

饶小胖,青岛市城阳人民医院内分泌科主任,曾获“城阳身边好人”“青岛市拔尖人才”“青岛市重点学科优秀带头人”“城阳区优秀青年人才”和山东省优秀科主任等荣誉。在拓展内分泌专业的业务之外,饶小胖也非常注重糖尿病患者健康宣教工作,2016年科室成立“糖尿病病友健康之家”,定期进行健康宣教讲座和义诊活动,普及健康知识和健康资讯。这些年来所取得的成绩让饶小胖更加坚定,坚持做一名有温度的医生,继续当好健康守护人!

早报会客厅

# 做一名有温度的医生

## 青岛市城阳区人民医院内分泌科主任饶小胖:“三高”共管 书写慢性病管理新篇章

### 创新破茧 实现对“三高”患者闭环管理

“2018年8月27日,我记得非常清楚,这是一个里程碑式的日子。”回忆起青岛市城阳区人民医院正式被确定为“三高共管、三级协同、医防融合”试点单位的那天,饶小胖至今仍记忆犹新。

众所周知,高血压、高血脂和高血糖是人类主要面对的慢性疾病,而由这些慢性病引发的冠状动脉粥样硬化性心脏病、脑卒中、肾脏病变、眼底病变、周围神经病变、周围血管病变这六种并发症同样让患者深受困扰。饶小胖介绍,面对这些困扰,青岛市城阳区人民医院展现出超凡的勇气与智慧,孕育并实施了一项创新管理模式,即“三高共管,六病同防”医防融合慢性病综合管理模式。

“它的含义不仅指覆盖的人群包含‘三高六病’患者,同时还指由三级医疗机构共同管理。”饶小胖主任深刻阐释了该模式的内涵。他表示,“三高共管”模式的核心在于构建一个覆盖高血压、高血脂、高血糖患者及其他六种并发症的区域性全面管理体系,并且这一体系可以通过三级医疗机构的紧密协作——“三高中心”“三高基地”和“三高之家”,实现对“三高”患者的闭环管理。

依托区域健康共同体牵头医院青岛市城阳区人民医院建设的“三高中心”,负责难治性、复杂性“三高六病”及其他并发症患者的诊治和院内就诊患者医防融合服务;依托8个乡镇卫生院和社区卫生服务中心建设的“三高基地”,承担首诊患者和病情不稳定患者个性化方案的制定和线上、线下会诊服务;依托206家镇村一体化卫生室和家庭医生团队建设的“三高之家”,承担稳定期患者的常规药物治疗、随访管理和高危人群干预。

饶小胖自豪地表示,这个平台整合了筛查、诊断、风险评估、疾病管理等标准化功能,确保医疗服务的连贯性和一致性。同时,医院相关专科与基层医疗机构通过预防职能实现了医防融合,显著提升了慢病管理率、治疗率和达标率,为患者带来了实实在在的益处。值得一提的是,科室在区域内的影响力也不断提升,患者的黏性得以增加,这为医院带来了更多的发展机遇和科研数据资源。

### 精准治疗 做群众健康的守门人

工作中,饶小胖冷静应对突发情况,争分夺秒对患者进行精准治疗,用点滴的积累夯实理论基础和实践技能。就在记者采访前两天,城阳区人民医院内分泌科团队在饶小胖带领下经历了一次惊心动魄的急救。患者入院后化验血糖为90.0mmol/L(正常血糖空腹不超过6.1mmol/L,餐后2小时不超过7.8mmol/L),这是典型的“糖尿病高渗昏迷”,这对内分泌科医生来说再熟悉不过,它绝对称得上糖尿病患者“最危险的杀手”。患者病情危重,已经出现昏迷症状,患者随后被立即收治进内分泌科病房作进一步治疗。饶小胖带领团队迅速投入急救中:心电监测、吸氧、开放双静脉通道快速

补液、小剂量胰岛素静脉泵入降糖……急救在争分夺秒地进行。

糖尿病性高渗昏迷表现凶险,死亡率60—70%。在收治入院后,内分泌科医护团队紧密协作,针对患者病情,制定了缜密的治疗方案,予以胰岛素降糖、补液、纠正电解质紊乱及酸碱平衡失调等治疗。同时,严密监测血糖、渗透压等各项指标。在内分泌科医护团队的精心治疗与护理下,患者闯过重重难关,病情开始逐渐好转,目前,糖尿病高渗性症状消失,相关指标恢复正常,已经康复出院。

据介绍,在糖尿病诊疗中,除了各种慢性并发症外,低血糖昏迷、糖尿病酮症酸中毒、糖尿病高渗昏迷,这三种急性并发症随时危及患者的生命。这名患者出现了最凶险的糖尿病高渗昏迷。通俗地讲,就是血管里葡萄糖的浓度太高了,会把大脑、器官、组织细胞里的水吸出来——就像腌萝卜一样,外边盐浓度高了,就把萝卜里的水吸出来了,相当凶险。此病发病隐匿,早中期症状往往不典型,很容易被忽视。而患者一旦进入晚期昏迷,病情极其危重,预后差、死亡率高,一旦怀疑为本病,应立即送医治疗。

### 坚守一线 做“一辈子”的“值班”医生

饶小胖出生在江西,1995年大学毕业后,他先是在莱州一家医院工作,后考入潍坊医学院攻读研究生。在来城阳区人民医院前,饶小胖还曾在青岛市糖尿病医院工作,这让他有了丰富的临床经验。从医近三十年,饶小胖凭借精湛的医术,待病患如朋友,收获了很多信任和认可,不少患者追随他超过十年。无论何时,接到患者打来的电话,饶小胖总是仔细询问,给予具体帮助。“医生的时间不属于自己,而是属于患者。”饶小胖说出的这句话,他早已照此执行了多年。哪怕是在病中、在梦中,他的心里仍然想着患者,他说,自己要做“一辈子”的“值班”医生。

在临床的不断磨砺中,饶小胖感受到前所未有的重任。“患者生病时会把医生当成依靠,尤其我们这种慢性病科室,有事没事都想找医生聊聊天。”这种依赖感、信任感是不当医生难以体会的。用他的话说,“治病救人给予的成就感督促我前行,在患者出院的谢意中,儿时记忆里医生的形象更加丰富立体。”作为科主任,多年来,饶小胖带领科室人员在内分泌医学领域砥砺前行,做好患者生命的守护神。在科室,他多次承担专题讲座和学习班授课任务,详细剖析疑难危重病例救治。由于科室轮班等因素,无法保证每一次授课都面向全科室的医护人员,所以相同的知识点他要讲很多遍,为的就是让每个医护人员都能学到本领和知识。在他的努力下,内分泌科医护技术水平和业务素质不断提高。

怀揣这份信念,在业余时间,饶小胖也不闲着,他经常到基层医院进行内分泌知识宣传,帮助医联体医疗单位共同提高医疗水平及服务能力,致力于为周边地区更多的内分泌患者提供最合适的治疗方案。同时,饶小胖还利用节假日向社区居民普及糖尿病等内分泌疾病的防治知识、开展健康义诊活动。他所带领的科室连续多年被评为青岛市重点学科,并荣获“青岛市青年文明号”和“国家慢病示范基地”等多项荣誉称号。

观海新闻/青岛早报记者 徐小钦 院方供图



### 名医档案

## 饶小胖

主任医师、硕士研究生导师。青岛市城阳区人民医院内分泌科主任,青岛市专业技术拔尖人才,享受青岛市政府特殊津贴。山东省三高共管项目组专家,中国老年学学会骨质疏松委员会委员,青岛市预防医学会糖尿病健康管理专委会主任委员。

### 健康提醒

### 当糖尿病撞上发热 可能不只是“感冒”

饶小胖提醒,糖尿病病人在血糖较高的情况下存在机体的代谢紊乱,机体抵抗力下降,免疫力降低,容易发生细菌感染;同时,高血糖的血液环境本身也是细菌的培养基,有利于细菌滋生、繁殖、扩散、种植,从而形成隐匿性较强的组织脏器脓肿,一旦脓肿破裂,易造成糖尿病病人感染病情凶险的脓毒血症,严重的可导致患者死亡。

肝脓肿往往表现为不明原因发热,腹部疼痛、恶心、呕吐等症状,该患者没有更多症状的表现,怎么就能第一时间检查明确诊断呢?饶小胖解释,一部分肝脓肿患者并没有

明显的腹部表现,也就是我们常认为的腹痛,肝区的不适,胀痛等。因为发热,所以病人食欲不振、乏力等状况容易被误诊为是呼吸道、消化道或泌尿系统感染引起的,肝脏的问题常被忽略。其实。对于肝脏内部长包块,包括脓肿及早期肿瘤,反应是非常轻的,往往没什么症状,所以我们称之为“隐藏的杀手”。因为肝脓肿靠近腹腔中心位置,具有很深的隐匿性,因此不容易早期识别,从而耽搁治疗。饶小胖特别提醒,当糖尿病撞上发热,可能不只是“感冒”,要警惕细菌性脏器脓肿,及时就诊,积极治疗,才能有好的预后。