

冬至义诊献爱心 情意浓浓暖人心

文图 晚报记者 宋云屏 戚丹青



测量血压

阅读提示

12月22日是我国二十四节气中的冬至,从这一天开始,数九寒天开始到来,抵抗力较差的老人为了抵御各种细菌、病毒,必须格外注意身体健康。这一天,京九晚报携手商丘市睢阳区中心医院来到商丘市星光老年之家养老院开展义诊活动,来自内科、外科、心脑血管科、眼科、口腔科的医护人员,带着血压计、血糖仪、心电图、彩超机等,为老人上门服务,让老人足不出户就能接受诊疗服务。先进的诊疗设备,精湛的医术,友好耐心的态度,让老人受到深深的感动。

义诊团队

睢阳区中心医院

李素娟:
内科专业,现任心内科主任,从业20余年,擅长治疗冠心病、肺心病、脑梗等多种心脑血管疾病。

闫大云:
外科专业,现任骨科主治医师,从业12年,对腰腿疼痛、创伤骨折、椎间盘突出等病症的治疗有独到的见解。

闫令:
影像专业,现任彩超、心电图室主治医师,从业14年,擅长利用仪器检查心脏、肝胆、泌尿系统等。

老人参与 热情高涨

22日上午,记者来到位于睢阳大道旁的星光老年之家养老院,一进大厅,暖气扑面而来。整个大厅里宽敞明亮,摆放着长长的沙发,墙面上悬挂着关于健康的知识牌匾,三四十名老人衣着干净整洁,脸上洋溢着幸福,他们或走或坐,有的在锻炼身体,有的和老伙伴们拉着家常。

几分钟,医生就来到了,摆起桌椅板凳,穿上白大褂,把仪器一一摆放整齐,看到有彩超机和心电图,星光老年之家养老院长刘丽品打开护理室的门,把护理室当作检查室。一会儿,医生面前都排起长长的队伍。

“医生给我量量血压,看看还高不?”不少老人围在李素娟身边,主动要求量血压。“大家一个一个来,不着急,身体不便的老人请在椅子上坐下,咱们慢慢量,保证让每个老人都能满意。”

李素娟说。护理员也没有闲着,她们扶着老人坐下,有的还贴心地在他们腿上盖上一条小毯子。经过近一个小时的测量,大部分老人的血压都正常,即便有的数值高一点,也并不严重。老人们说,原来自己在家住的时候经常忘记吃药,来到这里,想忘也忘不了,每天护理员都会叮嘱他们按时服药,还帮他们接好热水,看着把药服下才离开。

测血糖也是老人们最喜欢的项目,9点就有不少老人开始排队了,但化验员朱显睿却拒绝了大家的要求。“我刚才问过咱们的护理员了,大家都是早上8点准时开饭,空腹可以查血糖,餐后两个小时查的数值也有意义,但现在刚吃过饭一个小时,咱们先做其他检查,10点时再来测血糖吧。”朱显睿的话解答了老人心中的疑惑。



检查眼睛

老人不便下楼 医生送其上楼

今年86岁的田义秀和87岁的徐之启是夫妻俩,他们俩住在二楼的房间里,由于田义秀近段时间腰椎滑脱,行动不方便,老伴徐之启为了照顾她,也一直待在房间里没有下楼。听说两位老人的心脏不太舒服,想要做心电图,闫令携带心电图机,直接来到二楼。

两位老人的房间内干净整洁,朝南的阳台上阳光明媚,晾晒着的被单和衣服散发着淡淡的香味。徐之启说,听到楼下熙熙攘攘的,十分热闹,自己也想下去找医生看看,但老伴只能躺在床上,自己下楼她更孤单了,所以准备放弃这次机会,没想到闫令知道这个情况后,竟然带着机器来了,令自己十分感动。

经过认真检查,闫令说,两位老人是冠状动脉心血不足。症状是突然心绞痛、心律不齐,有时会伴有胸痛,还会恶心、呕吐或发烧,一定要好好注意治疗和预防。李素娟告诉他们,一定要经常注意血压和血糖变化,保持血压和血糖正常。有抽烟习惯的老人要积极戒烟、限酒,注意休息,避免过度疲劳,还要注意在身体允许的情况下适度锻炼,比如慢跑、打太极拳等,平时要多食用水果、瘦肉、豆制品,避免腌制和油炸食品。心绞痛一般在寒冷季节和餐后较易发作,冬季一定要时刻注意,保持稳定情绪,适度体育活动,如果发现不舒服,一

定要尽早就医。

闫令从楼上下来后,82岁的张玉华老人已经坐在护理室内等待了。她说,自己有胆囊炎,经常肚子疼,近段时间忽然不疼了,想做彩超看一下是否好了。检查后,闫令告诉她,她的胆囊壁有些毛糙,但没看出来增厚,问题不严重,“你要注意平时少吃蛋黄、鱿鱼、鹌鹑蛋、肥肉等含胆固醇较高的食物,每天准时吃早饭,这样才能降低胆囊炎复发的几率”。张玉华说,犯病到时候自己受罪,也会给孩子增加麻烦,所以一定会记住闫令的话,好好保护胆囊,争取不再犯病。

许多老人对闫大云面前,说自己患有骨质疏松,每天行动都小心翼翼,生怕滑倒导致骨折。闫大云说,老年人骨质疏松的情况十分普遍,钙摄入不足与骨质疏松的发生和发展有着密切的关系,所以平时要特别注意摄入足够的膳食钙。老年人每天要摄入300克鲜牛奶或相当量的奶制品,有的老人喝不惯纯牛奶,可以用酸牛奶代替,除了奶类外,还可多吃豆制品、海产类、高钙低草酸蔬菜、黑木耳、芝麻等天然含钙高的食物。饮食调节十分重要,户外运动的作用也不可小觑,每天在户外接受紫外线照射,有利于体内维生素D合成,延缓骨质疏松和肌肉衰减的发展。但是,运动的时候要注意量力而行,循序渐进,避免剧烈运动。

40名护理人员服务364名老人

星光老年之家养老院是商丘市民政局所属的社会福利单位,是商丘市第一家设施比较完善、功能比较齐全、服务比较周到的集托老、养老、文化娱乐为一体的花园式养老机构。院长刘丽品从事一辈子护理工作,在这里她发挥了自己的专业优势,带领护理员一起将老人照顾得妥妥当当。目前,这里居住着364名老人,平均年龄83岁,年纪最大的已经110岁了,这里有1/3的老人不能自理,40多名护理员照顾这么多老人不是个轻松活。

刘丽品说,这里的护理员大多是下岗女工,她们比较珍惜这份工作,但是刚来的时候她们也不习

惯,特别是为瘫痪在床的老人处理大小便,让她们为难。经过培训后,她们提高了服务意识,即使遇到因卧病在床而脾气的老人,也能微笑面对。为老人洗澡、剪发、喂饭,农历每月初九为当月出生的老人过生日,督促老人按时服药,每天晚上两个小时巡视一次,为老人盖被子等暖心举动,让这里变成了老人最喜欢的地方。

“我国已经进入老龄化社会,养老的责任越来越重,目前我市养老机构远远满足不了老年人的需求,希望社会上更多的有志之士能够投入社会养老行业,共同努力,让老年人都能老有所养,老有所乐。”刘丽品说。



商丘市中医院

政府为咱老百姓办的医院

商丘首家三级中医医院

广告