

解放军152医院睡眠医学中心成立

为睡眠障碍患者解除困扰

□本报记者 魏应钦

如今,随着生活节奏的加快,人们工作、生活压力大,作息不规律,各种因素导致失眠、睡眠障碍的人群逐渐增多。除了自我调节外,进行睡眠监测和针对性的治疗对身体健康至关重要。为此,解放军152医院睡眠医学中心近日在该院老年病科正式成立,为市民提供睡眠方面的综合治疗。

睡眠障碍严重影响身心健康

解放军152医院老年病科主任林汉军告诉记者,睡眠是人的重要生理现象,我们生命里三分之一的的时间都是在睡眠中度过的。睡眠有益于保护大脑、恢复精力;可以帮助我们消除疲劳,恢复体力;可以促进儿童的生长发育,也益于美容、延缓衰老。对于睡眠不足的人,可能出现白天疲劳、情绪低落或易激惹,全身不适、记忆力下降、抑郁、焦虑等症状,严重影响患者的身心健康。

睡眠障碍是临床一大类疾病的总称,原发性失眠是最常见的失眠障碍,也是发病率最高、对人们影响最大的一类疾病。但睡眠障碍还包括继发性失眠、打鼾、睡眠呼吸暂停综合征、睡眠节律紊乱、梦游、发作性睡眠、睡眠过度、不宁腿综合征等多种疾病。其中,继发性失眠又与精神、神经类疾病,呼吸、心血管疾病以及多种药物有关。因此,睡眠障碍的诊治涉及多个学科,给患者的就诊带来不便,可能会挂错科室,或者需要多个科室转诊才能明确诊



7月14日,医护人员准备为一位患者进行睡眠测试。 本报记者 李英平 摄

断和得到适当的治疗。针对这个问题,国内外的不少大医院相继成立了睡眠医学中心。为适应医学发展和方便患者就诊,解放军152医院也于今年3月份成立了睡眠医学中心。

目前,解放军152医院睡眠医学中心设有环境安静舒适的睡眠监测室,引进了先进的美国安波澜多睡眠检测仪,有专门的睡眠监测和分析师两名,可对多种睡眠障碍,如原发性失眠、睡眠呼吸暂停综合征、

发作性睡眠、睡眠过度、不宁腿等疾病进行诊断和治疗。

7月15日下午,记者在解放军152医院睡眠医学中心的睡眠监测室看到,室内环境优雅,布局和宾馆的客房相似。不同的是,床的旁边配备了一台多导睡眠检测仪。值班的一位护士告诉记者,这台仪器可以在患者睡眠时记录并分析各种生理参数,对睡眠障碍、睡眠呼吸紊乱和睡眠呼吸暂停等进行分析和诊断。简单来

说,就是将患者睡眠障碍的成因用数据来体现,从而方便后期治疗。

有了睡眠障碍要及时诊治

林汉军说,现在不少睡眠障碍的患者是单纯通过药物来治疗的,容易产生副作用。在睡眠医学中心,更主要的是通过心理治疗、物理治疗相结合,来改善患者的睡眠障碍。长期的睡眠障碍会对人们躯体和

果。而在日常生活中,大家对睡眠问题还不够重视,存在着一些误区。

比如说,不少失眠患者都认为失眠不是疾病,不需要治疗,或者认为至少没必要系统治疗。其实,对于大多数失眠患者来说,其失眠的表现很有可能是某些尚未显露出来或是已经显露出来的疾病的一种症状。因此,患上失眠症时,千万不能马虎对待,应及时向医生寻求帮助,确定其失眠是否是由某些疾病引起,如有需要须及时进行

治疗。还有,不少人都认为睡眠的时间越长对人体的好处就越多,其实不然。一般来说,一个健康的成年人每天保证7个小时左右的睡眠就足够了。而且人与人之间存在着个体差异,每个人所需要的睡眠时间也有所区别。判断一个人睡眠的好坏,不能单看其睡眠的时间,还应看其睡眠的质量和睡眠是否有规律。过长时间的睡眠会给人体带来损害。

因此,人们如果有了睡眠障碍,包括失眠、打鼾、睡眠呼吸暂停综合征、睡眠节律紊乱、梦游、发作性睡眠、睡眠过度、不宁腿综合征等,建议到医院及时诊治,避免对身心健康造成进一步的损害。

(解放军152医院眼科信息:为支持平煤神马集团职工医保纳入社会医疗保障体系,解放军152医院眼科特别推出“面向平煤神马集团职工免费眼保健体检活动”:凡平煤神马集团职工可凭新老医保卡及身份证在眼科免费做眼保健检查。时间:2017年7月17日至10月31日。)

平煤神马医疗集团总医院产科: 共享医保 为全市孕产妇护航

7月1日,是平煤神马集团与市直职工在全市各医疗单位共享医疗保险政策的第一天。在平煤神马医疗集团总医院,工作人员开通了线上线服务,为方便市民进行新卡激活及修改密码等工作忙碌着。

当天,来自我市卫东区的冯女士迫不及待地到总医院激活了社保卡,住进了该院产科。“7月份是我的预产期,早就听说总医院产科综合实力强,医保政策一放开,我就赶紧来住院了。”冯女士说。

产科专业齐开放 呵护全程孕期

总医院产科生育保险对全市开放是此次医保统一对接后的一大亮点。社保卡在总医院的使用方法、结算方式、报销比例都与各医疗单位相同,这让我们市众多孕产妇有了更多选择。

为了更好服务全市孕产妇,由医院产科团队2位主任医师、4名副主任医师、8名主治医师、2位护理副高级职称组成的医护团队全面启动了产科专业的齐开放。产前门诊、围保门诊、不孕不育门诊、孕妇学校、VIP病房、产后管理、康复训练、无痛、镇痛分娩、导乐分娩等一站式规范化管理为市民提供了国家级三级甲等医院优秀产科专业的优质服务。

资深团队齐上阵 优质服务迎接孕妈妈

总医院是我市第一家三级甲等医院,同时也拥有全市唯一一支省级卫生急救队伍。由产科主任医师



7月14日,产科主任王华莉(右一)在同事的配合下为患者进行二次剖宫产手术。

本报记者 李英平 摄

王华莉主任、陈淑英医师领衔的产科医护团队为产科危急重症患者的抢救保驾护航。此次产科对全市开放后,所有参保职工都将获得更广泛、更高效的服务。

进入7月份以来,产科医护团队的忙碌进一步升级。为了确保入院的孕产妇都能得到优质的服

务,团队医护人员没有一人请假。主治医师高立娟是总医院产科的一名医生,同时也是一位孕妈妈,已经怀孕28周的她常常在科室忙得团团转,虽然需要多休息,但是考虑到科室工作的需求,她仍然不分昼夜地值班、忙碌。

7月11日下午,产科迎来两例剖宫产手术。手术结束时已经接近下班时间,这时,科室又来了4位孕产妇等待住院。刚从手术台上下来的陈淑英主任医师、王向红副主任医师以及王义娜医师紧接着开始接管病人,一直忙碌到晚上9点才离开。当天晚上,又一例产科重症患

者急诊入院,产前出血、帆状胎盘、前置胎盘,伴胎盘早剥,夜班医生高立娟、刘军华安顿好4位新入院产妇,立刻投入到重症产妇的抢救中……

综合急救平台展实力 技术优势保障母婴健康

7月13日,国家卫计委直播会议在我市新城区召开。“2017年,满足新增生育服务需求、保障母婴安全的形势依然严峻,任务仍然繁重。”这一重要议题在直播会议中重点讨论,“卫计委要求,以地区内三级甲等医院为龙头,深化分级诊疗网络,改善服务条件,提升危重孕产妇和新生儿救治能力,健全危重孕产妇和新生儿转诊、会诊网络,确保急救‘生命通道’畅通。”

“这样的政策导向给予医院产科更重的责任,同时也使医院的综合急救实力得到全面释放,由急救团队、高效急救机制打造的急救平台得以网络化延伸至基层患者的身边,让危急重症孕家庭中的母婴健康得到进一步的保障。”王华莉主任表示,未来三到五年,仍然是落实全面“两孩”政策、推进健康中国建设的关键时期。增加分娩活产率,降低母婴死亡率仍是区域内三级甲等医院不容忽视的公益健康使命。如何帮助基层医院调整扩增产服务资源,提升危重孕产妇和新生儿救治能力,推进妇幼健康优质服务,将成为下一步产科工作的重点。

(李莹)