

# 积极干预护佑老年人健康

青岛市开展老年健康素养提升行动  
为9000余名老人提供失能失智评估筛查服务

## 健康一线

为积极应对人口老龄化,实施老龄健康战略,延缓和降低老年人失能失智风险,增强老年人群的健康管理意识,提高老年人健康素养水平。近年来,青岛市针对65岁及以上常住居民开展老年失能失智早期筛查、健康干预以及健康宣教。

依托社区卫生服务中心、镇街卫生院等基层医疗机构,在全市10区市共建立19个试点,对试点社区65岁及以上老年人按照65-69岁、70-74岁、75-79岁、80岁及以上四个年龄层次及所占比例分别随机抽取调查对象,为共计9000余名65岁及以上老年人提供失能失智评估筛查服务。结合筛查结果,提醒认知功能损害严重的老年人尽早做进一步的诊

断或治疗,做到阿尔兹海默症、帕金森病早发现、早诊断、早治疗、早干预,延缓疾病进展。

自2022年起,项目推进实施防、筛、诊、治、康一体化健康管理模式试点。针对筛查出的认知障碍异常居民,各区市选派健共体(医联体)牵头单位或辖区二级以上综合医院神经内科医生组建临床诊断团队进驻基层医疗机构,对其提供进一步的认知障碍诊断和随访干预,准确识别轻、中、重度认知功能障碍,结合患者问诊情况,转诊到综合医院进一步诊疗,或者在社区卫生服务机构进行随访干预。全市筛查出1000余名老年人存在不同程度的认知障碍。

目前,各区市试点机构已推出老年失能失智社区健康干预措施“五个一健康干预服务包”。一是教会老年人一套手指健脑操,二是发放一套防病手册,三是提供一次健康指导,四是结合基本

公共卫生服务提供一次免费体检,五是举办一次社区宣传活动。项目启动至今,共计教授健脑操4000余人;发放《阿尔兹海默病早期防治知识手册》、《帕金森病早期防治知识手册》《老年失能早期预防与居家护理》10000余册;接受健康指导老年人2000多人;3000多名老年人接受了免费体检。项目实施期间,各基层医疗机构积极开展各类活动,对老年人进行健康宣教,包括举办健康讲座、公众咨询活动等;市疾控中心开展社区宣传活动以及“记忆会忘却,爱不会”为主题的预防阿尔兹海默病预防艺术展,倡导积极老龄观、健康老龄化理念,营造全社会关爱老年人健康的浓厚氛围,提高了全市老年人失能失智的防病意识,理念核心信息知晓率达到87.8%。 观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者于波 通讯员 万东华 宋茜茜



青岛西海岸新区灵珠山社区卫生服务中心举办义诊活动。



即墨南泉卫生院筛查员入户做筛查。

## 健康资讯

## @上班族,周末能约无痛胃肠镜

青岛市中心医院提供“一站约”预约

自2023年9月1日起,青岛市中心医院内镜中心将统一胃肠镜预约地点,并开启周末全天的无痛胃肠镜预约工作,同时联合麻醉与围手术期医学科,开展周日上午无痛胃肠镜的麻醉评估,进一步优化就医流程,改善患者就医体验,提高就医效率,提

升患者就医满意度。

当前,普通胃肠镜在医院内镜中心预约,无痛胃肠镜在入院准备中心预约。“分两头”预约很容易导致部分患者混淆了地点。为避免此类情况的发生,自9月1日起,医院内镜中心统一预约胃肠镜检查,实现无痛胃肠镜

与普通胃肠镜预约地点相统一、预约地点与检查地点相统一,并开启周末全天的无痛胃肠镜预约,进一步提高患者就医便捷性。

据悉,过去无痛胃肠镜只能在工作日进行麻醉评估和预约。现在随着无痛胃肠镜的普及,为了满足上班

族的检查需求,医院内镜中心联合麻醉与围手术期医学科,自9月3日起,开展周日上午无痛胃肠镜的麻醉评估,让上班族周末评估不误工,进而提高就医效率。

观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 于波 通讯员 王萍萍

## 健康青岛

### 小心吃出来的食管癌

保持健康生活习惯 发现问题及早治疗

俗话说,病从口入。有这么一种癌症,被人们称作是吃出来的肿瘤,它就是食管癌。食管癌,在我国发病率排名第六,死亡率排名第四。这是一种具有明显地域性特征的恶性肿瘤,青岛并不属于高发区。也正因为如此,许多患者并没把食管癌当回事。本期《健康青岛》邀请到青岛市市立医院东院胸外科主任张哲,来跟市民聊一聊食管癌的相关话题,市民还可关注市立医院官微了解相关内容。

抽烟喝酒一辈子,今年70岁的孙老先生在三个月前吃不下饭了,体重掉了20多斤,走路都没了力气。于是,他慕名来到青岛市市立医院东院胸外科就诊,确诊为食管癌。张哲主任经过检查发现,老人的食管癌已经发展到了进展期,无法直接进行手术。为此,肿瘤科为老人进行两次化疗,为手术赢得了机会。而后,张哲主任带领团队在达芬奇机器人的辅助下对患者进行手术。食管癌手术,是胸外科医生要面对的最复杂的手术之一,手术范围从颈部到胸腔、到腹腔,涉及多个脏器、手术流程繁多。在达芬奇手术机器人的辅助下,主刀医生张哲先切除病变食管,后把胃进行剪裁,重新和食管进行吻合,完成重建工作,以保证吞咽和进食功能。4个小时手术宣告成功,术后老人恢复顺利。如今他终于可以顺利进食,一顿午饭吃了一碗馄饨和一个鸡蛋。张哲主任介绍,食管癌患者最常见的症状是吞咽障碍,大多数食管癌患者有长期饮酒的习惯,尤其是长期饮用白酒的人群,容易出现食管癌等相关疾病。一旦确诊食管癌,患者应积极与专业医生沟通,寻求治疗帮助。如今,张哲主任在达芬奇手术机器人的帮助下,可以通过小切口完成食管癌的治疗,从而大大减少手术创伤,帮助患者尽快回归正常生活。

食管癌与生活方式、饮食习惯有着密切关系,比如抽烟、喝酒、喜食烫食、喜饮热茶等。香烟、白酒、过高的温度或未经充分咀嚼的干硬食物会对食管黏膜造成刺激和损伤,如果长期反复刺激损伤,不堪重负的黏膜就可能出现异型增生、癌前病变,增加患癌的风险。此外,维生素及微量元素的缺乏、食物霉变、经常吃熏烤和油炸食物也可能会增加患食管癌的风险。建议市民保持健康的生活习惯,发现问题及早治疗。

于波 刘书雅 张小青

## 手术直击

### 精准缉拿耳朵里的“小珍珠”

早发现早治疗 “拦住”胆脂瘤避免并发症

听力下降、耳朵流脓、头晕……这些小问题可能藏着大隐患。家住李沧区的王女士出现听力下降、耳朵流血流脓多年,实在忍无可忍才慕名找到青岛市市立医院东院耳鼻咽喉头颈外科专家李永团,最终确诊为胆脂瘤型中耳炎,需要通过手术清除病变。本期《手术直击》播出的是青岛市市立医院东院耳鼻咽喉头颈外科主任兼头颈外科亚专业负责人李永团主刀的乳突改良根治加鼓室、外耳道成形手术,并由青岛市市立医院东院耳鼻咽喉头颈外科副主任兼耳科学亚专业负责人高娟解读手术,并向市民提出健康提醒。市民还可关注市立医院官微了解相关内容。

在临床上,小小的胆脂瘤容易被轻视。王女士因多年饱受听力下降、耳朵反复流血流脓困扰,才在步入老年后选择就医。经检查发现,她的问题出现在中耳,元凶是一枚如珍珠大小的胆脂瘤。中耳胆脂瘤常会破坏中耳内结构,如听骨链受累出现听骨腐蚀破坏,导致听力下降,当继发感染时会出现耳流脓。若胆脂瘤范围广泛,破坏内耳、面神经,甚至侵及脑膜及颅内时,会出现头晕、神经性耳聋、周围性面瘫,甚至是脑膜炎、脑脓肿等更严重的并发症,还可能危及生命,应引起重视。胆脂瘤通常需要手术切除治疗,手术的首要目的是清除病变,并根据病变的严重程度和范围明确是否能够进行听力重建。为此,李永团主任立即带领团队为王女士制定治疗计划和手术方案,最终确定在显微镜下开展乳突改良根治加鼓室、外耳道成形手术。术中,主刀医生李永团凭借精湛的技术,先后完成病灶的切除和重建工作,每一步都无异于“刀尖上”跳舞。经过一番精细化操作,手术顺利完成,潜藏在耳朵中的“珍珠瘤”彻底被铲除。

高娟提醒市民,当出现不明原因的耳流脓、听力下降,伴有面瘫、眩晕等症状时,建议立即就医,发现病变时,要及时到正规医院诊治,切不可埋下隐患,市民应重视胆脂瘤的危害,避免疾病恶化,造成不可逆的损伤。

于波 刘书雅 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