

急救“飞”一般

江门首个公立医院停机坪来了!

江门日报讯(记者/邓榕 实习生/司徒海洋 通讯员/陈君) 江门首个公立医院停机坪预计7月启用! 昨日,记者从江门市中心医院获悉,该院的首个停机坪位于新院区1号住院楼21层顶楼,距地面83.94米,面积约528平方米,比标准篮球场还大,可最大起降6吨重直升机。

患者落地后,通过停机坪的无障碍通道+专用电梯,实现转运、救治全程“加速度”。

作为广东低空医疗救援网络医院,这一“空中生命驿站”的建设,不仅构建了该院“地空联动、多方协同”的立体化救援体系,更填补了江门市航空医疗应急救援空白,为健康江门注入新动能。

据悉,江门市中心医院新院区位于江门市江海区江睦路与金瓯路交界处东北侧,门诊、医技、住院楼通过空中连廊无缝衔接。一期工程启用后,将带来500张床位、2300个停车位。

江门市中心医院“国考”持续保持A+

稳居全国前10%

江门日报讯(记者/梁爽 通讯员/胡韵韵 廖欣) 4月9日,国家卫生健康委发布2024年度全国三级公立医院绩效监测结果,江门市中心医院在全国1658家参评三级公立医院中获评A+档次位列全国前10%,其中医疗质量A+、运营效率A++、持续发展A+、满意度评价A++,医院高质量发展再获国家级认可。

国家三级公立医院绩效监测由国家卫生健康委主导,是推动公立医院深化改革、实现高质量发展的重要评价抓手。监测工作依托统一平台,执行统一标准,围绕医疗质量、运营效率、可持续发展、满意度评价四大维度对全国公立医院开展综合评估,是目前国内最权威、最全面、最具公信力的医院评价体系。

一直以来,在江门市委、市政府的关心支持下,江门市中心医院党委紧跟市卫生健康委党组决策部署,恪守“德高医精、仁心仁术”院训,仁济为怀、追求卓越,以“一切为了患者”为出发点和落脚点,坚持以高

质量党建引领医院高质量发展,以全国三级公立医院绩效监测指标为抓手,精准施策、提质增效,其中包括:锚定发展定位,打造国内知名、湾区一流高水平研究型医院;持续提升医疗质量,强化数智化管理手段,对日常诊疗行为、单病种质量、合理用药、检查检验等关键环节加强质量管控;通过服务流程改造,全周期健康管理服务项目提升运营效率;聚焦持续发展,积极与各大高校、医院、企业开展合作交流,在人才引进、产学研用、科研创新等方面取得新突破;坚守百年仁济文化,打造患者安心、员工满意、有温度的现代化医院。

下一步,江门市中心医院将继续深入贯彻落实新时代党的卫生与健康工作方针,主动践行《健康中国2030》战略部署,持续以国家三级公立医院绩效监测为抓手,坚持以评促建、以评促改、以评促优,不断提升医疗服务能力与治理水平,为推动卫生健康事业高质量发展、守护人民群众生命健康作出更大贡献。

“莫氏鸡煲”能祛湿? 中医解读日常祛湿技巧

四招让你轻松调理“春湿”

春天一到,总觉得浑身沉甸甸、懒洋洋的,仿佛穿了件无形的湿衣服?舌苔厚腻、胃口变差,连马桶都冲不干净了……江门市妇幼保健院中医科主治医师温晓华表示,这很可能是“春湿”在作怪。近期爆火的“莫氏鸡煲”就是以祛湿闻名,其实除了靠美食解馋祛湿,日常在家也能轻松调理。

中医认为,春季阳气生发,本是养生好时节。但此时雨水增多,空气潮湿,外湿容易侵袭人体。加之冬季运动少,脾胃运化功能减弱,内湿也容易滋生。如果还喜欢生冷油腻、久坐不动,脾胃负担加重,湿气就更难排出了。

温晓华介绍了几个简单信号,帮你自测是否被湿气“盯”上了:身体困重,疲倦乏力,懒得说话;舌苔厚腻,晨起口干有异味;大便黏腻,不易冲净;皮肤、头发容易出油,或长湿疹、痘疹;女性白带量多,男性常感精力不济。

祛湿需因人而异。中医讲究辨证论治,例如脾虚者需先健脾,湿热者需清热与祛湿并举。方法若不对,可能适得其反。

温晓华给出了四个融入日常的法祛湿技巧:一是饮食养护,健脾是根本。脾胃是运化



医生为湿气重患者进行治疗。

水湿的“核心”。日常可多吃山药、小米、南瓜等甘平食材。用炒薏米(其性质较生薏米更为温和)搭配芡实、茯苓煮粥或煲汤,有助于健脾利湿。减少生冷、油腻、甜腻食物的摄入,为脾胃减负;二是适度运动,升阳化湿。春季阳气升发,适合进行散步、慢跑、八段锦、太极拳等和缓运动,每天坚持30分钟左右,有助于气血循环,推动水湿运化。运动后切记及时擦干汗水,避免吹风淋雨,防止外湿再次入侵;三是规避外湿,减少干扰。雨天注意防潮防淋,居住环境保持通风干燥,必要时

可使用除湿设备。洗完头发尽快吹干,衣物选择透气面料并保持干爽,从生活细节上减少湿气侵入的机会;四是规律作息,养护阳气。熬夜会损耗脾胃功能和身体阳气,影响水湿代谢。顺应春季生机,尽量早睡早起,保证充足睡眠,有助于身体机能的恢复与调节。

温晓华表示,一款温和的汤饮,也是不错的选择。食材:排骨、山药、炒薏米、芡实、茯苓、生姜、红枣。做法:排骨焯水后,与除山药外的其他食材一同放入砂锅,加足量水,小火慢煮约

1小时。再加入山药块炖煮至软烂,最后加盐调味即可。值得注意的是,这款汤饮性质温和,但也不宜过量,每周饮用2—3次即可。体质偏热者可酌情减少红枣或加入少量陈皮。孕妇、哺乳期女性及体质特殊者,建议在饮用前咨询专业人士。

温晓华提醒,春季祛湿贵在平和、持续,重在调整生活方式,而无需追求速效。如果身体不适较为明显,建议寻求专业指导,进行针对性调理。(文/图 江门日报记者 梁爽 通讯员 温晓华 管浩男)



医护团队创新应用超声支气管镜引导下针吸活检术

精准“捕获”鼻咽癌深部转移灶

在肿瘤诊疗过程中,精准的病理诊断是制定科学治疗方案的基石。对于位置深、隐匿复杂的病灶,如何在确保安全的前提下获得准确的组织标本,往往是临床面临的重大挑战。

近日,一例鼻咽癌患者病灶转移探寻诊治成功,充分体现了江门市中心医院耳鼻咽喉头颈外科联合呼吸与危重症医学科、麻醉科,组建多学科团队(MDT)开展协作诊疗,创新性地应用超声支气管镜引导下针吸活检术的重大临床价值。该案例成功确诊了鼻咽癌患者放疗后出现的鼻咽深部转移病灶,标志着该院在鼻咽—颅底肿瘤微创精准诊断领域取得突破性进展。

江门日报记者 梁爽 通讯员 陈美玲 林翠蓉 谭淑欣

多学科会诊提出突破性方案

患者为74岁男性,既往接受鼻咽癌根治性放射治疗。本次随访复查MRI提示:右侧椎前间隙出现软组织肿块,并侵犯头长肌;PET-CT高度怀疑肿瘤转移。

为进一步明确病理性质,该科为患者进行电子鼻咽镜检查并尝试活检,但因病灶位置深、解剖结构复杂、常规路径难以抵达核心区域,未能取得阳性结果。在缺乏病理依据的情况下,患者后续治疗方案无法精准制定,诊断一度陷入僵局。

面对这一棘手问题,该院迅速启动多学科会诊机制。耳鼻咽喉头颈外科和呼

吸与危重症医学科专家深入讨论后,提出突破性方案——借助超声支气管镜(EBUS)经鼻腔,对鼻咽后壁深部病灶实施实时影像引导下针吸活检。

这一方案大胆突破传统操作路径,将原本广泛应用于肺部及纵隔疾病诊断的技术,创新性地延伸至鼻咽深部—颅底病灶取材领域,为解决诊断难题提供了全新思路。

为精准治疗按下“启动键”

手术中依托超声支气管镜实时成像系统,动态显示病灶位置及周围血管结构,实现穿刺路径可视化。在精准导航下,穿刺针准确进入MRI所示可疑结节区域,同时有效避开重要血管和神经结

构,大幅提升操作安全性与取材成功率。

耳鼻咽喉科团队精准把握鼻咽—颅底的复杂解剖结构,呼吸内镜介入专家熟练操作超声支气管镜完成精准穿刺,两学科优势互补,突破单一专科技术边界,充分体现了该院多学科协作模式在疑难复杂病例中的综合实力。

在多学科团队密切配合下,手术顺利完成并成功获取有效组织标本。最终病理结果明确为鼻咽癌转移灶阳性。

这一关键诊断结果,为患者后续个体化放疗或系统治疗方案的制定提供了决定性依据,使治疗路径更加科学、精准,避免延误和盲目治疗风险。

本例手术的成功开展,标志着该院在

鼻咽—颅底隐匿性肿瘤微创诊断方面实现新突破,具有重要示范意义:一是拓展超声支气管镜在鼻咽—颅底肿瘤中的创新应用;二是为鼻咽深部病灶提供新的安全取材路径;三是降低开放手术活检风险;四是提升疑难病例诊断效率。

精准诊断是精准治疗的第一步。此次创新性技术应用,是该院持续推进内镜微创技术发展、深化多学科协作机制的重要成果,也体现了医疗团队勇于探索、敢于突破的专业精神。

未来,该院将继续秉持“以患者为中心”的服务理念,不断探索前沿技术,优化诊疗流程,提升疑难复杂疾病诊治能力,为更多患者带来更加精准、安全、高效的医疗服务,为生命护航。

江门市人民医院ICU开放家属探视

让爱不再“隔门”



家属进入ICU探视。

江门日报讯(文/图 记者/梁爽 通讯员/杨文静 钟丽霞 黎敏) 重症医学科(ICU)总是隔着一道紧闭的门,门内是与死神赛跑的生命守护,门外是家人无尽的牵挂与期盼。为了让这份牵挂有处安放,让亲情温暖化作患者康复的力量,江门市人民医院重症医学科经过周密筹备,于近日正式开放家属探视,以科学规范守护诊疗安全,以温暖陪伴照亮生命旅程,让爱不再缺席ICU患者的每一段康复之路。

ICU的守护,从来不是只有专业的医疗技术,更有人文的温度。开放ICU探视,是为了让亲情成为患者对抗病魔的底气,让医患同心筑起更坚实的生命防线。

“危重患者身处陌生的诊疗环境中,容易陷入恐惧、躁动的情绪中,而家人的一句鼓励、一次温暖的握手,能有效稳定患者情绪,减轻应激反应,让治疗与护理更顺利开展。隔着ICU的门,每一分等待都是煎熬。让家属亲眼看到亲人被专业细致地照护,能最大程度缓解内心的焦虑与担忧,让牵挂落地,让陪伴暖心。”该科护士长徐杏玲介绍,探视时,医护人员可现场为家属讲解病情、护理要点及治疗进展,让家属更好地理解治疗过程,共建医患信任,携手同心守护患者生命健康。有亲人的陪伴与鼓励,清醒患者的治疗配合度会大幅提升,这对患者的呼吸功能、肢体活动、心理状态的康复都有显著帮助,助力患者早日转出ICU,回归普通病房,回归

家庭。

开放探视,是温暖的陪伴,更是科学的守护。据悉,为了保障患者诊疗安全,严格防控院内感染,不干扰正常的救治工作,所有探视人员需严格遵守以下探视规范,让爱以安全的方式抵达。探视人员要求:1、每次探视仅限1名直系亲属进入,避免人员聚集;2、探视人员无感冒、发热、咳嗽、腹泻等不适症状,无传染病史;3、儿童、孕妇、体弱老人因身体防护需要,暂不进入ICU探视。

探视时间实行分时段、限时探视制度。进入病区,请按要求更换探视服、穿鞋套、戴帽子和口罩,规范做好洗手消毒。同时还要做到:保持安静,不大声喧哗,避免情绪激动哭泣;不触碰患者身上的管路、伤口、医疗设备;不拍照、不录像、严格保护患者隐私,不泄露病区内任何诊疗信息;全程听从医护人员指引,在指定区域探视,不随意停留、走动。

值得注意的是,若患者病情突发不稳定,正在进行抢救或特殊诊疗操作时,医护人员将临时暂停探视,一切安排均以患者生命安全为先,敬请各位家属理解与配合。

ICU里,不只有冰冷的仪器、严谨的诊疗,更有温暖的守护、坚定的陪伴。开放探视,是医疗技术与人文关怀的双向奔赴,是技术守护与亲情陪伴的同频共振。该院重症医学科将持续以专业的医疗技术、严谨的防护措施、温暖的诊疗服务,守护每一位患者的生命健康。

痛在经期 根在平时

医生:经期头痛、痛经、腰痛别硬扛!

经前头痛欲裂,是大累了吗?痛经多年,是宫寒吗?一来月经就腰酸得直不起身,是腰椎问题吗?在江门市五邑中医院中医妇科,常有患者咨询类似问题。该院中医妇科副主任医师魏玉凤表示,头痛、痛经、腰痛,是女性经期较为常见的困扰。无法忍受这些疼痛的女性,往往选择使用止痛药,或简单归结于“受寒”。殊不知,这是“痛在经期,根在平时”;症虽各异,证有分别,要找准根源辨证调理,才能科学摆脱疼痛困扰。

22岁的小李每逢月经前就出现右侧偏头痛,搏动性跳痛难忍,还伴随心悸、烦躁,严重影响学习。经医生辨证,其症状为肝阳上亢引发,通过三个月经周期的调理,头痛问题得到解决。魏玉凤表示,经期全身气血会下注胞宫,头部气血相对不足,形成生理性“气血逆转”。若本身肝血亏虚、肝气郁结化火,就会导致肝阳上扰清窍,引发经期头痛。这类疼痛多为单侧搏动性跳痛,常在经前或经期第一天发作,还会伴随烦躁、恶心等表现。针对经期急性头痛,可以采用耳部综合疗法(耳尖放血、耳部刮痧、耳穴压豆)快速平抑肝

阳,配合圆运动中药调理气血升降,从根源解决问题。

15岁的小陈自初潮起就饱受痛经折磨,小腹冷痛、绞痛,经血暗红夹血块,严重时需卧床休息。很多人将痛经简单归结为“宫寒”,其实这只是表象。魏玉凤从六经辨证分析,痛经多因冲任虚寒、瘀血阻滞所致。女性素体阳虚,或经期受寒,久坐湿地,寒邪侵入冲任,导致血液凝滞,不通则痛。针对这类痛经,可采用八卦灸温补下焦、调和冲任,火龙灸温通督脉、大补阳气,配合温经散寒、化瘀止痛的中药,一个疗程即可明显缓解,长期调理可减少复发。

38岁的黄女士长期伏案工作,每到经期就腰骶部钝痛、酸软无力,劳累或受凉后疼痛加剧,误以为是腰椎问题。经诊断,其症状为肾虚血瘀、寒湿阻络引发。中医认为“腰为肾之府”,经期经血下泄会导致肾气随之亏虚,腰部失于濡养便会酸痛;若再叠加寒湿之邪痹阻经络,疼痛会进一步加重。这类腰痛以腰骶部酸软、钝痛为主要特征,保暖、休息后可稍有缓解。调理上,以火龙灸温补



医护人员为患者进行火龙灸温补肾阳。

肾阳、散寒除湿,配合针灸针刺肾俞、腰阳关等穴位放松局部肌肉,再用中药祛邪扶正,能有效减轻经期腰痛。

魏玉凤提醒,经期疼痛“根在平时”,日常调护至关重要:经前一两周清淡饮食,远离生冷,可适量饮用红糖姜茶;经期重点做好腰腹部、脚裸保暖,避免

受寒;保持心情舒畅、适度运动,能有效减少经期不适发作。经期疼痛成因、证型因人而异,具体调理方案需在专业中医师指导下进行,切勿自行用药或盲目理疗。

(文/图 江门日报记者 何雯意 通讯员 刘森)