

50家医院检查检验结果互认

青岛市卫健委发布《致青岛市民朋友的一封信》

《巩固国家卫生城市成果
建设幸福宜居美丽青岛》

日前，青岛市卫生健康委员会发布《致青岛市民朋友的一封信》。记者获悉，目前我市人均预期寿命81.78岁，居民主要健康指标达到高收入国家平均水平，入选“中国最具幸福感城市”。围绕停车、挂号、检查检验等市民关心的问题，我市已推出“健康大礼包”，让市民看病就医更加便捷。市民如在就医中遇到困难，可扫描医院“投诉建议二维码”或者拨打院长热线，也可以拨打12345政务热线提出意见建议，共建健康青岛。

看“大专家”挂号不再难

如果市民想更高效、更便捷地就医，可以关注“健康青岛”微信公众号。该平台可提供全市90余家医疗机构预约挂号、门诊住院缴费、报告结果查询、体检预约查询、停车场查询等多项便民惠民服务。约不上专家号？青岛市卫健委已在青医附院、市市立医院等多家三级医院试点预约挂号新模式，市民可以通过“知名专家团队”预约看上“大专家”。此外，还为基层预留专家号源，市民可以在社区卫生服务中心、镇卫生院预约专家号；您还可以通过复诊预约的方式，解决挂号难题。

到医院看病，担心重复检查检验？我市已经有50家医院实现了10大类115个检查检验项目互认共享，减少非必要的重复检查检验给市民带来的经济负担。我市在二级以上公立医院广泛开设“一站式”服务中心，可以为市民提供导诊、咨询、预约、便民设备租借、病历复印寄送等服务；如需办理住院，三级公立综合医院全部可在病房护士站完成出入院手续办理，减少市民的来回奔波。

建成“一刻钟”健康服务圈

为满足乡镇居民的健康需求，我市建成了“一刻钟”健康服务圈。居民家门口的卫生院、社区卫生服务中心或者卫生室，可以提供基础疾病诊疗、家庭医生签约、健康咨询和预约转诊等服务；市里从二级、三级医院选派了近400名医师到乡镇卫生院坐诊，让优质服务就在您的身边。



如果市民想看中医，可以通过市卫生健康委官网、官微进入“中医药特色服务电子地图”，查找您身边的名中医、中医重点专科、专病专技门诊等中医药特色服务信息，并实现精准地图导航；“健康青岛”微信公众号上有“中医体质辨识免费网络版”，可以进行中医体质判定并获得个性化调养指导建议。如果市民不想自己熬中药，全市92家医疗机构可提供代煎并通过快递送汤药上门。

畅通老年人挂号就医渠道

对于岛城的老年朋友，考虑到他们对电子产品操作不熟练，我市在二级以上公立综合医院都保留人工窗口，可为老年人提供现场挂号、咨询，还可向现场志愿者求助，寻求无障碍陪同就医等服务。看病之外的卫生健康类事项，市民可以直接到青岛市民中心或“山东省政务服务网”的“青岛市”站点办理，申请政务服务事项及对应的办事指南在线上线下均可查询。家中有新出生的宝宝，市民在办理出生医学证明办理、预防接种查询、户口登记、医保参保登记、社会保障卡申领等业务时，可在“健康青岛”微信公众号选择“专项服务”-“出生一件事专区”，通过“一键联办”“全流程网办”轻松办理。

观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 于波 实习生 刘书雅

健康提醒

小心秋冬季流感

市疾控中心提醒：流感疫苗接种正当时

秋天到了，天气转凉，早晚温差变大。秋冬季高发的流感也开始蠢蠢欲动，接种流感疫苗是预防流感最经济、最有效的方法，可以显著降低接种者罹患流感和发生严重并发症的风险。记者从市疾控中心获悉，流感疫苗接种正当时。

目前市面上已批准上市的流感疫苗分别为三价灭活流感疫苗（H3N2）、四价灭活流感疫苗（H3N2和H1N1）和三价减毒活疫苗（LAIV3），这三种疫苗各有区别，但都可以良好地触发人体免疫反应。这三种疫苗无优先推荐，可根据自身条件自愿选择。

接种疫苗时间没有具体要求。只是通常接种流感疫苗2-4周后，才能产生具有保护水平的抗体，为保证接种者流感高发季节前获得免疫保护，建议每年在流感高峰来临前1-2个月接种疫苗。

不过，接种流感疫苗也有一些禁忌症，这就需要提前接种时与医生沟通咨询。同时，希望老人、孕妇等重点和高风险人群注重自己的身体健康，及时接种疫苗获得抗体保护。

观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 于波 实习生 刘书雅

健康青岛

来去“无痕”为颅内“排雷”

神经外科高精尖技术为颅脑健康保驾护航

在青岛市市立医院，有个以精密、精准见长的科室——神经外科，其接诊的疾病种类复杂且多样，如垂体瘤、脑膜瘤等颅脑肿瘤，为患者健康带来巨大的威胁。如今，神经外科借助高精尖技术，为患者巧妙化解顽疾。本期《健康青岛》邀请到青岛市市立医院东院神经外科主任李洛，跟市民聊一聊神经外科领域的“黑科技”，市民还可关注市立医院官微了解相关内容。

近日，李先生因眼睛视力下降，慕名求助于神经外科专家李洛，解开了一直萦绕在他心头的谜团。双眼视力直线下降，其中一只眼睛只能看清30厘米内的物品，这背后的“元凶”是颅脑内的垂体瘤。因肿瘤的体积比垂体大接近3倍，严重压迫了视神经。当务之急是尽快切除肿瘤，挽救岌岌可危的视力。考虑到脑垂体位于大脑的底部，如果做开颅手术，切口会很大。脑垂体恰好位于鼻窦的上方，一台经鼻的微创内镜手术也能达到铲除肿瘤的目的，同时将损伤大大降低。术中，主刀医生李洛熟练操作着内镜，从患者的鼻孔进入，途经自然腔道顺利到达颅脑。在内镜的帮助下，放大后的视野让垂体瘤的全貌尽收眼底。随后，极其精细化的操作顺利切除垂体瘤并从鼻腔中取出。经鼻内镜手术成功帮助李先生完成了颅内“排雷”。术后第二天，患者的视力已有明显好转。

如今，微创内镜手术在神经外科应用的范围很广，除了垂体瘤，还有很多颅内的肿瘤都可以在内镜下切除。主刀医生通过显微镜和内镜的结合，或者杂交复合手术，或者血管内和血管外的治疗等，实现疾病的精准治疗。患有烟雾病的孙先生也是神经外科先进技术的受益者。术前，他有过一次脑梗病史，渐渐出现口齿不清、控制不住流口水等问题。经检查发现，他的颅脑内有一部分梗死灶，病因实则是烟雾病。为了遏制疾病发展，李洛为患者进行了脑血管搭桥手术，选择血管、吻合血管，一气呵成的操作换来手术的成功。术后，孙先生的语言功能得以恢复。40岁的刘女士患有脑膜瘤，因无法接受开颅手术的风险，她一拖再拖。李洛在ROSA机器人导航的帮助下，精准定位病灶位置，以最小切口换来患者的最大获益。术后两天，医生便把刘女士伤口上的纱布换成了创可贴，恢复速度之快让她感到惊喜。

一直以来，逐梦高精尖技术是李洛主任团队追求的目标。早在2008年，李洛完成青岛市第一例经鼻内镜手术。如今，ROSA机器人神经导航等高精尖设备的加盟，让李洛主任团队的精湛医术如虎添翼，帮助无数患者完成了疾病的治疗，重新回归正常的生活。

于波 刘书雅 张小青

手术直击

架“心桥”修“心路”获新生

定期查体很关键 治疗冠心病切忌一拖再拖

相信许多人都听说过心脏搭桥手术，但这到底是种怎样的手术？什么叫搭桥？搭的又是什么样“桥”？目前，冠状动脉搭桥手术是目前国际上公认的外科治疗冠心病最有效、最可靠的方法。本期《健康青岛》邀请到青岛市市立医院东院心外科主任牛兆倬，来跟市民聊一聊冠状动脉搭桥手术的相关话题，市民还可关注市立医院官微了解相关内容。

被胸痛、心悸纠缠多年，65岁的刘先生最近一段时间对于持续不断的胸痛忍无可忍，他选择来到青岛市市立医院心脏中心东院心外科就诊，诊断为冠心病。经过检查发现，老人的多支冠脉血管都已经处于大堵塞的状态，病情岌岌可危。为此，牛兆倬立即组织团队开展病例讨论，制定个性化治疗方案，决定开展冠状动脉搭桥手术。手术从上午9时持续到中午12时，牛兆倬带领团队争分夺秒，手术是在心脏不停跳情况下进行的，需在心脏表面完成冠脉搭桥——将患者自身其他部位的动脉或静脉血管作为搭桥材料，给狭窄的冠状动脉血管的远端供血。手术从患者身上取下一段正常血管，一端与升主动脉相连，另一端与冠状动脉狭窄部位的远侧相连。因为这种手术方法如同架桥，所以形象地称之为“冠状动脉搭桥术”。在3个小时的手术中，主刀医生牛兆倬成功为患者架“心桥”、修“心路”，重建患者每一个相对可能缺血或者心肌潜在缺血的区域，从而恢复血供，彻底解决缺血问题。手术成功后，患者就能正常活动，哪怕是工作劳累，不会也不容易诱发一些心绞痛和心肌缺血的问题。

牛兆倬介绍，术前，医生会通过心脏超声、冠脉造影检查、动态心电图检查等检查设备，充分预判病情，制定合理的个性化手术方案，待评估充分完全后才会开始手术。如今，冠状动脉搭桥手术已经成为了心外科的常规手术。一般情况下，该手术的安全性高，发生严重并发症几率只有1%-2%。

牛兆倬建议市民不要等到心脏不堪重负时才选择就医，如果冠心病的治疗一拖再拖，会导致心脏功能出现衰竭等严重问题，此时再做手术无疑会提高手术的危险性，也难以完全恢复到正常状态。应在日常生活中预防冠心病的发生，建议市民养成健康的生活习惯，戒烟、少油、少盐，避免压力过大，学会放松，定期进行健康体检。

于波 刘书雅 张小青