



耄耋老人家中摔倒骨折 医生妙手帮她重新站起来



国家级继续教育项目 学习班在宁开班

骨折是老年人健康的大敌,对高龄老人影响更为严重,及时手术是有效的治疗手段。近日,福鼎市医院骨科团队通过急诊手术,成功治愈一名九旬的左股骨粗隆间骨折的病人,帮助老人重新站了起来。

福鼎市医院骨科医生陈文宇介绍,随着年龄的增长,人的骨质强度会逐渐变低。老年人一旦臀部着地摔倒,就很有可能导致髋部骨折。特别是老年人,随着年龄越大,除了疾病的困扰,最怕的就是摔跤。近年来,随着人类平均寿命的增加,老年髋部骨折发病率呈明显上升趋势。保守治疗的病人致残率达到20%,骨折后一年内保守治疗的病人死亡率更是高达50%。因此髋部骨折也被称为“人生最后一次骨折”。

泌尿道感染等并发症随之而来。“骨折本身并不可怕,但这些并发症会严重消耗患者的身体甚至生命。”陈文宇说道。夏奶奶入院后,福鼎市医院骨科姚挺、吴同适、陈文宇医师团队,与患者家属充分沟通,综合考虑患者的病情和需求后,认为尽早康复并下床活动是最佳方案。

就是一个全新的、艰巨的挑战。如何缩短手术时间、减少创伤以及如何有效降低手术风险都成为术前讨论的必选环节。为此,骨科团队积极为老人完善术前准备,并在麻醉团队的帮助下,应用微创技术行“股骨粗隆骨折闭合复位髓内钉内固定术(PFNA)”,仅用时30分钟,成功为老人实施手术治疗。术后第2天夏奶奶就能下床行走了。

据介绍,近年来,福鼎市医院骨科每年高龄髋部手术量已达百台以上,其中不乏九旬以上高龄甚至超高龄老人,均取得良好的疗效。

本报讯(记者 张颖珍) 11月23日,由上海市第一人民医院宁德医院主办的国家级继续教育项目《多模态磁共振成像技术在神经疾病的临床应用》学习班开幕式在我市举行,省内外200多位放射学科专家齐聚,共赴这场学术盛宴。

新版健康素养66条(14~16),一起来学习吧!

为了适应和满足当前公众日益增长的健康需求,2024年5月,国家卫生健康委修订并发布了《中国公民健康素养——基本知识与技能(2024年版)》(简称“健康素养66条”)。一起来学习新版“健康素养66条”,提升健康知识和技能,践行健康生活方式,做自己健康的第一责任人!

纸(带、绳)等物理方法灭蝇。老鼠可以传播鼠疫、流行性出血热、钩端螺旋体病等多种疾病。搞好环境卫生,减少老鼠的藏身之地;安装防鼠门、防鼠网、封堵孔洞等。同时,保管好食物,减少老鼠对食物的污染。

肉和水产品;不猎捕、不买卖、不食用野生动物。食用野生动物违反相关法律法规。任何单位和个人发现禽畜类出现发病急、传播迅速、死亡率高、异常情况等,应及时向当地农业农村畜牧兽医主管部门或动物疫病预防控制机构报告。

测。高血压患者除关注血压水平外,还要关注是否存在其他心血管疾病危险因素。普通高血压患者的血压均应严格控制在140/90mmHg以下;糖尿病、慢性肾病、稳定性冠心病、卒中患者的血压控制更宜个体化,一般可降至130/80mmHg以下;老年人收缩压降至150mmHg以下。

第14条 蚊子、苍蝇、老鼠、蟑螂等会传播多种疾病。蚊子、苍蝇、老鼠、蟑螂等病媒生物能直接或间接传播多种疾病,可引起人群感染,导致疾病的传播和流行,造成感染人群发病甚至死亡。

杀灭老鼠可以使用鼠夹、鼠笼、粘鼠板等捕鼠工具,还可使用安全、高效的药物灭鼠。要注意灭鼠药的保管和使用方法,防止人畜中毒。蟑螂可以携带痢疾、伤寒等多种病原菌,其排泄物与尸体中的蛋白可诱发人的过敏性鼻炎和哮喘。

第16条 关注血压变化,控制高血压危险因素,高血压患者要做好自我管理。高血压是我国常见的心血管疾病之一。未使用降压药物的情况下,非同日3次诊室血压测量收缩压 ≥ 140 mmHg和/或舒张压 ≥ 90 mmHg,可诊断为高血压。

根据国家基本公共卫生服务规范要求,乡镇卫生院(村卫生室)、社区卫生服务中心(站)为辖区内35岁及以上常住居民中原发性高血压患者提供健康管理服务,包括免费测量血压、提供健康指导等。35岁及以上居民,血压正常者应至少每年测量1次血压,高血压高危人群至少每6个月测量1次血压,并接受医务人员健康指导。

保持环境卫生,清除蚊子孳生地。蚊幼虫生活在水中,要清理环境中的各类积水,无法清理的积水可定期投放杀蚊幼剂。根据情况选用纱门、纱窗、蚊帐、蚊香、杀虫剂、驱避剂等防蚊灭蚊用品,防止蚊子叮咬,预防蚊传疾病。

第15条 不加工、不食用病死禽畜。不猎捕、不买卖、不接触、不食用野生动物。许多疾病可通过动物传播给人,如炭疽、狂犬病、人感染高致病性禽流感、布鲁氏菌病、棘球蚴病(包虫病)、绦虫病、囊虫病、血吸虫病等。

患者有高血压病史,目前正在服用抗高血压药物,血压虽低于140/90mmHg,仍诊断为高血压。根据舒张压收缩压数值大小,《中国高血压防治指南(2023年版)》将高血压分为三类,分别为:长期高血压可引起心、脑、肾并发症,严重危害健康和生命。超重或肥胖、高盐饮食、体力活动不足、吸烟、过量饮酒、精神紧张是危险因素。

具备上述危险因素之一,即为高血压高危人群。高血压的治疗必须坚持长期、综合、全面的原则。高血压患者应遵医嘱服药,按期复查。增强自我保健意识,主动学习高血压知识,对疾病有全面正确认识,掌握家庭自测血压的方法,做好血压自我管理。

苍蝇可以传播霍乱、痢疾、伤寒等消化道疾病。搞好环境卫生,管理好垃圾、粪便、污物,消除苍蝇孳生地,可有效控制苍蝇数量。不乱丢垃圾、生活垃圾袋装化,不随地大小便、处理好宠物粪便等,可有效减少苍蝇孳生。安装纱门、纱窗、防蝇门帘等防蝇设施,切断侵入途径。保管好食物,防止苍蝇叮爬。

预防动物源性疾病传播,要做到:不与病畜、病禽接触;接触禽畜后要洗手;不加工、不食用病死、死因不明或未经卫生检疫合格的禽畜肉;不吃生的或未煮熟、煮透的禽畜

肉和水产品;不猎捕、不买卖、不食用野生动物。食用野生动物违反相关法律法规。任何单位和个人发现禽畜类出现发病急、传播迅速、死亡率高、异常情况等,应及时向当地农业农村畜牧兽医主管部门或动物疫病预防控制机构报告。

高血压患者及高血压高危人群要养成健康的行为生活方式,清淡饮食,少盐、少油、少糖,多吃蔬菜和水果,做到合理膳食、控制体重、戒烟限酒、适量运动、减轻精神压力、保持心理平衡。

文明健康 有你有我



健/康/生/活/每/一/天

合理搭配 科学饮食

中共宁德市委文明办 宁德市创城办(宣)

蕉城区首家“医育结合”试点签约

本报讯(记者 张颖珍)日前,记者从市卫健委获悉,蕉城区首家“医育结合”试点项目落地蕉城区福景托育机构。未来,蕉城区蕉南社区卫生服务中心和福景托育机构实地调研,与各方细致交流,梳理关键点,还组织多场专项座谈会,邀请各界代表参与收集意见建议,完善合作框架。在双方达成合作意向后持续跟进,协助细化协议条款,明确责任义务,全方位保障合作顺利开展,为医育结合工作稳步推进筑牢根基。

签约仪式当天,蕉城区妇幼保健院为福景教育集团开展首期培训课,主题为《托育机构婴幼儿伤害预防健康知识》,围绕儿童伤害定义以及伤害应对方法、流行病学特点,紧密结合实际案例,着重讲解落实安全制度以及宣传培训等方面的具体举措。员工们认真学习,并且结合自身教学实际情况,与授课教师进行互动交流。

闽东医院举办“世界慢阻肺日”健康讲座活动

本报讯(郭良华) 11月20日是第23个“世界慢阻肺日”。为增强公众对慢阻肺病的认识与了解,闽东医院呼吸与危重症医学科携手门诊部,共同举办了一场题为《“肺”腑之言——慢阻肺慢不得》的健康讲座活动。

讲座上,呼吸与危重症医学科副主任医师缪碧芳采用福安话与普通话双语讲解的方式,以通俗易懂的语言,为患者深入浅出地阐述了慢阻肺病的自我识别、自我管理、居家运动康复以及预防控制等方面的知识。

市中医院举办紧急用血演练 未先通知医生仅用3分20秒火速到达抢救现场

本报讯(记者 张文奎 通讯员 林捷) 近日,为进一步提升突发事件及紧急抢救情况下的用血安全,提高严重创伤引起的急性失血性休克患者的抢救成功率,宁德市中医院依据《突发公共卫生事件应急条例》《临床输血技术规范》《医疗机构临床用血管理办法》等相关规定,成功举行了一场紧急用血演练。

本次演练由市中医院医务部牵头组织,急诊科、输血科、创伤骨科等多个科室共同参与。演练模拟了一名因交通事故导致创伤性休克的患者被紧急送往医院,需要立即进行抢救并输血的情况。从急诊科护士站接到120电话,到医生评估病情、启动紧急输血流程,再到输血科准备血液、护士取血输血,整个过程紧张有序,全体演练人员配合默契,充分展现了市中医院应对突发事件的高效处置能力。

在演练中,急诊科立即启动紧急输血流程,并报告医务部。医生迅速评估患者病情,开通静脉通路,心电监护,并急查输血前相关检查。同时,输血科工作人员在接到通知后,迅速从储血冰箱中取出