



# 浙江医院“九九重阳”公益活动昨举行,上千专家号被抢光还临时加号

## 有人听完讲座恍然大悟

## 有人列满问题来就诊



浙江医院三墩院区,很多人来参与免费检验检测项目。

本报记者 吴朝香  
通讯员 王婷 钱冰冰

9月29日,第十三届“九九重阳——浙江医院与您健康相约”老年病防治知识健康讲座暨大型义诊公益活动在浙江医院三墩院区和浙江医院灵隐院区开启。

当天上午虽然飘起大雨,但前来参加活动的民众,热情却丝毫不减。健康公益讲座座无虚席;1300余个专家义诊号一抢而空,一个上午加号至1500人次;彩超、前列腺癌筛查等免费检测项目也被一大早赶到两个院区的患者“秒光”,免费检查检验830人次……

### 有人一大早来抢免费检测项目

上午8点钟,浙江医院三墩院区门诊大厅内,免费检测项目咨询台前,已经围了一圈大伯大妈。

70多岁的刘阿姨坐在医生面前,说自己一直是高血脂,这半年来时不时会头晕,但没做过什么检查。

仔细询问完她的症状和服药情况后,医生建议她做一个颈动脉彩超,“这项检查今天是免费的,可以当天做。”

刘阿姨拿出身份证,在旁边领取检查单后,满意地离开。

8点30左右,68岁的刘大伯已经完成了免费骨密度检测。“我从报纸上看到医院今天有免费检测项目,我一直觉得腿疼,都说年纪大了会缺钙,我以前也没检查过,今天就来查一查。”

做完检查的刘大伯又来到一楼会议室,这里有两场健康科普讲座他想听一听:副院长、骨科专家宋柏杉主任医师讲解“得了膝关节炎怎么办?”、老年病科主任陈旭娇主任医师则告诉大家“吃对三餐,省钱又长肌肉”。

### 听完讲座,每天跑3公里的阿姨恍然大悟

“我门诊中60%的老年患者都有关节疼痛。”宋柏杉说,人在走路、上下楼梯、跑步以及爬山时,关节的弯曲度数不同,承受的人体重量压力也不同,“用力不当,膝关节就会出现不可逆的磨损。”

宋柏杉不建议老年人进行爬山、跑步、打太极等运动,这会加剧关节的损伤。

听到此,70岁的杨阿姨恍然大悟,“我每天跑步20多分钟,三公里,看来这个方式要改一改。”

宋柏杉还讲到了很多老年患者容易陷入的一个误区:拒绝消炎镇痛的药物。“我们治疗膝关节炎的原则是:缓解疼痛、暂缓进展、纠正畸形、改善生活质量。缓解疼痛是首位,消炎止痛的药物可以降低炎症物质,像针灸、理疗、贴药膏这些方法也是止痛。所以大家不要抵触止痛药,这是治疗的首选。”

讲座到最后,现场很多老人围住宋柏杉,问题一个接一个:有人是膝盖疼痛、有人手关节疼痛……

宋柏杉一一解答,“膝关节出现问题,可以使用非手术治疗:比如服用营养软骨类药物、消炎止痛药、扎针灸等,如果情况严重,也可以考虑关节置换,这个手术目前也很成熟,术后恢复快。”

宋柏杉建议老年人日常活动中要注意减轻体重、注意保暖、不负重或少负重行走,尤其要避免剧烈运动,以免加速关节磨损和老化。

### 80岁大伯在纸上密密麻麻写满问题

两场科普讲座座无虚席,浙江医院党委书记、心血管内科专家严静的候诊区,也坐满了患者。

80岁的侯大伯(化名)拿着一张纸,上面密密麻麻写满了问题:血压160,要不要服用某个药物,哪个药物是否要减量……

侯大伯动作缓慢,说说想想停停,严静很耐心,听他讲完,又

拿出听诊器认真听了心脏后,逐条解答。“目前来看,你血压比较高,有早搏迹象,需要做动态血压监测和动态心电图,最好再做一个冠状动脉CTA,确诊后,再详细制定治疗方案。”

严静说,侯大伯这类患者还蛮典型的,他血压高,但没有出现头晕、心慌等典型症状,所以没有规律服药,还擅自减量;他辗转了多家医院,但一直没有做关键性检查来确定病因;他自行服用了很多药物,但都不对症。

“心血管疾病发病率高,致死致残率高,但依然有人对它不了解。就如高血压,有原发性也有继发性,要先查明原因,再对症,并非是药吃得越多越好。”严静表示,心血管疾病多发于老年患者,但是从中青年时期进展而来的,所以要做预防,另外在治疗上,要讲究分级管理,比如在大医院查明原因,制定治疗方案,调整药物,日常管理则在社区医院完成。

### 儿女要多注意老人这方面的异常

“我一个晚上起来小便比原来多了一两次,睡也睡不好,害怕病情加重了,很担心,你是这方面的专家,我一定要来问问。”在浙江医院院长、泌尿外科专家陈军主任医师的诊室内,一位大伯拿出一大堆检查报告。

他是前列腺增生患者,在外院就诊后开了药,本来要一天服用两种药,但一段时间后他觉得自己情况减轻,就擅自停用了其中一种,而且另一种规定需要每天服用一次的药他也时不时的遗漏服用。

“患者的依从性一定要好,药量不能擅自增减,你目前的状况不算太严重,如果按时按量服药,效果会更好。”陈军反复叮嘱。

当天上午,陈军还接诊了一位70多岁的女患者,对方持续一年的尿频、尿急,同时伴随尿失禁,但都没当回事,直到最近到女儿家常住,被女儿发现,才带她来医院,发现是泌尿系统感染。

陈军也特别提醒家有老人的,特别是独居老人,子女们也要时常关心一下父母泌尿系统方面有什么异常,及时发现、及时就诊。

### 没抢到义诊号,有人专门来加号

当天上午,副院长、针灸科专家金肖青主任中医师以及副院长、脑血管病专家万曙主任医师的诊室里,挂了义诊号的患者络绎不绝,还有人专门来加号。

“多亏了金院长高超的医术,现在打喷嚏、鼻塞流涕明显缓解了,精神状态也好了很多,针灸实在是太神奇了,实实在在为我们老百姓减轻了痛苦!”这次义诊,是徐阿姨(化名)第4次找到金肖青寻求针灸治疗,小小银针的疗效让她一遍又一遍惊叹神奇。两周前,金肖青诊断徐阿姨患有过敏性鼻炎,为其做出了相应的针灸治疗方案,进行了3次的针灸治疗,症状就得到了明显的缓解。听说有义诊,徐阿姨特地赶过来复诊。

金肖青提醒,过敏性鼻炎患者在治疗期间,应尽量避免接触已知的过敏原,做好室内环境控制,再配以针灸、三伏贴等治疗可取得明显的疗效。

10月29日是世界脑卒中日,万曙特别提醒,中老年人要多关注脑血管问题。他义诊当天还为一位78岁的脑动脉血管瘤患者做了介入手术,解除危险,随后,还将为一位65岁的脑血管狭窄患者实施手术,对方是在出现小中风也就是手脚麻木时,才发现脑血管有问题。

“我们9月脑卒中患者比前一个月增加了40%,8月天气很热,9月一度气温骤降,很多脑血管患者都会出现问题。”万曙说,以这两位患者为例,平时体检中,只要通过做磁共振血管造影,就能及时发现脑血管病变,及早处理,避免致死致残。

而在浙江医院灵隐院区,在副院长、消化内科专家陈新宇主任医师的诊间,60多岁的王大伯(化名)掏出厚厚的一叠检查单,诉说病情,“这些天,右下腹疼,有点胀气,一直以来大便都不成形,想找找原因,好好调理一下。”

陈新宇仔细查看了王大伯的各项检查报告,亲切地问诊:“你右下腹疼是怎么样一种疼?多久会缓解?上厕所解一次大便会不会好些?你的肠镜报告显示这边回肠末端有个溃疡,可能会引起腹部的疼痛,所以,我先帮你开一些药来针对溃疡做治疗,等后续治疗一段时间后,可能需要复查一下肠镜。”陈新宇帮助王大伯预约了下一次复查的号子,并开了相关的药物。