



让中医守护妇幼全生命周期健康

□ 本报记者 王甜 见习记者 贺奕

“医生,我还有机会和孩子见面吗?”“怎么做对孩子最好?”面前的孕妇焦灼不安地问,眼神期待而紧张。10月9日下午,记者见到南京市妇幼保健院中医科主任侯莉莉时,她正安抚着前来问诊的患者,语气平和、神态专注。

“来我这咨询的患者,70%-80%都是因为复发性流产。”门诊结束后,侯莉莉告诉记者,刚才那位患者因为封闭抗体缺乏,3年前反复流产5次,每次都是怀孕60多天就“滑胎”。来到这里接受中医孕产调理,通过主动免疫治疗、中药内服配合针灸外治,才终于怀上头胎,顺利产下一名健康女婴。今年,这位女士迎来二胎。有了前一次的成功经验,再加上习惯性流产的病史,刚查出怀孕征象的她就赶忙与侯莉莉取得联系,早早开始第二次“中医保胎”。

复发性流产占妊娠总数的5%,是威胁女性身心健康的重要病因。“针对复发性流产,尤其是不明原因的复发性流产,我们开创性地采用免疫治疗、中药、中医外治相结合的综合治疗方法,取得一定疗效。”侯莉莉介绍,复发性流产是南京市妇幼保健院中医科的优势病种,不少慕名而来,每年外省市来市妇幼中医科保胎的患者占到1/3左右,她也在诊疗中积累了丰富的临床经验。

记者了解到,在侯莉莉的诊室里,不只有盼望新生命到来的妊娠期妇女,还有痛经的青春期少女、宫颈HPV持续感染的妇女、失眠盗汗的更年期妇女、因劳累患上慢性盆腔炎的职业女性……处于不同生命周期的女性,来到侯莉莉这里,都为“健康”这一共同的心愿。

“痛经是病,不是忍忍就能过去的,一定要及时治疗。”侯莉莉介绍,用来治疗痛经的足浴包,是南京市妇幼保健院中医科特色制剂的一种。此外,记者了解到,南京市妇幼保健院制剂室生产的妇科炎症净合剂、丹芍合剂(原消抗合剂)、益黄合剂、安胎合剂、养血化痰合剂(原生化合剂)、理气合剂、利尿合剂、茵黄合剂、灌肠液、紫舒丸等科研制剂,都是纯中药制剂,系本院妇产科专家长期诊疗总结的验方。其疗效确切、显著,深受广大患者的欢迎。

守护妇幼全生命周期,南京市妇幼保健院中医科一直在努力。“人体生命周期与树的生长过程类似,所以可以用‘妇幼中医树’来概括妇幼全生命周期的中医保健。树的培育过程分为沃土、育种、孕芽、护苗、养材、涵水、固根,也就是说,妇幼也有七个保健时期。”侯莉莉表示,在妇女儿童生命的各个时期,都能采用不同的中医适宜技术。

这棵“妇幼中医树”,还扎根于互联网。2020年7月,南京市妇幼保健院中医护理团队以中医纳入全生命周期健康管理为契机,探索居家护理新模式,运用“互联网+护理服务”平台,搭建中医康养新桥梁,积极推行“互联网+中医”居家护理新模式,对接妇幼人群及家庭多样化、多层次的保健需求。

“互联网+中医护理服务”明确了贯穿妇幼全生命周期健康管理居家服务项目,涉及孕中医学调理、早孕中医养护、产后中医护理、中医儿科护理、中医妇科护理,知时节治未病六大模块。上门服务均由中医专科护理人员,具备娴熟的专科护理技术水平、过硬的护理综合素质、突发事件应急处置能力及良好的沟通能力。

近日,南京的郑女士因外出办事,喂奶不及时,双侧乳房奶胀疼痛。两天来,她试过各种办法都无济于事,发热、疼痛让她寝食难安,疲惫不堪。得知此事,郑女士的爱人想起南京市妇幼保健院有专门针对乳胀的产后中医护理,便立即预约了一名护士上门服务。护士使用中医火龙罐技术,只花了十几分钟,便使郑女士淤积两天的乳房硬结消散,疼痛尽消,奶出通畅。“对不少新手妈妈而言,产后涨奶、堵奶带来的痛苦比生产时的阵痛还要难以忍受。”中医科主管护师姚慧告诉记者,“互联网+产后中医护理”的预约上门服务备受宝妈青睐。

“中医科室把完善中西医结合制度作为一项重要任务,同时将创新中西医结合诊疗模式作为重要举措之一。”侯莉莉告诉记者,南京市妇幼保健院中医科开展中西医结合联合诊疗,“宣中则中、宜西则西”,充分发挥中医药“治未病”的优势,将中医药与妇幼保健融合,发挥中医重点专科的辐射和带动作用,推进中西医结合资源整合,与妇科、产科、乳腺科、生殖科、妇女保健等科室密切合作,优势互补、协同发展,形成中西医结合康复方案,打造妇幼健康全生命周期服务体系。

“对于妇女来说,应该在日常生活中融入‘治未病’的思路。比如发现自己很容易疲劳、舌体齿痕较多、难以入睡或睡后易醒多梦的时候,就应该及时进行一些中医方面的调理。在‘小毛病’出现时,就要重视起来,不要到‘大病’临头才开始养生,那样就太迟了。”侯莉莉表示,推动妇幼健康观念从“治已病”向“治未病”转变,是今后需要长期推进的工作。

9月起,《江苏省精神卫生条例》(以下简称《条例》)正式实施。《条例》中明确提到鼓励具备条件的二级以上综合医院、基层医疗卫生机构和儿童专科医院、妇幼保健院、康复医院开设精神科或者心理科,每个县(市、区)至少设立一家政府举办的精神障碍社区康复机构。

百姓的精神健康和享受精神卫生服务的水平是衡量一个社会文明程度的重要标志之一,也直接影响到社会的和谐与发展。当今社会,随着生活压力的增大、节奏加快等外因,人们的精神、心理问题日趋突出。近日,记者探访我省多地精神卫生医疗机构发现,要符合《条例》中提到的要求,当前精神卫生领域人才匮乏是难点。

《江苏省精神卫生条例》正式实施,每十万人只有3.05位精神科医生——

精神卫生领域“人才荒”亟待破解

□ 本报记者 蒋明睿 王甜 杨易臻

人才紧缺,精神科医生缺口巨大

“割点空心菜,中午可以炒了吃。”在一块面积不算大的农田里,几位身穿病员服的“农民”正乐呵呵地收获果蔬。

这不是一块普通农田,而是位于南京市江北新区精神卫生中心的“农疗”项目。作为该区唯一一家二级精神专科医院,中心主要负责精神、心理疾病的预防、医疗、康复,以及特困精神病患者免费发药等。而“农疗”项目也是该中心近几年开发的特色项目。“很多病人都来自附近农村,有的种了几十年的地,来到‘空空如也’的医院会无所适从。”中心主任赵应群介绍,这里的病人大多治疗周期长,加上室内运动不足影响情绪,于是中心便因地制宜,将旁边一块空地翻新,种上果蔬,每周组织患者浇水、施肥和采摘。通过农疗,让他们感受到生活的趣味。

南京市江北新区精神卫生中心正式挂牌于2019年1月,前身为当地社区卫生服务中心下设的精神病防治院。3年前,赵应群刚来这里的时候,中心只有3位医生、5间病房、30个病人。最让赵应群着急的是,病人都处于“非医疗状态”,“接受的只是最基础的‘看管’而非医疗,医生的水平也都荒废了。”即使是现在,中心也只有10位医生,远远满足不了医院的发展要求。

“轻轻的我走了,正如我轻轻的来。”记者来到南京佑安医院主办的“佑康家园”鼓楼康复站时,学员志刚(化名)正神情并茂地在讲台上朗诵,其他学员则坐在台下微笑着看着他。教员钱雯丽老师告诉记者,志刚是一位自闭症患者,刚来到康复站时,他拒绝与任何人交流。但康复站的社工不放弃任何一个与他讲话的机会,现在他已经愿意在众人面前朗诵自己喜爱的诗歌了。

“佑康家园”鼓楼康复站站长项宗平介绍,社区康复机构在精神专科医院和相关政府部门的支持下成立,为患者提供心理支持、日常教育、辅助就业、家庭探访服务,机构还开设了早上9点到下午4点左右的日托服务。合作医院

通常会分配精神科医生和驻站护士,每周为患者进行会诊。

以“佑康家园”鼓楼站为例,患者不少是来自医院推荐的出院患者,同时机构工作人员也会挨家挨户走访服务辖区内的家庭、邀请精神障碍患者入站。这些学员大多处于“非医疗状态”,但又很难仅靠家人照料。“我们这个站点有教学员、辅助性就业导师和后勤工作人员在内的9名工作人员,需要负责近40位日托学员。”项宗平表示,工作量还是较为繁重的。

精神卫生服务领域相对滞后、资源缺乏是一个难以忽视的现状。成立于上世纪50年代的南京市青龙山精神病院(现已更名为佑安医院)算是规模较大的精神专科医院,如今只有800张床位,而三甲医院——南京脑科医院也只有500张床位,更别提其他综合性医院的精神科。“现在很多公立医院不愿意开设精神科。”赵应群颇为痛心地说。

《江苏省“十四五”精神卫生工作规划》中提到,截至2020年,全省登记在册严重精神障碍患者35万余人,而全省精神科实际开放床位3.08张/万人口,精神科执业(助理)医师3.05人/10万人口,精神卫生资源缺口巨大。

“招引用留”都有难题,人才面临职业困境

“忙不过来”是社区康复机构工作人员的常态,钱雯丽向记者简单描述了一下她的工作内容,笑称自己拥有“变身”的特技:要教艺术课、阅读课,还要为机构种植花生芽的辅助就业项目帮忙,还要负责接待和各类事务性工作。

镇江市精神卫生中心现有床位500张,医生72人,护理人员134人。“日常住院病人都在450人左右,高峰时500张床位都会住满。”该院党总支书记曹卫东告诉记者,医务人员除了承担繁重的日常诊疗工作外,还承担着全市重症精神病人的筛查、管理,全市心理健康促进、重大节日肇事肇祸病人的接收等工作,医护人员工作负荷较大。

除了工作繁重,精神科医生这项职业还面临着社会偏见。“公众对精神心理障碍有很强的病耻感,对精神专科医院也讳莫如深。”这导致医院在人员招

录时,很难招到精神科临床医师、影像科医师等。曹卫东表示,临床医师难招的主要原因是医学院校中精神医学专业人才培养数量较少,高层次人才更少。影像科医生难招主要是综合医院对他们吸引力更大,觉得专科医院病源少、病种少,发展平台受限。

“精神卫生专业的全称是精神病与精神卫生,精神病针对的是疾病诊断和治疗以及预防,精神卫生领域要面临的是各个群体的精神卫生需求,这一需求是非常大且目前难以满足的。”南京医科大学附属脑科医院副院长姚志剑告诉记者,虽然大家对疾病的认识程度在不断增加,但实际上仍会对精神病患者“另眼相待”。“精神科医生没有没挨过打的,潜在的职业风险很大。”姚志剑说,被病人“打一下”“骂几句”是再常见不过的事情。

与此对应的,却是不匹配的收入。以精神科特殊岗位津贴为例,上世纪90年代这一津贴就是每月52元,到如今这一津贴依然是每月52元。“我们医院精神科在全国知名度很高,但是很多年轻医生的绩效奖金只有2000多块钱一个月。要知道,他们可都是博士毕业生。”姚志剑说,职业的风险、耻辱和低收入,导致很多优秀的人才、有情怀的医学生,一边进来一边流失,“非常令人痛心。”

作为南京医科大学精神医学系副主任、教授、博导,姚志剑提到,南京医科大学精神卫生学系2018年10月成立,虽早在1990年就开设有临床医学专业(精神与心理卫生方向),但这一方向曾于2008年停止招生,直到2015年才恢复。“从全国来看,开设这一专业的院校也并不算多,而南医大每年招收的30余名本科生,对于巨大的人才缺口来说也只能是‘杯水车薪’。”

多部门合力,变化正在慢慢发生

十多年前,南京医科大学精神病学专业一届只招收4-5名硕士研究生,但是今年,这个数字变成了30。随着社会需求的推动,大家更关注精神卫生领域,很多学生也更有意愿进入这一行业。“以往精神卫生专业多是调剂来的同学,

现在很多孩子主动表达‘我要来’。”

“我们鼓励医务人员报考心理咨询师,并报相应费用。”曹卫东说,医院通过一人多技,来满足公众心理咨询的需求。此外,为加强精神卫生紧缺人才培养,医院积极开展精神科医师转岗培训工作。“通过开展转岗培训,加快各级医疗卫生机构尤其是基层医疗机构的精神科医师培养,相信可以有效缓解精神卫生专业人才紧缺状况。”曹卫东说。

就在9月末,南京市精神科医生转岗培训2021级毕业典礼在南京脑科医院举行。经过理论学习、临床实习和社区见习的三个阶段一年的培训,45位学员获得转岗培训合格证书。“去年全省共有166位学员通过考核获得精神科执业资质。”江苏省卫健委疾控处调研员顾华告诉记者,目前全省从事精神卫生工作的执业医师和执业助理医师占比与国家的要求有一定差距。我省精神卫生人才紧缺,而转岗培训是一个快速缓解现状的有效途径。

姚志剑说,理想的模式是预防和筛查精神疾病的关口前移,识别更加精准,通过基层转诊送到专业医疗机构诊断和治疗,康复后能回到社区,由专业康复机构进行监测和照护。“这一套闭环体系的背后,还需要政府真金白银的投入和大量人才的补充。随着国家心理健康和精神卫生防治中心的启用,以及江苏即将着手建设省级精神卫生防治中心和省级精神专科医院,相信精神卫生领域的工作会越来越好。”

像前面提到的志刚一样,很多患者来到社区康复驿站后,学会了做饭、打扫卫生等基本的生活技能,回到家后不仅能照顾自己,甚至学会了照顾年事渐高的父母。社区康复机构的存在既能疏解医疗资源不足的压力,也能让家庭成员从繁重的照料工作中获得短暂的喘息空间,甚至还能为患者开启人生新的可能。

“社区康复机构能否茁壮成长,也和各地政府的支持政策息息相关。”苏州市姑苏区桃花坞康复驿站王良玉站长告诉记者,苏州市政府对这一部分工作支持力度较大,包括对精神障碍患者应保尽保,发放病人的免费午餐补贴、提供社区康复驿站的建站场地、发放员工工资等,在政策和经济上都亮出“真金白银”的实招。(视觉中国供图)

远离口腔肿瘤风险,让每一天都笑口常开



扫码看视频



□ 本报记者 王甜

南京市口腔医院口腔颌面外科主任医师 韩伟

相比肺癌、胃癌等五大肿瘤疾病,很多人并不是十分了解口腔癌。事实上,口腔癌绝非小问题,一旦发展成口腔癌,同样会对生命健康造成极大威胁。口腔癌是否就是一种“吃出来的癌”?发生口腔癌,会有哪

些转移扩散的风险?反复出现口腔溃疡,是否会诱发早期癌变?本期《跟着名家学健康》栏目记者邀请到南京市口腔医院口腔颌面外科主任韩伟教授为大家答疑解惑、科普口腔健康知识。

韩伟介绍,口腔癌主要是由口腔的癌前病变演化过来的,比如口腔的扁平苔藓、白斑、红斑等,如果长期不重视,就会成为口腔癌。这可能是由于一些很尖锐的牙根或牙冠,这些牙根和牙冠自洁作用较差,并且对舌体黏膜有长期刺激,这就有可能会引起口腔黏膜的病变,最终演化成口腔癌。“此外,抽烟喝酒也是口腔癌的重要致病因素,长期过烫的饮食也可能造成口腔癌。”

溃疡的形成很多时候跟免疫力

是相关的。“如果身体状况较差,很容易出现口腔溃疡。但这种口腔溃疡一般一到两个礼拜就可以愈合,只要有自行愈合的趋势,就都是良性的变化。”韩伟提醒,这种口腔溃疡叫做复发性口腔溃疡,可以用一些西瓜霜来减轻它的症状。如果一个溃疡灶两个礼拜以上还不愈合,而且还有逐渐扩大的趋势,最后演化成菜花状的形态的话,可能就是向癌变发展了,一定要到口腔科进行检查。

口腔癌有没有一些特定的高危人群呢?韩伟介绍,口腔癌跟其他恶性肿瘤一样,高发人群理论上来说应该是中老年人,但是近几年年轻的患者也越来越多。“口腔癌相对于肺癌,还有腹腔的一些恶性肿瘤,比较容易

早发现,因为它的部位是比较浅表的,患者很容易通过自我检查发现异常。”韩伟说,如果发现口腔有一些新生物长出来,而且一直不愈合,甚至有长大的这种趋势,就一定要重视起来。“现在有一些新的检测技术可以对面部的一些病变进行早期的诊断。但这些都是辅助措施,最主要的还是自己有自我保健意识。”

“如果发现牙龈某个地方有小的包块或肿块,很可能是牙龈发炎了,这个时候找补牙的医生就可以。”韩伟提醒,如果牙齿和牙齿之间的牙龈上有明显的菜花状肿块,这种时候大多数是普通的牙龈癌。“上颌部位也有可能会长一些肿瘤,大多也是良性的。口底、舌部、舌根和颊部的异常

是比较明显的,如果辅助做一些CT或核磁共振的话也有可能发现一些深部的、手不能检查到或者眼睛看不到的地方,比如颌骨、颈部的一些发育性肿瘤。”

关于口腔癌的治疗方法,中国在这方面一直比较领先。“现在我们可以根据术前的数字化技术,精确地计划要切除病变的部位,然后用身体的其他部位进行精确的修复重建,以此保证患者的语言功能和吞咽功能。”韩伟介绍,目前针对舌根癌、口咽癌也有了较大的突破,可以操作机器人进行一些比较深部的恶性肿瘤手术切除。相信随着科学技术的进步,今后口腔癌的治疗一定会走上更加规范化、更加有成效的治疗之路。

问健康

关于如何关爱口腔健康,您还有什么疑问?欢迎关注“新华日报健康”微信公众号,在后台给我们留言,我们会邀请专家为您解答疑惑。

