

聚焦公立医院高质量发展

仁心济桑榆 杏林暖夕阳

——市中医研究所附属医院区域中医老年病中心发展纪实

文/本报记者 郭嘉 图/本报记者 邢永红

1 匠心创新护银龄

“在肺病老年病科多年建设的基础上,2023年底,区域中医老年病中心正式挂牌成立。”谈及中心的发展历程,市中医研究所附属医院区域中医老年病中心主任张晨光的话语中满是感慨。中心的建成并非一蹴而就,早年肺病老年病科的成立已为其打下发展根基。经过长期不懈的深耕与探索,为积极响应国家与地方推动中医药传承创新发展的号召,助力我市中医药强市战略落地生根,2023年12月,区域中医老年病中心正式挂牌,标志着该院在老年医学领域的服务能力与辐射范围,迈入了全新的发展阶段。

作为落实我市中医药传承创新发展示范试点项目、推动中医药强市战略的重要载体,该中心自成立以来,以“打造中

西医并重的老年病诊疗高地”为目标,在医疗、教学、科研、预防等领域持续发力,用专业与温情为区域内老年患者筑起健康屏障。

走进张晨光的办公室,书桌窗台上整齐摆放的医书散发着厚重的专业气息,其中一本《诊断学》尤为醒目——泛黄的书页间,密密麻麻的批注与深浅不一的折痕,不仅记录着他对行医基本功的坚守,更镌刻着对医疗事业的执着与热爱。“这是行医的根本,只有常学常新、深耕不辍,才能让诊疗更严谨,让患者更安心。”他的这句话,如今已成为中心全体医护人员内化于心、外化于行的行动准则。

从最初聚焦肺病与老年病的专科,到如今功能日益完善的区域性诊疗中心,科

室规模与服务能力持续提升。目前,中心已组建20人专业医护团队,开放31张标准化床位,但这仅是发展蓝图中的“第一步”。在张晨光眼中,中心的核心目标清晰而坚定:通过周期性、系统性的综合建设,最终打造一个中西医结合诊疗能力突出、硬件设施完善、诊疗设备先进,集医疗服务、人才教学、科研创新于一体,且防治体系闭环化的区域性中医老年病诊疗高地。

人才是医疗事业发展的“核心引擎”。中心始终将人才培养作为关键抓手,一方面深挖内部潜力,通过病例研讨、技能实训等方式提升医护人员的临床诊疗与科研创新能力,为可持续发展积蓄内生动力;另一方面聚焦老年群体高发的呼吸、心脑血管、慢性疼痛等疾病,重点推进老年呼吸病专业、老年心脑血管病专业、老年运动系统疾病专业等亚专业建设。通过“走出去学前沿、请进来传经验”的双向交流机制,定期选派骨干医护人员前往上级医院进修深造,并邀请上级医院专家前来讲学指导,着力打造“人人有专长”的专业化团队。

在诊疗技术创新上,中心始终以老年患者需求为导向,引进并落地多项核心技术:老年病综合评估技术为个体化诊疗提供精准依据,支气管镜探查技术助力呼吸系统疾病早发现、早干预,老年人体质辨识技术结合针灸、艾灸等中医适宜技术,真正实现“辨证施治、一人一方”;护理团队则针对老年患者行动不便、并发症多发等特点,专项创新老年人生活照护、褥疮预防与护理等特色技术,构建起“诊疗-康复-照护”全流程服务链条。截至目前,中心已针对老年呼吸、老年运动康复以及脑梗死恢复期、慢性心力衰竭等多个中医优势病种,形成标准化、规范化诊疗方案,累计为千余名老年患者提供了专业、贴心的医疗服务。



该院肺病老年病科常年邀请相关领域专家进行教学查房。

怀病房、老年特色门诊等,以满足老年人多样化、多层次的健康服务需求。

“患者出院后,我们会定期电话随访,动态跟踪康复情况。”张晨光介绍,中心坚持为出院患者提供跟踪服务,及时调整康复方案,目前随访率超90%。患者满意度始终稳定在95%以上。面对成绩,中心保持清醒:医疗技术永无止境,随访既是关注疗效,也是反思诊疗盲区,力求服务“客观且不失温情”。

仁心济桑榆,杏林暖夕阳。区域中医老年病中心以精湛医术守护老年人健康,用温暖关怀慰藉老年人心灵,以实际行动诠释“有时去治愈,常常去帮助,总是去安慰”的医学人文内涵,为长治及更广泛区域的老年群体,托起一片健康、安宁的夕阳红。

2 温情守护治身心

“90多岁的脑中风患者,身上有七八十处褥疮,皮肤几乎没有完好的地方。”回忆起曾经接诊过的一位患者,张晨光的语气仍带着几分沉重与感慨。当时老人因严重褥疮引发感染,生命体征持续恶化,家属看着日渐衰弱的老人,几乎要放弃治疗。面对危急情况,中心团队没有退缩,迅速制定中西医结合救治方案:一方面采用“益气活血,托里排毒”的中医治法,慢慢调理老人虚弱体质;另一方面,护理团队轮班值守,每天定时为老人清理疮面、更换敷料,翻身拍背,细致预防感染加重。历经3个多月的日夜守护,老人身上的褥疮仅剩下2处,不仅脱离生命危险,还能缓慢坐起。

这样的事例,在中心时常发生。70多岁的肺部肿瘤患者,因听闻化疗的副作用而情绪低落。张晨光了解情况后,首先耐心倾听患者的需求,再结合身体状况,为其量身定制“内服中药+针灸拔罐+西医抗感染”的综合方案——中药调理机体免疫力,针灸拔罐缓解胸闷咳嗽,西医精准控制感染症状。仅仅两周,患者的咳嗽、气短症状明显缓解,重新燃起生活信心;29岁的先天性巨结肠患者因病情反复一度抑郁,医护团队及时制定调理方案,并主动为其进行心理疏导,如今,患者已能正常生活……

“治病更要治心,很多时候,患者缺的不是一味对症的药,而是一句理解的安慰、一份不放弃的信心。”张晨光常这样叮嘱科室的医护人员,他还牵头在科室开展心理学知识培训,鼓励大家多站在患者角度思考,让诊疗流程多一份人性的温暖。

“和患者相处没有捷径,以心换心就是唯一的秘诀。”从事医疗工作几十年,张晨光始终坚信真诚的力量。在中心,许多患者不仅在这里治愈了疾病,更与医护人员结下了超越医患的深厚情谊——有的家庭一家三四代人,从老人到孩子,看病都认准市中医研究所附属医院。当收到年轻患者结婚的喜糖,张晨光会准备好份子钱;得知老人抓药时钱带少了,他就自掏腰包垫付;逢年过节,不少康复患者还会发来祝福信息,聊聊自己的生活近况。这份双向的信任与温情,藏在每一次耐心的问诊、每一次细致的护理、每一次真诚的沟通里,成为区域中医老年病中心坚守“治身更治心”理念的最佳写照。

3 教研协同促发展

在临床科研领域,中心始终以老年病重点研究病种为核心,将科研创新与临床需求紧密结合,持续推动中医特色技术转化落地。目前,中心已围绕老年呼吸、心脑血管等优势病种成功申报1项省级科研课题,更将临床验证有效的经验方转化为3个特色中药制剂。其中,针对老年慢性咳嗽研发的“祛风止嗽颗粒”,历经多轮药效评估与工艺优化,即将正式投入临床使用,未来将为众多老年呼吸系统疾病患者提供更便捷、更具针对性的中医治疗方案,真正让科研成果惠及患者。

同时,为打破地域医疗资源壁垒,中心依托跨区域合作资源,精心搭建起“京-长-基层”三级医疗交流平台,构建上下联动的发展格局。一方面,中心定期选派骨干医护人员前往北京中医医院、山西省中医院等上级中医医疗机构,开展为期3-6个月的中长期专科进修,重点学习老年病中西医结合诊疗、重症监护等前沿技术;另一方面,主动邀请上级医院的知名专家下沉基层,通过现场教学、手术指导、疑难病例会诊及公益义诊等形式,将优质医疗资源与先进诊疗理念延伸至社区与乡镇卫生院,切实提升基层医疗机构的老年病服务能力。

在医学教学领域,中心同样成果丰

硕,已成为区域内中医老年病人才培养的重要基地。2023年11月,中心成功承办省级继续教育项目“老年病中医诊疗新进展培训班”,课程涵盖老年病辨证思维、特色技术应用等核心内容,吸引了周边市县50余名基层医护人员参与,有效提升了区域内老年病诊疗的规范化水平;2024年9月,中心承办国家级继续医学教育项目“传统功法康复学师资高级培训班”,邀请国内知名康复专家授课,将八段锦、太极拳等中医传统康复功法与老年病康复理念相结合,学员覆盖全国多个省市,推动中医康复技术向更广泛地区普及。

“我们不仅要自己能看好病,更要教会更多人看好病,让中医老年病诊疗的火种不断传递。”张晨光表示,目前中心已与3家医学院校及基层医疗机构建立稳定教学合作关系,累计接收并培养实习医生30余名,为区域中医药人才队伍建设注入了鲜活力量。

从单一科室到区域中心,从传统诊疗到中西医协同,市中医研究所附属医院区域中医老年病中心用短短一年多的时间,书写了中医药服务老年健康答卷。一步一脚印,一步一台阶。中心将开设“无陪护病房”和“星级式”康养病房、康复病房、中长期照护病房、临终关

专家刘玉超现场会诊。

【“未病”讲学堂】

仲秋时节天气已从凉爽正式转入寒凉。民间俗语“白露身不露,寒露脚不露”,正是对这一阶段养生的经典提醒。把握此阶段养生要点,需先摸清“寒”与“燥”两大核心气候特点,再针对性应对健康隐患、落实养生举措。

三大健康隐患需警惕

燥邪伤阴,诱发身体不适:干燥气候会消耗体内津液,阴虚体质、血糖不稳人群易出现皮肤干燥瘙痒、口干舌燥、便秘等症状;甲状腺功能亢进患者则可能加重心烦、手抖、口干等表现。

寒气凝滞,增加疾病风险:低温会导致气血流通变慢,尤其糖尿病患者需格外注意——多数糖尿病患者脚部血液循环和神经感知较弱,脚部受凉后血管收缩,会大幅提升冬季“糖尿病足”



的发病概率,所以要做到“脚不外露”。

情绪波动,干扰身心平衡:秋风落叶易让人产生“悲秋”情绪,情志不畅会直接影响肝脏疏泄功能,成为甲状腺结节、乳腺增生等问题的常见诱因;同时,焦虑、抑郁等情绪还会通过影响皮质醇等压力激素,干扰血糖稳定。

四大养生举措要做好

饮食:少辛增酸,滋阴护肺。减少大

蒜、辣椒等辛散食物,避免过度发散消耗津液;适当多吃葡萄、山楂、石榴等酸味食物,帮助收敛肺气,补充身体所需水分与营养。

起居:注重保暖,护好双脚。日常需穿袜子保护脚跟,避免受凉;每晚用40℃左右温水泡脚15-20分钟,既能促进血液循环,也对预防“糖尿病足”至关重要。

睡眠:早睡早起,避免熬夜。遵循秋季“收敛”规律,养成早睡早起的习惯;熬夜易导致激素分泌紊乱,需坚决避免。

运动:温和适度,忌大汗伤阴。选择太极拳、八段锦、慢跑、散步等温和运动,避免过度出汗损耗阴液。

内分泌相关人群需重点养护

足部护理是重中之重:每天仔细检查双脚,查看是否有小伤口、水泡;选择宽松柔软的棉袜,减少脚部摩擦与压迫。

加强血糖监测:天气转凉后食欲可能变好,需更频繁地监测血糖,及时发现并控制血糖波动,避免并发症风险。

防秋燥、防便秘:每日保证充足饮水量,多吃富含膳食纤维的蔬菜,避免因便秘引发心脑血管意外。

仲秋阶段养生,核心只需记住“收”“润”“暖”。“收”是收敛神气、早睡早起;“润”是滋润身体、滋阴防燥;“暖”是温暖肢体、从脚暖起。做好这三点,即可平稳度过寒凉秋燥季,为冬季健康打下基础。

·市中医医院 巩文娟·



信息集萃

长治医学院附属和平医院开展“无偿献血”公益活动

本报讯(记者郭燕妮 通讯员李鑫)近日,长治医学院附属和平医院联合市中心血站开展“无偿献血”公益活动。当鲜红的血液顺着导管缓缓流入血袋,这双手前一刻还握着听诊器为患者诊断病情,此刻却以另一种方式为生命续航。

一大早,该院门诊楼前便涌动着别样的温暖,临床科室的医护人员换下值班服第一时间赶来排队,行政后勤人员利用工作间隙参与献血,甚至有不少陪同患者就诊的家属也主动加入了无偿献血队伍。大家按照指引依次填写献血登记表、测量血压、完成血液初筛,整个过程井然有序,还有医护人员为来往群众科普献血的相关知识。据统计,本次活动累计献血量达15800ml,该院输血科主任杜肖刚感慨:“每一袋血液都是生命的礼物,希望通过活动让更多市民了解献血知识,加入爱心队伍。”

该院将持续推进无偿献血常态化,结合“党员示范岗”“青年志愿服务队”等,让无偿献血融入医院常态,为守护人民健康注入更强动力。



医护人员踊跃献血。

长治医学院附属和济医院把心理健康知识送到群众身边

本报讯(记者郭燕妮)日前,长治医学院附属和济医院心理门诊团队在门诊大厅开展心理健康教育宣传活动,以专业服务为群众心理健康保驾护航,把科学的心理健康知识送到群众身边。

在活动现场,主题大屏幕及宣传彩页以最直观的形式普及心理健康知识,医护人员聚焦焦虑、抑郁、失眠等常见心理问题,为大家清晰解读早期识别方法与应对技巧,同时澄清“心理问题就是精神疾病”等认知误区,传递“健康不仅是躯体无恙,更是心理晴朗”的科学理念。一位患者表示:“平时总觉得压力大却不知道怎么调节,今天听了心理治疗师的详细讲解,学会了一些实用的放松方法,很有收获。”

该院心理门诊团队今后将继续开展科普活动,通过组织团体辅导、开设心理健康小课堂等形式,把心理健康服务融入日常诊疗流程,让群众在就医过程中就能轻松接触到专业心理支持,让“人人享有心理健康服务”从理念落到实处。

“医”线快讯

医养融合护银龄

——北大医疗潞安医院持续创新医养模式提升服务能力

本报记者 丁维丽

金秋十月,在潞州区南山田园敬老院和下秦爱心敬老院里,一场暖意融融的义诊活动正在进行。北大医疗潞安医院的专家团队带着专业设备和满腔热忱,为老人们送去健康关怀。量血压、测血糖、做心电图、超声检查……医护人员细致入微的服务,让老人们足不出户就享受到优质的医疗资源。

“大娘,您的血压有点高,平时饮食要少盐,按时吃药。”义诊台前,心内科医生一边为老人测量血压,一边耐心叮嘱。88岁的王奶奶腿脚不便,护士主动搀扶她完成各项检查,还为她梳理了日常用药清单。“这些医生讲得清楚,态度又好,我们心里踏实!”王奶奶笑着说。

这样的场景在义诊现场比比皆是。针对老年人常见的慢性病、多发病,医护团队不仅提供精准筛查,还结合个体情况定制健康方案。一位患有糖尿病的老人拿着检查单感慨:“我们在家门口就能享受专家服务,真是太方便了。”

此次义诊是北大医疗潞安医院践行中国平安“综合金融+医养康养”的缩影。作为中国平安成员单位,医院在潞安化工集团和北大医疗产业集团的支持下,早在2018年便布局医养服务,逐步构建起覆盖居家、社区、机构的全链条服务体系。目前,医院已运营1家养老机构、2家社区居家养老服务中心,并与11家单位建立医养联合合作。通过“线上+线下”双轨并行,老年人既能在线问诊,也可通过绿色通道快速转诊。健康潞安智慧医养平台更是打破了时空限制,让偏远地区的老年人也能享受三甲医院的服务。

“我们的目标不仅是治病,更要让老年人有尊严地养老。”北大医疗潞安医院院长吴东亮介绍,医院独创的“居家服务-社区照护-机构养老-医疗保障”模式,将医疗资源深度嵌入养老服务中。面对人口老龄化趋势,该院计划进一步扩大服务半径。他信心满满地表示,将充分发挥医养联合体的引领辐射作用,推动优质医疗资源下沉,提升区域医养服务能力,以更优质的技术与服务,满足民众日益增长的健康需求。