

青岛市卫生健康委员会、青岛早报联办

便民小举措 服务大提升

青岛市市立医院所有门诊科室提前至早7:30开诊提升就诊体验

持续改善医疗服务,是公立医院高质量发展的必然要求。近日,为方便群众就医,满足患者多元化的就医需求,青岛市市立医院在坚持实行无假日医院、急诊24小时应诊的前提下,集团所有院区门诊科室(包括各专业门诊、各医技/特检科室、各服务窗口)全部提前30分钟开诊,即7:30开诊。自3月15日实施以来,受到了就诊市民的普遍好评,便民服务“小举措”撬动医院诊疗服务的“大提升”。

节约就诊时间 不只是半小时

患者小萍(化名)不到七点半就已取完了预约号,早早坐在妇科门诊候诊室等待就诊。采访中,她告诉记者是带着检查报告来找医生复诊。“我从医院公众号看到医院提前半小时开诊了,就预约了7:30第一个号,这样看完检查结果,即便是取了药,也不耽误9点钟回单位上班。”

提前开诊后,对于外地来青就诊的患者,节约的可能不只是半个小时的时间。由于医院门诊时间提前,检验检查、影像学检查高峰也相应前移,这就意味着出结果时间更早,病人可以更快找医生查看检查结果。

分流就诊高峰 改善就诊体验

不到7:30,各诊室医生已经提前到位,准备接诊。“大娘,您可能需要做一些补充检查,检查结果出来,咱们再定治疗方案吧。”东院心内科医生正在给老人沟通病情。陪同老人前来就诊的赵女士说:“老人有三高,很多化验要求空腹,现在七点半就开诊,老人就

能早点抽完血,填填肚子了。”

据东院门诊部主任时咏梅介绍,很多疾病的化验需要抽采空腹血,但容易低血糖的病人,在空腹等待检查的过程中,可能会产生身体不适,现在提早开诊,就可以极大程度避免一些不必要的风险。

“上午就诊时间的加长,有利于就诊高峰分流,减缓病人高峰拥挤和排队等候的焦躁不安,使就诊秩序更加地高效、有序,有利于提升病人就诊体验。”本部门诊部主任刘杰介绍。

“不让标本等人” 平台科室同步提前

就医体验的提升关系到就诊全流程,临床科室提前开诊,检验、影像、药学等部门也同步调整服务时间。早上7:30前,检验和影像部门设备已全力运行。

门诊提前开诊,标本送检高峰也相应前移。“为了不让标本等人,在保持夜间值班人员的基础上,我们早上七点就已经忙碌开了。”医学检验部主任宋卫青介绍:“作为国家公共检测平台、山东省临床重点学科,我们多年来着力提升检验质量和服务能力,以后还将持续优化流程,尽早为病人出具检查结果,及时有效地服务病人和临床诊疗。”对于超声诊断、医学影像(CT、DR、核磁)等检查科室也同样在解决急诊24小时不停机的前提下,调整窗口服务时间,满足门诊病人需求,所有岗位均在开诊前全部就位。

在百年市立,“以患者为中心”的理念已深刻在医务人员骨子里,大家自动调整工作生活节奏,用实际行动守护群众健康,践行医者初心。观海新闻/青岛早报记者 杨健 通讯员 刘芳

/ 健康链接 /

青岛市开展 爱国卫生月活动

今年4月是第35个爱国卫生月,市爱卫办、市文明办、健康中国行动青岛推进办于3月30日印发通知,决定于4月1日至4月30日开展青岛市第35个爱国卫生月活动。今年的爱国卫生月主题是“宜居靓家园,健康新生活”。

通知要求,4月1日至10日,开展集中宣传。全市将强化宣传引导,筑牢健康理念,4月8日在市北区开展“青岛市第35个爱国卫生月暨倡导文明健康绿色环保生活方式”宣传日活动,4月15日结合全国群众登山健身大会青岛站暨青岛市全民健身登山节,宣扬爱国卫生月活动主题,倡导广大市民自觉开展爱国卫生运动。4月8日至25日集中开展环境卫生整治,采取群众运动与专业队伍相结合的方式,集中开展城乡环境卫生的大清理、大扫除、大整治,全面改善城乡居民环境。聚焦与群众生活密切相关的环境卫生热点、难点问题,在背街小巷、老旧小区、城中村、城乡接合部、农贸市场等重点场所,深入开展环境卫生集中整治,共创宜居靓丽家园。

4月11日至12日组织全市集中灭鼠行动,重点规范灭鼠屋设置,统一组织投放鼠药。4月24日至25日开展消杀第一代蚊幼虫行动,组织对沿海礁石坑、古力井、暖气井、无法清理的各类小型水体投放灭蚊幼虫生物制剂。

观海新闻/
青岛早报记者 杨健
通讯员 宋茜茜



热线:82888000

野菜好吃 吃法一定要得当

问:野菜真的浑身是宝吗?吃野菜可以多多益善吗?如何健康吃?

青岛市疾病控制预防中心食品卫生所:野菜营养丰富,常见的荠菜、芦蒿等几种特色野菜的蛋白质含量和营养价值高于许多普通蔬菜。野菜的烹饪要保持其“野味”,方法上可炒食、凉拌、做馅,亦可熘、烩、烧、煮。

健康吃野菜,关键在于根据不同野菜的特点选择不同的烹调方法合理食用。一些野菜草酸过多且有异味,如果直接炒食,味道并不理想。而过下热油,既能去除草酸又改变了味道,洗切和下锅烹调的时间不宜间隔过长,避免造成维生素及无机盐的损失。需要提醒的是,路边的野菜不要采,不认识的野菜不要挖。并且野菜的食用并不是多多益善,有些野菜草酸含量高,多吃影响钙的吸收,还有一些具有清热解毒功效的野菜吃多了会损害脾胃。

推荐一款养生野菜食谱减脂荠菜窝头,原料包括:荠菜80克、玉米粉100克、燕麦粉50克、小苏打1克、盐2克。将荠菜洗净焯水并切碎,把所有的原料放入大碗里混合均匀,少量多次加入温水和成略湿润的面团,面团静置十分钟。不用案板,手上蘸水,取一块面团成小球,捏成窝头状。冷水上锅,水开加热10分钟,减肥又美味的荠菜窝头就做成了。

观海新闻/青岛早报记者 杨健

七年如一日 守护青少年清晰“视”界

近日,一群“亮眼小记者”在家长的陪伴下,来到山东第一医科大学附属青岛眼科医院市北视光门诊部的青少年爱眼护眼基地参加主题科普社会实践活动。活动现场,市北视光门诊部的视光师带领小记者们进入全生命周期眼健康科普区,生动讲解眼睛的构造、近视防控及日常爱眼护眼知识,指导小记者们进行视觉训练VR游戏体验,并为小记者们颁发了社会实践证书。

青岛眼科医院市北视光门诊部突出儿童青少年近视防控,致力为全生命周期人群眼健康提供标准化的眼视光技术服务与初级眼健康保健。自2016年成立以来,门诊部年服务近10万儿童青少年近视患者、眼科临床患者与其他各类屈光不正人群,促进了医院优质医疗资源下沉,为市北区群众的眼健康初级保健需求提供了有力保障。

青岛市青少年爱眼护眼基地与门诊部同年成立,由青岛市关心下一代工作委员会、青岛市教育局以及山东第一医科大学附属青岛眼科医院共同发起,作为岛城唯一的以公立眼科医疗机构为技术指导和依托的科普宣教基地,为青少年提供更专业精准的眼视觉健康科普知识和爱眼体验活动。

据了解,“亮眼小记者”系列活动已连续举办6期,今年适逢门诊部成立7周年,后期此活动将常态化举行。未来门诊部将继续协同医院,为广大市民提供更便捷、优质的眼视觉健康管理服务与科普宣教公益服务,全心全意守护清晰“视”界。

通讯员 宋志

“洗肺”4小时 洗净罕见病患者满肺“糨糊”

特色科室

近日,青岛市市立医院本部呼吸与危重症医学科成功救治一名呼吸罕见病患者,通过远程会诊、多学科团队协作等为患有肺泡蛋白沉积症的患者,制定完善的治疗方案,经过4个小时“洗肺”手术,陆续为患者洗出十几瓶牛奶样的浑浊液,让原本呼吸困难的他,洗净“尘积”,畅快呼吸。

窒息! 他患上呼吸罕见病

高先生(化名)近期出现了活动后胸闷,且进行性加重的情况,当地医院治疗效果欠佳,高先生慕名来到青岛市市立医院本部呼吸与危重症医学科就诊。副院长、本部呼吸科刘学东教授接诊后阅读CT,考虑双肺多发的“铺路石征”,但该病的确诊还需要依靠特殊的病理检查。

刘学东为患者进行了支气管镜检查,镜下灌洗液浑浊并有血色,容器底部还沉积有絮状物。标本第一时间送

至病理科,相关检查结果均呈阳性,经全科讨论后确诊为呼吸系统罕见病——肺泡蛋白沉积症(PAP)。也就是说,高先生的肺泡腔内被涂上一层像糨糊一样的蛋白膜,阻断了肺泡的换气过程,从而导致病人严重的呼吸困难。

刘学东介绍,这是一种极罕见的疾病,人群中发病率仅为百万分之0.36至3.7,约72%患者有吸烟史,男性多于女性。“全肺灌洗术是该疾病最主要的治疗手段,简单来说就是将大量生理盐水灌入肺中,再将沉积物引出,达到‘洗肺’的目的。”刘学东说。

“洗肺”! 洗出数瓶浑浊液

为保证手术顺利安全完成,全科人员多渠道联络北京协和医院、北京中日医院等顶尖医院,借鉴先进诊疗经验,列出详尽的治疗方案和流程清单,周密部署麻醉、体位、水温、灌洗方法、气管镜介入等各操作环节,同时,与麻醉科事先操作推演,防止发生窒息风险。

手术方案保证一侧肺部通气的情况下,清洗另一侧肺。手术中麻醉手术科与

呼吸科通力协作,呼吸科介入治疗团队成员悉数上台操作,经过近4个小时的奋力坚持,随着三袋灌洗液体的有序注入,引出的灌洗液由浓转淡,逐渐清亮,氧饱和度稳步上升,顺利完成了单侧的全肺灌洗术。随后,团队又为患者进行了另一侧的肺灌洗术。术后,高先生终于感到呼吸舒服,感激地说,“治疗立竿见影,呼吸顺畅了许多。”

畅通! 勇克治疗技术难关

刘学东分析,本例病人的成功救治得益于医院对技术创新的引领和临床一线的支持。术后,汇总多家医院的成功经验,并整合市立医院呼吸科、病理科、麻醉手术科等MDT的救治总结,初步形成了肺泡蛋白沉积症诊断与治疗的《青岛市市立医院专家共识》。

多年来,青岛市市立医院本部呼吸科始终坚持提升医疗救治能力,不断突破旧有诊疗局限,攻克多项技术难关。本次治疗是市立医院首例全肺灌洗术,为构建呼吸学科多维高质量救治体系增添了又一块重要拼图。观海新闻/青岛早报记者 杨健 通讯员 刘芳