

# 照亮“生命中的最后归程”

山东省首家安宁疗护门诊在青岛妇儿医院海泊路院区开诊

## 健康服务

为提高终末期患者生命质量与尊严,减轻患者家属照护负担,近日青岛妇女儿童医院

“安宁疗护门诊”在海泊路院区(市北区海泊路6号)正式开诊,这也是山东省首家安宁疗护门诊。该门诊主要面向疾病终末期患者,包括肿瘤中晚期与其他疾病终末期。随着病情的进展,如果医务人员(包括专科医生或缓和医疗团队)、患者及家属认为专科治疗无效,或者患者不能耐受因治疗带来的副作用,治疗的弊大于利,不再具备继续治疗的条件时,即可过渡到安宁疗护。

11月,青岛妇女儿童医院海泊路院区安宁疗护门诊开诊后,迎来了两位“特殊”的来访者。夫妻俩不是为了看病,而是前来预约。原来,87岁的李老先生患晚期肠癌,子女想带他前往北京、上海等地就医,但均被他拒绝了。“我想在人生最后的时光里,过得更加宁静、从容……”李老先生坦然地和医生说出自己的想法。得知来意后,医生详细地向老人介绍安宁疗护的宗旨,就是让每一位患者减轻痛苦,有尊严、平静地度过生命最后时光,治疗方式有药物、中医、理疗、心理疏导。听到医生的介绍,李老先生频频点头,这样的治疗方式是他所希望的。牵着老伴的手,李老先生说:“真到那一天,你和孩子们就把我送到这里来,这是我最后的心愿。”

我国每年死亡人口约1000万,但得到安宁疗护服务的仅有约0.3%,其中的一部分终末期患者在生命最后承受着巨大痛苦,在孤独、绝望和冰冷的仪器中离世。即将走到人生的终点,有尊严地、减轻痛苦的安宁疗护正渐渐成为新的需求和发展趋势。安宁疗护是对已无法进行原发病治疗的末



老人前往安宁疗护门诊咨询。

期患者,通过对疼痛等症状的控制,减轻身体的痛苦,同时帮助解决患者及家属在心理、社会和精神上的问题,以维护病人和家属最佳的生命质量。

安宁疗护,并不是放弃治疗,而是按照患者的期待,除去无意义的“有创抢救”,自然地走完生命的最后一程。无论患者有任何既往疾病,只要符合安宁疗护指征,都可到安宁疗护门诊进行咨询联系,根据患者具体情况酌情安排后续医疗服务。

青岛妇女儿童医院安宁疗护中心自2021年5月运行以来,始终坚持以专业的安宁疗护理念为指导,以患者为中心、医患共同决策的原则,为患者及家属提供涵盖身体、心理、社会及精神的整体、连续的专业照护,提升患者及家属的生活质量。目前,青岛妇女儿童医院海泊路院区是青岛市首批安宁疗护技术指导中心,已累计服务住院病患800余人次,获得了患者及家属的高度认可。

观海新闻/青岛晚报 记者 于波 通讯员 毕乙贺

## 爱心献血

# 远离转氨酶“刺客”

200斤大汉减肥成功如愿献血

虽然献血与减肥没有直接的关系,但坚持献血可以帮助我们养成良好的饮食习惯和生活习惯,随时监测自己的健康状况,将肥胖扼杀在萌芽中。

前不久,献血者王高琦在怀孕七个月妻子的陪同下走进了爱心献血屋。一进屋妻子就说:“医生,快给他化验一下转氨酶吧,已经被拒了三次了!”原来,身高一米八的王高琦,用心照顾怀孕的妻子,自己的体重一路涨到了100公斤。今年7月,他先后三次走进献血屋,结果都因为转氨酶偏高被拒。后来,他听从血站工作人员的建议,开始调整饮食,加强体育锻炼,最终用两个多月的时间减肥成功,体重回落到80公斤。医务人员笑着告诉他们:“我猜今天转氨酶‘刺客’不会出现了,你应该如愿了!”果然,快速检测后转氨酶数值已经降到了22,完全符合献血标准。医务人员好奇地问他:“你减肥就是为了能献血吗?”王高琦不好意思地说:“算是吧,本来从18岁就开始献血了,一年一次,后来想献的时候转氨酶就高了。正好借着这个机会控制体重。”再次成功献血400毫升后,王高琦高兴地说:“减肥后我不仅能献血了,爬山上楼的时候都觉得身体轻快了很多。”他还表示,以后他会每年坚持献血两次,将来还要带着自己的孩子来感受这人间大爱。

市中心血站提醒市民,有的女孩为了减肥不吃早饭空腹献血,会导致血液中的葡萄糖含量较低,可能出现献血后头晕等不良反应。因此,建议市民献血前可进清淡饮食,避免使用油条、豆浆等高脂食物,切忌空腹献血。 观海新闻/青岛晚报 记者 于波 通讯员 顾文琴 任霄惠

## 健康青岛

# 成功换“瓣”让“心门”重生

无惧高龄挑战 不开胸完成主动脉瓣置换

“年久失修”的心脏瓣膜是许多老年人安享幸福晚年的“拦路虎”。如果把“心门”修复的问题解决了,那么老年人的预期寿命会大大提高。在市立医院心脏中心副主任兼东院心内一科主任邵一兵的带领下,微创手术即可帮助老年人甚至是高龄老人换“心门”,目前接受手术的主动脉瓣狭窄患者中,年龄最大的94岁。本期《健康青岛》邀请了市立医院心脏中心副主任兼东院心内一科主任邵一兵,与市民聊一聊心脏瓣膜病的话题。市民如有问题可拨打健康热线85702120。同时,市民可关注市立医院官微了解相关内容。

主动脉瓣是心脏往外打血的一个非常重要通路,而当其出现了重度狭窄时,单位时间内心脏打出的血液无法满足全身的需求,人活动的时候就会出现憋气的症状,严重时还会出现心绞痛、晕厥、猝死等一系列的问题。今年75岁的彭先生患有严重的主动脉瓣狭窄,日积月累下出现了心脏供血不足,稍微走路就会气喘吁吁。主动脉瓣狭窄如同一把悬在头顶上的“剑”,随时会危及老人的生命。传统的瓣膜置换手术需要开胸,对老人的身体创伤较大,术后恢复时间长,而新型微创主动脉瓣置换手术(TAVI手术)则可以不开胸完成置换术。最终,经过诊疗团队缜密的手术预判、精心的术前准备,彭先生顺利通过微创手术完成了主动脉瓣置换。术后第二天,老人的身体各项指标正常,身上没有任何明显的刀口,对手术效果很满意。其实,每一个新型手术的顺利开展,每一位患者的逐渐康复,每一次治疗效果的完美达成,背后都离不开医患双方之间的共同努力。86岁的王老先生与邵一兵相识26年,彼此是医患关系,更是护佑心脏的“战友”。通过听诊器中格外刺耳的杂音,邵一兵猜测老人的主动脉瓣出现了问题,进一步检查证实了初诊的判断。如果选择保守治疗,心脏随时可能会“停摆”,老人听从邵一兵的建议,决定通过微创的方式进行主动脉瓣置换手术。约2个小时的手术进展顺利,术后24小时老人便恢复了自主活动能力。心脏再一次修复如初,这让王老先生倍感振奋。八个月前,68岁的金女士因急性心衰入院,检查发现二尖瓣存在重度反流,属于结构性心脏病的一种。由于老人有糖尿病,一直担心手术治疗后伤口不易愈合。过去,此类疾病的手术治疗需要开胸,但现在有微创的手术办法,可以把关闭不严的瓣膜用一个夹子夹起来。术后半年,金女士前来复查发现,心脏的反流量几乎为零,生活可以完全回归正常了。

近年来,心脏瓣膜病在心脏疾病中占比越来越高。邵一兵建议市民,结合临床表现及心脏听诊是诊断瓣膜病的第一步,任何有病理性质杂音的患者都应进一步行心脏超声检查以确诊或排除心脏瓣膜病。对于明确心脏瓣膜病的患者还应进一步寻找病因,评估有无合并症,这也是后续治疗开展的前提。

于波 张小青

## 手术直击

# 走自然腔道以“软”击“石”

预防肾结石从养成良好生活习惯开始

泌尿系统结石“偏爱”青壮年。提起结石,很多人都会皱眉头,尿血、疼痛,让人苦不堪言。今年38岁的李先生从城阳慕名来到市立医院,希望通过不动刀、没伤口的微创手术,一举“缉拿”肾内结石。本期《手术直击》播出的是市立医院泌尿外科中心东院泌尿外科副主任高健刚主刀的输尿管软镜碎石取石手术。特别邀请了市立医院泌尿外科中心东院泌尿外科梁鑫博士解读手术,并就如何预防结石提出健康提醒。同时,在节目的过程当中,开通了健康咨询热线85702120。

在一次查体中,李先生被告知肾内长了结石,于是慕名来到了市立医院就医。经检查发现,李先生的结石位于肾脏下段,直径约为两厘米,没有明显的腰部疼痛症状。高健刚根据结石的诊疗指南以及患者的个人意愿,为李先生量身定制了手术方案。考虑到经皮肾镜的并发症高于输尿管软镜,于是决定采取输尿管软镜碎石取石。和传统取石手术相比,输尿管软镜不必在腰部打孔,而是经尿道等自然腔道进入体内直抵病灶。输尿管软镜前端镜头可上下270°弯曲,几乎能到达肾脏的每个角落、没有盲区。在约一个小时的手术中,主刀医生高健刚熟练操作着输尿管软镜,成功将肾脏部分结石取出或打碎。术后第二天,患者即可下床活动,第三天便能顺利出院了。接下来,李先生需要注意肾脏碎石的排石情况,并定期复查,生活又可以回归正常了。

肾脏是泌尿系统形成结石的主要部位,而且肾结石比其他部位的结石更容易直接损伤肾脏,因此肾结石的早期诊断和治疗非常重要。输尿管软镜碎石取石术是保肾取石技术中的其中一种手术。高健刚介绍,由于没有切口、创伤小,途经自然腔道便能完成取石重任的输尿管软镜手术备受欢迎,虽然碎石效率不如传统手术,但安全性大大提高。一般情况下,直径在2厘米以内的结石可通过输尿管软镜碎石取石。

肾结石是泌尿系统常见病,好发生于青壮年男性。肾结石的预防需要养成良好的生活习惯,多喝水,尤其是夏季出汗多的时候。另外,均衡饮食很重要,应适当限制含精制糖、钙、草酸、动物蛋白类的食物摄入量。建议市民适当活动,加速新陈代谢。有高钙尿等原发病的人群,应当积极治疗,避免结石形成。

于波 张小青

《健康青岛》播出时间

QTV-2首播:周六8:50 重播:周一9:25 周三9:25

《手术直击》播出时间

QTV-2首播:周六9:40 重播:周二9:40 周五9:40