 差不多5个循环, 之后可以再看看对方有没有呼吸, 嘴唇有没有恢复红色。

新增4个基本医疗保险特殊门诊病种

不设起付线, 报销比例按照同等级住院标准

本报讯(记者朱丹君 通讯员郑伟平 王瑜)自7月16日起, 台州市在原有16个特殊病种的基础上, 新增了4个病种。至此, 共有20种特殊病种纳入基本医疗保险特殊病种门诊管理。参保人员门诊特殊病种治疗发生的医疗费用不设起付线, 报销比例按照同等级住院标准报销。

此次新增的4种基本医疗保险门诊特殊病种为支气管哮喘、慢性阻塞性肺病、阿尔茨海默病和黄斑变性眼内注射治疗。这4种特殊病种依据历年各地住院、门诊人次总量筛选, 均为我市参保人员中患病人数较多、医疗费用较高的慢性病。

记者从市社保中心了解到, 我

市纳入基本医疗保险的原有的16个特殊病种包括恶性肿瘤、失代偿期肝硬化、血友病、再生障碍性贫血、尿毒症透析治疗、列入诊疗项目的组织或器官移植后抗排斥治疗、精神病、系统性红斑狼疮、高血压病合并并发症、糖尿病合并并发症、慢性病毒性肝炎、帕金森氏病、矽肺病、肺结核、慢性肾功能不全(非透析治疗)、

冠心病血运重建术后。门诊特殊病种制度于2001年开始实施。2017年我市约有4066人次享受特殊病种门诊待遇, 共计基金支出1850万元, 大大减轻了参保人员的就医负担。目前, 市职工基本医疗保险的参保人员可到行政服务中心一楼B区(九龙大道555号)申请办理。

市中医院 8月4日 5日上午, 浙江省人民医院耳鼻喉科苏立众主任医师, 将来院开展门诊及手术。

8月6日 7日, 上海中医药大学附属曙光医院中医科张再良主任中医师, 将来院开展门诊及查房。

8月7日 8日, 上海中医药大学附属曙光医院中医科曲丽芳主任医师, 将来院开展门诊及查房。

8月10日 11日, 上海仁济医院泌尿科前列腺增生微创治疗中心副主任孙杰, 将来院开展门诊及手术。

8月11日, 上海交通大学附属第一人民医院消化内科宛新建主任医师, 将来院开展门诊及相关手术。

8月3日、8月17日下午, 浙江省中医院中医儿科教研室副主任, 李岚副主任中医师, 将来院坐诊。

8月4日, 浙江省中医院胃肠外科副主任, 陈贵平主任医师, 将来院坐诊及手术。

殊病种之一疾病的需门诊治疗的, 持市内二级及以上医疗机构医保医师审核填写的《基本医疗保险参保人员享受规定(特殊慢性)病种待遇备案表》(一式二份), 近几年的病历资料、相应的检查(化验)结果、具体治疗方案、出院小结等资料报送至参保地社保经办机构办理核准手续。经审核符合条件的, 由参保

地社保经办机构核发《医疗保险特殊病种专用证(历本)》, 经核准享受门诊特殊病种待遇的参保人员持专用证历本就医。

3. 哪些医院作为门诊特殊病种的治疗定点医院?

除了参保地的定点医院外, 我市已开通门诊特殊病种异地实时刷卡结算功能的市级异地就医

联网结算医疗机构也可以作为门诊特殊病种治疗指定定点医院。

目前市级异地就医联网结算医疗机构共有142家。我市参保人员可以选择上述范围内的一家定点医院作为门诊特殊病种的治疗指定定点医院, 各级社保经办机构在网站上定期更新公示特殊病种实时刷卡结算医疗机构名单。

台州市肿瘤医院CT检查实施分时段预约 掐着点来, 不用排队

了。一周下来运行效果如何呢?日前, 住院患者张大爷的女儿体验了一把CT分时段预约功能。在医生电脑屏幕上, 张女士可以看到CT检查预约的情况。我约了第二天上午7时30分, 因为我爸要空腹检查, 特地约早一点, 掐着点过去, 不用排队等待就能直接做检查。

以往患者要做CT检查, 流程是先由医生开单, 患者或家属再到CT室划价, 之后还需要跑到收款

处计费。计费后他们要再拿着检查单去CT室预约检查时间, 检查时间排在后面的话, 又要再跑一趟或坐在候诊室干等。

针对这一情况, 医院此次在推行CT检查分时段预约的同时, 优化了流程。首先, 主管医生开好单, 并根据患者要求完成预约。再由护士站打印出CT检查预约通知单交给患者或家属。患者只要比预约时间提前15分钟(CT平扫检查)或45分钟(CT增强检查)到达即

可。最后等放射科报告审核后电脑直接计费。

目前, CT检查分时段预约在住院部开始实行, 下一步将扩展到门诊。同时, 心电图、B超、内镜等检查的智能预约也将陆续运行。另一方面, 为了倡导绿色环保, 减少污染, 医院取消了病区患者辅助检查报告单人工发放及病区影像(CT、DR)胶片打印, 需要胶片的患者可以在放射科申请并缴费后自行到自助机上打印。

大咖来会诊

冒着酷暑, 这些 大咖 要来啦

本报讯(记者朱丹君)想获得省城大医生的治疗意见甚至至亲自操刀手术, 却无奈挂不上号, 怎么办?别急, 每月都会有一大拨 医学大咖 要来温岭。有需要的市民, 可提前一个星期预约。

市一院 8月4日, 浙江大学医学院附属邵逸夫医院(以下简称邵逸夫医院)甲状腺外科主任医师谢磊, 将到特需门诊坐诊、查房、手术。

8月4日, 邵逸夫医院超声科主任助理吕江红副主任医师, 将来院会诊。

8月4日, 上海交通大学医学院附属仁济医院泌尿科主治医师宣寒青, 将到特需门诊坐诊、查房、手术。

8月4日, 浙医二院精神科副主任李惠春主任医师, 将到特需门诊坐诊、讲课。

8月4日, 邵逸夫医院妇产科副主任, 林小娜主任医师, 将到妇科门诊坐诊、查房、手术。

8月5日, 复旦大学附属妇产科医院研究员、不孕不育专家, 王凌主任医师, 将到妇科门诊坐诊、讲课、科研。

8月10日, 邵逸夫医院普外科、胃肠外科主任医师朱玲华, 将到特需门诊坐诊、查房、手术。

8月11日, 上海交通大学附属胸科医院放射科主任医师陈群慧, 将到特需门诊坐诊、放射中心读片。

8月11日, 上海交通大学医学院附属仁济医院东院胸外科主任, 赵晓菁主任医师, 将到特需门诊坐诊、查房、手术。

8月11日, 邵逸夫医院血管外科中心副主任、下沙院区日间手术中心负责人, 朱越锋副主任医师, 将到特需门诊坐诊、查房、手术。

8月11日, 邵逸夫医院耳鼻喉科主任医师肖芒, 将到五官科门诊坐诊、查房、手术。

8月11日, 原上海华山医院手外科主任董震, 将到特需门诊坐诊、查房、手术。

8月11日, 浙江大学附属第一医院消化内科专家, 单国栋副主任医师, 将到内镜中心做诊断与治疗。

市中医院 8月4日 5日上午, 浙江省人民医院耳鼻喉科苏立众主任医师, 将来院开展门诊及手术。

8月6日 7日, 上海中医药大学附属曙光医院中医科张再良主任中医师, 将来院开展门诊及查房。

8月7日 8日, 上海中医药大学附属曙光医院中医科曲丽芳主任医师, 将来院开展门诊及查房。

8月10日 11日, 上海仁济医院泌尿科前列腺增生微创治疗中心副主任孙杰, 将来院开展门诊及手术。

8月11日, 上海交通大学附属第一人民医院消化内科宛新建主任医师, 将来院开展门诊及相关手术。

浙医二院骨科副主任叶招明主任医师领衔的骨科医疗团队, 每周六定期来院会诊, 开展手术指导。

温岭三心美德老年病专科医院 8月11日, 邵逸夫医院康复医学中心主任李建华、副主任治疗师李扬政, 将来院坐诊。

温岭爱尔眼科医院 8月7日、8月18日、8月25日全天, 温岭爱尔眼科视光技术顾问, 温州医科大学附属眼视光医院眼科姜俭副主任医师, 将来院坐诊。

8月3日、8月17日下午, 浙江省中医院中医儿科教研室副主任, 李岚副主任中医师, 将来院坐诊。

8月4日, 浙江省中医院胃肠外科副主任, 陈贵平主任医师, 将来院坐诊及手术。

皮肤科副主任, 陶茂灿主任中医师, 将来院坐诊。

8月4日, 浙二医院骨科黄鑫副主任医师, 将来院坐诊及手术。

8月9日, 上海肿瘤医院头颈外科田敖龙主任医师, 将来院坐诊及手术。

8月18日, 浙江大学医学院附属第一医院肝胆胰外科副主任, 蒋智军主任医师, 将来院坐诊及手术。

浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院) 作为浙江省肿瘤医院台州院区, 浙江省肿瘤医院医团队将长期在该院开展查房、手术。

周三上午, 肿瘤内科朱利明主任医师在门诊坐诊。

周一上午, 乳腺肿瘤外科陈道宝主任医师在门诊坐诊。周三上午, 陈道宝主任医师在市妇保院联合门诊坐诊。

周一上午, 妇科于爱军主任医师在门诊坐诊。周三上午, 于爱军主任医师在市妇保院联合门诊坐诊。

周二上午, 腹部肿瘤外科王永向主任医师在门诊坐诊。周一上午, 王永向主任医师在市妇保院联合门诊坐诊。

周一上午, 头颈肿瘤外科韩春主任医师在门诊坐诊。周三上午, 腹部肿瘤外科冯海洋副主任医师在门诊坐诊。

周一上午, 胸部肿瘤外科王长春副主任医师在门诊坐诊。周一上午, 王长春副主任医师在市妇保院联合门诊坐诊。

周二全天, 肿瘤内科陈俊青副主任医师在门诊坐诊。周二上午、周三上午, 肿瘤放疗科王升舜副主任医师在门诊坐诊。

浙江省肿瘤医院泌尿肿瘤外科朱绍兴主任医师, 将不定期来院开展手术。

台州骨伤医院 8月4日, 上海六院创伤骨科周祖彬副主任医师, 将来院坐诊及手术。

8月4日 5日, 解放军401医院手外科方光荣主任医师, 将来院坐诊及手术。

8月17日, 上海华山医院运动医学科华英汇主任医师, 将来院坐诊及手术。

8月23日, 上海六院运动医学科皇甫小桥主任医师, 将来院坐诊及手术。

8月24日, 上海华山医院手外科胡超楠主任医师, 将来院坐诊及手术。

8月25日, 浙医二院关节外科何荣新主任医师, 将来院坐诊及手术。

浙医二院骨科副主任叶招明主任医师领衔的骨科医疗团队, 每周六定期来院会诊, 开展手术指导。

温岭三心美德老年病专科医院 8月11日, 邵逸夫医院康复医学中心主任李建华、副主任治疗师李扬政, 将来院坐诊。

温岭爱尔眼科医院 8月7日、8月18日、8月25日全天, 温岭爱尔眼科视光技术顾问, 温州医科大学附属眼视光医院眼科姜俭副主任医师, 将来院坐诊。

8月3日、8月17日下午, 浙江省中医院中医儿科教研室副主任, 李岚副主任中医师, 将来院坐诊。

8月4日, 浙江省中医院胃肠外科副主任, 陈贵平主任医师, 将来院坐诊及手术。

8月4日, 浙江省中医院消化科主任, 包海标主任医师, 将来院坐诊。

8月4日, 浙江省中医院神经内科主任, 侯群主任医师, 将来院坐诊。

8月4日, 浙江省中医院妇产科主任, 蒋学禄主任医师, 将来院坐诊及手术。

8月4日, 浙江省中医院



最多跑一次 温岭加速度

本报讯(通讯员杨诗奕)7月19日, 浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)试运行住院患者CT检查分时段预约系统, 患者通过主管医生直接在电脑上预约, 按时到放射科检查即可, 不用到处跑