

新闻动态

节前慰问武警官兵

本报讯 劳动节前,医院副院长陈建民率领相关工作人员,带着水果等慰问品到武警二中队看望武警官兵,并亲切慰问他们的身心健康。(康玉娟)



热心市民捐百件新衣裳 给患者一个崭新的春天

本报讯 4月20日,金华热心市民龚女士来到医院办公室,说想给医院三无病人捐衣服。

龚女士称自己之前做服装生意积压了一批新的衣服、鞋子等衣物,连挂牌商标和外包装都没有拆,如今剩下的这些衣服在家里放着也没有用。爱人看到整箱整箱的衣服说:“有很多人还穿不上新衣服呢,这些衣服堆在这儿,还不如把它们都捐出去。”龚女士觉得这个提议真不错,就赶紧与我院联系,今日将100余件崭新的衣服、鞋子、裤子全部收拾好捐给我院三无病房的病人穿。

龚女士平日里也看到媒体对流浪精神障碍患者的报道,她希望这些衣服可以帮助这一部分人,尽一点绵薄之力,给患者一个崭新的春天,同时传递社会正能量。(康玉娟)

炎炎夏日送清凉 滴滴关怀暖人心

本报讯 6月29日-30日,我院团委带着消暑药品、矿泉水、饮料等来到大街小巷,为冒着酷暑坚守在特殊工作岗位上的农民工、环卫工人派发消暑用品。环卫工人擦着汗水感慨地说:“谢谢你们,喝着你们送来的矿泉水,一上午的劳累很快就无影无踪了。”(汪跃林)



我院开展中东呼吸综合征和登革热诊疗防控知识培训

本报讯 为做好我院中东呼吸综合征疫情防范和应对准备工作,6月23日,医院公共卫生科、感染管理科联合医务科对全院医务人员进行了中东呼吸综合征和登革热诊疗和防控知识的培训。

范卫星副院长强调,今年登革热疫情防控总体形势不容乐观,目前已进入高峰期,临床一线医务人员要提高警惕,认真学习登革热诊治知识,并进一步学习和消化,做好疫情防控工作。

培训结束后,医务人员对相关知识进行测试,此次培训达到预期效果。(胡美玉)

适宜技术成果转化惠及大众

医院举办抑郁症和老年痴呆防治技术成果转化工程中期培训班

本报讯 抑郁症和老年痴呆是疾病负担重、危害大、影响面广、社会关注度高的较常见的两组精神疾病,如何提高疾病知晓率、就诊率、积极预防,提高依从性,降低疾病负担,解决看病难、看病贵问题?3月28日,省基层卫生适宜技术成果转化工程中期培训班在金华举行。我院作为抑郁症和老年痴呆防治技术成果转化工程金华示范基地,承担了相关培训和推广工作。浙江省人民医院书记、主任医师于恩彦教授、省精神卫生中心副主任徐松泉,金华市卫计委副主任王飞豹以及金华市第二医院、丽水市第二人民医院、衢州市第三人民医院等单位的领导和精神卫生专家出席了这次会议。我市九大县(市)主要精神卫生专业机构和基层医疗卫生机构的150余名专业技术人员参加了培训。此外,于恩彦教授组织相关专家,对项目实施组织编写的《抑郁症和老年痴呆防治技术的应用》(暂定名)册子进行了

预技术,增加了对不良刺激的承受能力,大大提高了大众的心理调节能力。

抑郁症和老年痴呆就诊断能力、治愈率均较低。识辨出抑郁症并予正确处理仅占18.9%。而老年痴呆也只有26%诊断符合率,服药治疗仅占21.3%。实际上,这两种病均是可防可控的精神疾病,因此,下一步我院将继续以此转化工程为契机,加大力度对金华地区的各级精神卫生专科医院、综合医院、社区卫生服务中心、妇幼保健机构、学校中进行防治技术成果的培训和推广,做到早期识别和筛查抑郁症与老年痴呆,做到早期干预、规范治疗、规范管理,提升基层医疗卫生技术水平,提高抑郁症和老年痴呆治疗率达到60%,管理率和规范诊疗率分别达到80%和70%,规范化诊治老年痴呆率达到80%以上,使抑郁症和老年痴呆成果转化真正惠及大众,改善民生。

(康玉娟)

市心理卫生协会四届二次常务理事会在浦江召开

本报讯 4月17日,金华市心理卫生协会在浦江塔山宾馆召开了四届二次常务理事会议,会议由浦江黄锋精神病医院承办。来自医疗、教育、监狱、新闻媒体等业内专家共13名常务理事参加了会议。会议由黄恩秘书长主持,黄锋常务理事长致开幕词。主要有四个议程:首先由张载福理事长学习贯彻了有关省

单位积极投稿,提高数量和质量。最后常务理事各抒己见,纷纷发言,畅谈协会的发展方向、重点工作。协会将在危机事件的干预、后续力量的培养方面多作努力。

会议结束后参观了浦江黄锋精神病医院工疗所,对浦江黄锋精神病医院的这一举措点赞。此次会议增强了协会的凝聚力,促进了发展力。(龚群虹)

百余名党员干部参加“从严管理年”知识测试

为进一步推进“从严管理落实年”活动,确保“学制度、明纪律、守规矩”专题活动效果,近期,我院121名党员干部和入党积极分子利用业余时间完成了院党委统一组织的专题知识测试。

此次测试的内容分为单选题、填空题、判断题、简答题以及思考题。党员干部各个态度端正、答题认真,每个人各抒己见,特别是最后一道思考题,大家都提出了自己的看法和意见建议;“我们所服务的是一个相对特殊的群体——心理精神障碍患者,有时他们的适应、理解能力都会有所缺陷,这使得我们更需要用耐心、细心、爱心、责任心去发觉患者想什么,最需要什么?换位思考,帮助病患,解决眼前最迫切的问题,建立良好的护患和谐关系”“重视人才梯队建设,用好高学历、高职称人才”“开展科室大讨论,从创新服务,流程再造,细节管理等方面方面,让职工献

《金华市第二医院报》连续三次获奖

本报讯 4月17日上午,金华市内部报刊协会一届五次会员大会在金华嘉恒宾馆召开。来自金华各县市企业报办人、优秀期刊办刊人及内刊协会会员单位代表等近百人出席了大会。会议由金华新闻出版处处长李瑞龙主持,市委宣传处处长徐赞宣读《关于表彰全市优秀内部报刊的通知》,市文广新局钱海乐局长作重要讲话。

经专家评审,《金华市第二医院报》从100多家企业内刊中脱颖而出,被授予2014年度好副刊奖,康玉娟被评为优秀办报人并在大会上发言,交流办报经验。

《金华市第二医院报》创办至今,已经走过二十年,影响力逐渐扩大,得到了社会各界以及业内人士的认可,同时也受到了上级部门的

(康玉娟)

护理部Ⅱ类学分项目开班了

为了让护士掌握更多的沟通技巧,3月26日,我院护理部的Ⅱ类学分项目——《人际沟通在精神科护理中的应用学习班》正式开班。

本次学习班共有八位护理老师讲课,系统讲授了人际沟通的相关理论和沟通技巧以及多种心理治疗方法。金华市护理学会理事长、市护理

质控中心主任叶叶向红的护理质量管理方法与工具的讲解,详细介绍了失效模式与效应分析法、根本原因分析法、6S管理法等,并分享了她们医院的活动成果展,大家受益匪浅。

通过学习,护理人员不仅提高了对人际沟通重要性的认识,同时也学到了许多沟通技巧以及护理管理方法与工具,希望护士在今后的工作中,能善于应用各种沟通技巧,有效控制护理行为,使之符合患者需求,以精湛的护理技术、良好的道德修养、尽心尽责地为病人提供高质量的护理服务。

(伍小琼)

安全有效的防蚊方法

夏日炎炎,蚊子当道。蚊子主要危害是传播疾病。据研究,蚊子传播的疾病达80多种之多。世界上的蚊子有2千多种,我国约有140多种。能传播疾病的蚊子可分三类:一类叫按蚊,俗名疟蚊,主要传播疟疾。另一类叫库蚊,主要传播丝虫病和流行性乙型脑炎。第三类叫伊蚊,身上有黑白斑纹,又叫黑斑蚊,主要传播流行性乙型脑炎和登革热。

预防蚊子传播疾病及引起人体的不适,但是市面上各种灭蚊及防蚊用品,大多为化学制品,部分人会担心使用后对人体造成一定的伤害,所以,今介绍一种专家认可、安全有效的防蚊方法:

材料:1.维生素B1片 2.清水 3.喷雾瓶
制作方法:
1.将50毫升清水倒入喷雾瓶中。
2.放入维生素B15片(维生素B1和水的比例为1:100)
3.紧盖子后,摇晃均匀,直到维生素B1充分溶解到水里。
使用方法:

如何正确做仰卧起坐

锻炼腹肌最常见的动作就是仰卧起坐,这一训练动作我们大多数人都驾轻就熟。但实际上,这个沿袭了几十年的传统锻炼方式是不正确的:躺在地上,屈膝,双手抱头,把整个上身直直地抬起,使双肘接触膝盖。这样运动主要是大腿根部的肌肉在用力,而不是腹肌;长此以往会导致体态的变化,并由此产生腰背部的肌肉劳损;同时,由于手臂相对较长,它对腰椎会造成很大的压力;当力竭时,我们会下意识用双手使劲抱头,无形中加大了颈椎损伤的机会,还会减弱腹肌的训练效果。

那正确的仰卧起坐应该怎样做呢?如果在家里,可以仰卧在床上,把双腿抬高,架在被褥或栏杆上,使膝关节、髋关节约呈直角,这样可以避免大腿、大腿根部肌肉参与用力;双手交叉放于胸前。开始动作后,收缩腹肌,像卷纸筒一样把上身“卷”起来,感觉肩胛骨(上背部)离开地面就可以了,然后缓慢控制下放,肩胛骨轻触床面,立即重复下一个动作。一般每次做2—3组,组间休息1分钟左右,每组15—20次。

为何要反复查血常规、尿常规、肝肾功能?

不少人都有这样的疑问,“为什么去医院,医生总是让我反复查血常规、尿常规和肝功能这些检查?”、“之前体检查过了,为什么医生这次还让我查?”、“医生给我开这些有的没有用,是不是为了多赚点检查费啊?”其实,这都是大家没有正确认识到血常规、尿常规、肝功能的重要性所导致的误解。这些检查不是没有用,而是非常非常重要。检查所花的几十块,给您带来的利益可远不止这个价。

首先我们要先了解什么是血、尿常规和肝肾功能检查呢?那是因为因为这些指标,就像是我们在治疗道路上的路标,我们在路上驾车行驶,什么时候直走,什么时候该转弯,都需要相应的路标指示,治疗也一样,用药量降低的话,提示贫血可能。白细胞在人体内充当一个警察的角色,专门对付入侵细菌或者病毒等“坏蛋”的;如果我们人体感染了这些“坏蛋”,身体会调动更多的白细胞来对付这些坏蛋,检查的时候就会发现白细胞相应的增多。

尿常规检查里主要看尿液中白细胞有没有增多,反映尿路是否有炎症等。一般正常人的尿液中是几乎没有白细胞、蛋白和血的,如果出现白细胞增加、尿蛋白或者尿隐血阳性,提示肾脏或者泌尿系统有炎症或者感染,需要医生加以治疗的。

肝肾功能是通过检测血液里肌酐、尿素氮、肝酶等,从而间接反映肝脏、肾脏状态和功能。

初次来医院看病的病人,医生在用药之前都会检查血、尿常规、肝肾功能这些项目。有患友会问:“检查这些,是为查什么病呢?”。通常是为了看你有没有肝肾等方面疾病或是为治疗提供参考意见。

那么为什么每隔一段时间就要复查血、尿常规和肝肾功能了呢?那是因为因为这些指标,就像是我们在治疗道路上的路标,我们在路上驾车行驶,什么时候直走,什么时候该转弯,都需要相应的路标指示,治疗也一样,用药量降低的话,提示贫血可能。白细胞在人体内充当一个警察的角色,专门对付入侵细菌或者病毒等“坏蛋”的;如果我们人体感染了这些“坏蛋”,身体会调动更多的白细胞来对付这些坏蛋,检查的时候就会发现白细胞相应的增多。

尿常规检查里主要看尿液中白细胞有没有增多,反映尿路是否有炎症等。一般正常人的尿液中是几乎没有白细胞、蛋白和血的,如果出现白细胞增加、尿蛋白或者尿隐血阳性,提示肾脏或者泌尿系统有炎症或者感染,需要医生加以治疗的。

肝肾功能是通过检测血液里肌酐、尿素氮、肝酶等,从而间接反映肝脏、肾脏状态和功能。

初次来医院看病的病人,医生在用药之前都会检查血、尿常规、肝肾功能这些项目。有患友会问:“检查这些,是为查什么病呢?”。通常是为了看你有没有肝肾等方面疾病或是为治疗提供参考意见。

那么为什么每隔一段时间就要复查血、尿常规和肝肾功能了呢?那是因为因为这些指标,就像是我们在治疗道路上的路标,我们在路上驾车行驶,什么时候直走,什么时候该转弯,都需要相应的路标指示,治疗也一样,用药量降低的话,提示贫血可能。白细胞在人体内充当一个警察的角色,专门对付入侵细菌或者病毒等“坏蛋”的;如果我们人体感染了这些“坏蛋”,身体会调动更多的白细胞来对付这些坏蛋,检查的时候就会发现白细胞相应的增多。

睡前或者外出时将小瓶对准胳膊、腿、身体等部位喷一下,自制驱蚊水可以帮您驱蚊,防蚊长达7小时。

蚊子非常讨厌维生素B1产生的一种特殊的气味,所以,将1:100的vitB1溶液喷在人的皮肤上,蚊子会因为讨厌而离你远去了。

维生素B1是最早被人们提纯的维生素,1896年荷兰王国科学家伊克曼首先发现,1910年为波兰化学家丰克从米糠中提取和提纯。这样的特制驱蚊水孕妇小孩都可以放心使用!

(朱锦萍)

需要了解司法鉴定吗?其实它时时刻刻会发生在您的身边。司法鉴定就是帮助解决赔偿标准的很重要的一个程序,对受害人受伤部位进行伤残等级司法鉴定,根据鉴定等级依法赔偿从而化解纠纷。这就是您身边最常见的司法鉴定。

工伤保险是国家通过立法强制建立社会保险基金,对劳动者在工伤等情况发生时给予必要的补偿和求助的社会保障制度。民事侵权,是指行为人由于过错侵害他人的财产和人身权,依法应当承担民事责任或虽无过错但根据法律特别规定应当承担民事责任的行为。

交通事故损害属于民事侵权,但两者可否兼得,根据《最高人民法院关于审理人身损害赔偿案件适用法律若干问题的解释》第十二条的规定,劳动者因工伤事故受到人身损害,按《工伤保险条例》处理;因用人单位以外的第三人侵权造成劳动者人身损害的,劳动者可请求第三人承担赔偿责任。从这一规定可以看出,我国目前在处理工伤与交通事故损害赔偿的问题上是主张工伤待遇与交通事故赔偿两者兼得的。例如,职工因工出差遭遇交通事故,工伤职工享受工伤保险待遇,但对交通事故负有责任的第三人仍应当承担民事责任。因此,工伤保险与交通事故损害赔偿法律属性不同,工伤待遇与交通事故赔偿可以兼得。(卢菊茵)

错误姿势带来的困惑

一个平衡,良好的姿势决定了脊柱是否健康,上交叉综合症由于一系列软组织问题导致动作的变形,体态的变形进而困扰着许多现代人,并引发身体疼痛。日常行为姿势的不正确有4个特征:头前伸、颈椎前凸增加、圆肩、胸椎后凸增加。

可能造成的危害:肩关节疼痛、颈椎疼痛、胸廓出口综合症(手臂麻)、头疼、颈椎生理曲度变直。处理方法纠正训练、肌内效贴、矫正带(背背佳)、按摩、拉伸、日常生活习惯的改正。

纠正训练:挺胸、将肩膀后缩下沉、肚脐齐脊柱之间缩、重量平衡于双脚上、不要将头过度往前伸或是倒向一边。(应婷)

你了解“空腹”吗?


医生嘱咐患者空腹验血,并不是要让患者饿肚子,更不是说饿了十几个小时以(处在饥饿状态)后的化验结果。因为身体若处在饥饿状态时,体内各项机能指标数会有所变化,这样就会导致采集的血样与平时不同。所以,这样化验出来的结果即使“正常”,却不能准确反映病人的真实情况。

饥饿对糖尿病患者的影响尤其明显,因为饿的时间一长,就会出现低血糖休克,浑身冷汗,甚至昏厥过去,到头来还要注射或口服葡萄糖抢救才能脱离危险。即便没有出现休克,也因空腹时间太长,血糖化验结果很低,容易被误认为血糖控制得很好,岂不是既害了自己又误导了医生。也有些糖尿病患者自身血糖调节极其敏感,饥饿时间一长,就会立即调动体内糖元,以供急需。此时,他们的血糖水平反而比平时高出许多,这样的结果也不正确,更会误导医生,给治疗增添麻烦。所以,糖尿病患者要在化验空腹血糖前,隔夜一定要吃晚饭。

那么,怎样才算空腹呢?具体要求是:抽血的前一天晚上,病人保持平时的生活习惯,正常饮食;饭菜宜清淡,不要喝酒;饭后不喝咖啡、浓茶;休息好。第二天早晨起来后,不吃早餐,少喝或不喝水,不做早锻炼运动,平静地到医院等候采血,这样的血标本才是反映真实情况的好标本。

有些病人的甘油三酯特别高,以至于血清像牛奶一样,影响了其他血脂项目化验结果的准确性。这时,医生会要求他们吃几天素食,不吃肥肉,让血清清一点,再做空腹抽血化验。(吴敬)

专家介绍



黄恩 主任医师

黄恩,金华市第二医院主任医师、心理治疗师、医务科科长,浙江师范大学应用心理学硕士实践指导老师,浙江省心理学会临床心理学专业委员会委员,金华市心理卫生协会副理事长兼秘书长,金华市新世纪“321”专业技术第二层次培养人员。

长期致力于精神科临床和心理咨询工作,擅长青少年心理健康咨询、心理危机干预和失眠症、抑郁症等精神疾病诊治。在精神分析、绘画治疗、意象对话、箱庭疗法(沙盘游戏)、认知治疗等心理咨询技术有较高的造诣。2006年率先开设金华市首家青少年心理咨询门诊,2007年在香港复康会世界卫生组织合作中心的资助和技术支持下,在金东区多湖街道开展了社区精神病患者及其照料者的健康宣教课题研究,该课题成果于2011年被编写成《看社区故事学精神残疾康复》手册,作为中国农村社区康复实用技术培训项目的指导用书。先后主持了《儿童青少年抑郁症患者的箱庭治疗效果及不同疗程特征研究》、《外来务工人员心理健康素养及干预对策》等多项省市级科研课题。

先后参与5.12汶川地震、温州7.23动车事故、2.13 警安雅庄老旧会雪压坍塌及金华市一些重大突发事件中心心理危机干预工作,并多次被评为先进个人。2011年6月主持了省Ⅰ类医学教育项目《自救与心理危机干预》,2012年3月主持了国家级继续医学教育项目《自我管理在抑郁障碍社区康复中的应用》,2012年6月和2013年7月分别主持了省人力资源和社会保障厅的专业技术人员高级研修班项目《心理危机干预技术新进展研讨班》和《哀伤辅导与创伤后应激障碍诊治高级研修班》,2014年4月主持了国家级继续医学教育项目《孤独症康复治疗新进展》,2014年6月被省戒毒管理局聘为浙江省戒毒管理局戒毒心理学专家委员会委员,2014年9月被省公安厅聘请为浙江省公安厅民警心理健康服务专家。

迄今为止在中华精神科杂志、中华物理医学与康复杂志、中国学校卫生、中国药物滥用杂志等杂志上发表论文10多篇。