

# “1米高度” 全方位践行儿童友好

## 潮新闻推动小小观察员活动,留意报名

本报记者 隋雪 通讯员 施总颖 金薇薇

“吴医生,您看看孩子脖子这里肿起来了,要不要紧?”

5月27日上午,一场沪杭专家联合大型义诊在杭州市儿童医院开展,全国著名儿童肿瘤专家吴晔明教授正在为一名5岁男孩进行触诊。

“没什么太大问题,别太紧张。”面对手里拿着一叠检查报告神色焦虑的患儿家长,吴晔明教授宽慰并耐心解释道,“我们每个人都有淋巴结,人不舒服比如感冒发烧,淋巴就会大起来,等人舒服了,自然会小下去,完全消退可能比较难,这种是正常的,没关系。但如果果不痛不痒,慢慢增大,就要警惕了。要是实在不放心,可以做个B超,看有没有变大就很直观了。”



## 在家门口享受更高层次医疗服务 上海专家两年惠及数十万杭州儿童

两年前的同一天,杭州市儿童医院与上海交通大学医学院附属新华医院签订全面合作协议,上海新华专家接力来杭州坐诊、手术和带教。

“两年来,上海新华医院先后选派小儿肿瘤外科、麻醉科、神经外科、血液内科及心血管内科常驻专家,更有14位上海新华医院学科主任在我院担任客座主任。”杭州市儿童医院党委书记蒋之华介绍,“吴晔明教授领衔的上海专家团队不仅在杭坐诊,服务杭州及周边患儿,更从医教研全方位开展指导,带动我院多学科快速发展,开创多个首例,尤其是小儿外科的水平和危重症的救治能力得到了极大提高。让数十万杭州儿童在‘家门口’享受到更高层次医疗服务。”

蒋之华透露,下一步,两院将持续深化合作,全面从学科建设、人才培养、科研教学和综合管理等方面进一步提升杭州市儿童医院的整体实力,切实提高医院专科专病化和服务特色化的水平。

## 生长发育中心助力儿童健康成长 提供全方位、全周期、个性化管理

活动当天,杭州市儿童医院生长发育中心揭牌成立,为杭州儿童的健康成长提供更好助力。

“我们联合多学科力量,组建生长发育专家团队,成立生长发育中心,是落实‘浙有善育’的一项具体举措,也是践行我们公立儿童医院保障儿童健康的职责。”

蒋之华介绍,中心将临床和保健相结合,为儿童生长发育提供全方位、全周期、个性化的健康管理。同时与基层医疗机构上下联动,开展各年龄段儿童生长发育监测及筛查,并给予儿童营养喂养、睡眠、运动、疾病防治、心理等相关指导和管理,通过医疗资源的双循环,推进“预防-筛查-诊断-治疗”全周期儿童健康保障,助力杭城儿童健康成长。

## “1米高度”践行儿童友好 成为“小小观察员”体验医生工作

作为杭州市属唯一一家公立儿童医院,杭州市儿童医院积极融入儿童友好城市建设中,坚持“1米高度”视角,推进儿童友好医院建设。

医院中,门诊大厅里的乐高墙、手术室里的“海底世界”,充满童趣的元素比比皆是;“杭儿蜂”“杭儿蜜”以小蜜蜂的形象和极具杭州特色的名字,让儿童就医更为放松;定期开展儿童音乐会,治愈疾病的同时疗愈患儿的心灵,呵护孩子心理健康,让孩子们不再觉得医院是冷冰冰的,而是温暖、友好的,让儿童在就医过程中也能拥有安全感和幸福感。

活动当天,有一群小朋友穿上白大褂,开启了一场特殊的“小医生”职业体验。在中医馆里认识中药和穴位,体验神奇的拔罐;到口腔科诊室里,拿起牙具给口腔模型操作一次标准的“巴氏刷牙法”;戴上听诊器,听听其他小朋友的心跳……“小医生”个个学得有模有样,乐不可支。

“我小时候比较害怕去医院,现在觉得不那么害怕了。”7岁的昕昕兴奋地跟本报记者分享这天作为“小医生”的新奇感受,“我长大了想当一名护士,因为护士懂很多知识,我想帮助其他小朋友有一个健康的身体。”

接下来,潮新闻·钱江晚报将与杭州市儿童医院联合推出“一米高度看医院”小小观察员体验活动,打卡医院特色点位,与专家名医面对面,零距离体验医生工作。有意向的小朋友可至医院2号楼一楼综合服务中心报名成为小小观察员。

## 百场义诊进小站

# 代谢病专家走进社区,提醒这些问题不容忽视 老年人肚子太大,不行 光吃药不复查,不行

本报记者 梁婧娴 通讯员 朱韵熙 吴泽宇 张谨 金薇薇

“肚子太大了!一定要减重!”

“你的饮食结构有问题,平时要多吃水果蔬菜,减少碳水化合物的摄入。”

“你有脂肪肝,记得去查一下肝功能。”

5月26日上午,杭州师范大学附属医院联合潮新闻·钱江晚报开启“专家到身边 护航健康家”系列健康科普活动第二站,走进潮新闻·钱江晚报健康小站、杭州市拱墅区米市巷街道社区卫生服务中心,由杭师大附属医院常务副院长、肝病专家施军平教授、主任医师领衔,率包括肝病、内分泌、心血管、中医等在内的强大代谢病团队,为有代谢病困扰的居民提供免费医疗服务。

## 老年人肚子太大 小心脂肪肝找上门

听说大医院的名医大咖组团来到家门口,57岁的朱阿姨早早就来排队候诊。“我4年前做了肺癌手术,又有高血压、糖尿病,最近右腹部总是隐隐作痛,担心是不是出现了肝转移,正想去医院看一下,没想到这么好的机会就来了。”朱阿姨说,这一趟不仅和平时一号难求的施军平教授面对面交流,还同时得到内分泌科、心血管内科、中医科专家的专业建议,“一次性看4位专家,太方便了!”

得知目前并没有出现肝转移,朱阿姨提着的心终于放下。不过,施军平教授提醒她,脂肪肝的问题不容忽视,否则同样会带来危险。“脂肪在肝脏内过度蓄积,长时间不干预,未来可能发展为肝硬化,甚至肝癌。”他建议朱阿姨改变生活方式和饮食习惯,少吃高油、高糖、高胆固醇类食物,多吃蛋白质类食物和新鲜果蔬,同时要适度锻炼,“在身体吃得消的情况下做做有氧运动,跳跳广场舞就不错。”

肝病科副主任龚玲主任医师表示,参与义诊的老年患者中大多存在一个特征:肚子特别大。一看检查结果,大部分有脂肪肝。“老年人不以为意,觉得胖一点很正常,其实要尽早看医生,把体内囤积的脂肪减掉。”

## 糖尿病患者要驾好“五驾马车” 长期服药别忘了定期复查

一上午,内分泌科副主任张秋玲主任医师做得最多的一件事就是给糖尿病患者推荐食谱,教他们怎么吃。“想要管好糖尿病,必须驾好‘五驾马车’,包括糖尿病教育、血糖监测、饮食治疗、运动治疗以及药物治疗。其中第一位是饮食,第二位是运动,药物排在第三位。”

早期糖尿病患者通过调节饮食和适当运动,甚至不用吃药也可以把血糖控制好。“饮食相当重要,但具体到每个人一天摄入多少盐、碳水合适,不能简单地一概而论,特别是老年人,需要专科医生‘私人订制’更为科学。”

“糖尿病患者要关注一个指标——糖化血红蛋白。这是判断血糖控制的‘金标准’,建议每三个月要去医院查一查。”张秋玲主任医师说。

另外,对于长期服药的代谢病患者,施军平教授提醒:“3-6个月一定要复查!”有许多老年人吃一大堆的药,但一年都不去医院复查一次,等到出现腹部不适、黄疸、乏力等症状被送到医院,一查,肝功能已经受损。“这样的案例在临床上并不少见。”



## 建立糖尿病肝病共管中心 对社区居民进行全病程规范化管理

我国有近1.3亿的糖尿病患者,其中2型糖尿病患者超过90%,而他们当中60%-70%合并有代谢性脂肪肝,如果缺乏科学规范的管理,这些患者会逐渐进展为肝纤维化、肝硬化,最后进展为肝癌的风险大大提高。

为此,杭师大附院代谢病团队与杭州市拱墅区米市巷街道社区卫生服务中心创新性探索糖尿病肝病共管中心,由肝病科专家联合内分泌科、心血管病科等多学科专家,与家庭医生携手,为社区居民做好糖尿病肝病的全病程管理和规范化诊疗。

施军平教授表示,家庭医生是居民的健康守门人,但他们对专科知识的掌握不够充分,“而大医院和基层医疗机构联合起来,多学科联合起来,建立糖尿病肝病的筛查、随访管理和预防的科学机制,规范诊疗流程,做好疾病科普教育,双方优势互补,才能进一步造福于大众健康。”