



青岛滨海学院附属医院

2023年10月11日

星期三

青岛滨海学院附属医院报

AFFILIATED HOSPITAL OF QINGDAO BINHAI COLLEGE

主办：青岛滨海学院附属医院宣传科

第151期

网址：<https://www.qdbhuh.com/>

三十一年弦歌不辍，薪火相传
三十一载栉风沐雨，春华秋实
三十一年艰苦创业谋发展
三十一载锐意进取铸辉煌

亲爱的滨海，祝你年年桃李，岁岁芬芳

(拍摄者：王文轩)

青岛滨海学院
附属醫院報

地址：青岛市西海岸新区海崖路689号

电话：0532-58787666 58787888

责编：吴文召 设计：谢玉昆

平安健康，是你我最好的假期礼物

佳节共團圓

中秋象征团圆，国庆代表喜庆，但对住院患者及陪护家属来说，双节相遇，可能更多的是遗憾和失落。

为了安抚患者和家属的心情，假期期间，我院各科室用他们自己的方式，为患者和家属送上了节日的问候和惦记。

节日仪式感 给坚强努力的我们

“言言，可以选择自己喜欢哦！”

我院儿科病房里，2岁的言言怯生生地用小手指了指大红色包装的月饼，并在妈妈和医护人员的鼓励下，一边笨拙地拆着月饼包装盒，一边开心地笑起来。



“谢谢阿姨……”

楼道里加床的小凯收到节日礼物后，礼貌地跟医护人员道谢，并腼腆地为医护人员送上了节日祝福。

节日期间，儿科医护人员为病房的每位小患儿及陪护家属准备了月饼和牛奶，让他们在住院期间也能感受到节日的氛围。

除此之外，科室还为值班的同事和实习同学准备了月饼

和奶茶，希望他们在工作岗位上也能享受属于他们的节日仪式感。

在短暂相聚的日子里 团团圆圆

阖家团聚的日子，对于不能回家还要忍受病痛折磨的患者来说就会格外难熬。这些，坚守岗位的医护人员比任何人都能理解和共情。

中秋节当天，我院骨科医护人员带着月饼和水果为没能回家与家人团聚的患者送去了节日的问候。“谢谢你们，没想到在医院里还能过上中秋节，你们自己都没回家，还惦记我们。”刚做完手术还在恢复期的张阿姨接过医护人员手里的月饼惊喜万分，心中满是感动。

虽没能与家人团聚，但骨科的患者并没有错过这个团圆节，他们过了一个不一样的中秋节，和这些短暂相遇的朋友。



以健康之名 为节日献礼

“老师，21号手术室准备好了。”

“老师，术中有什么特殊需求的话提前跟我们说哈。”

“老师，我这边准备好了。”
……

节日期间，手术室配合医院各科室完成各类手术。忙碌成了手术室整个假期的主旋律。对于国人而言，中秋佳节本是阖家团圆的日子，可对于医务工作者而言，患者的健康永远是第一位的。在其他人居家享受休闲时刻或是外出领略壮美河山的时候，医护人员却在手术室里争分夺秒，为患者的健康努力拼搏。

“我是大概七点半就进入手术室了，结束最后一台手术已经是晚上十点多了。大家都一样，我们最近最多的一天做了22台手术，虽然都挺累，但能成功完成手术，节不节的不重要。”连续工作近15个小时的护士吕知博说。

手术室护士长纪淑香本该轮休的，但因为工作量大，为了给年轻人减轻压力，她还是坚持每天跟着查漏补缺。还在哺乳期的杨俊清护士、实习同学朱冠迪纷纷放弃休息主动加班。

手术室护士和麻醉师每天坚守在手术台前，没时间享受节日欢愉，可一台台成功的手术，是对他们最好的奖励，也是他们给患者最好的节日礼物。

……

类似的坚守与感动还有很多，我们也将一一汇总推送。

节日，是团聚，是坚守，是感动，是你我有幸相伴。

也许，这个假期，未曾领略祖国大好河山的壮美，也没有享受亲朋好友相聚的美好，但，平安健康，就是对你我最好的回馈。

三天的相处,永远的亲人



“真的太感谢你们了,虽然只有短短三天,但你们对我的照顾真的让我感觉很温暖……”在产房三天,张女士顺利生产。出院当天,她和丈夫一起将一面锦旗送到了我院产科医护人员手中。

“叮铃铃……老师您好,这里是急诊,我们科来了一位35+5周的孕妇,羊水已经破了,请产科值班老师会诊。”电话挂断,

产科值班医生一边小跑奔向急诊医学科,一边交代值班护士做好准备。

晚上11点,破水孕妇张女士被紧急送到了我院急诊医学科,产科值班医生在急诊医学科对孕妇进行了问诊和查体。孕妇为35+5周胎膜早破,而且已经出现宫缩,需要进行药物引产。可是,因其丈夫是军人,短时间内不能赶到,医护人员只能与其本人沟通,最终决定先将其转入产房。

进入产房后,产科医护人员明显感觉张女士情绪非常焦虑。为了缓解孕妈妈的紧张和焦虑,自孕妇进入产房后,助产士就全程陪伴,放音乐、聊天、时刻关注其身体情况。“虽然在产房待了三天,可我就只有刚进来的时

候有点紧张和害怕,后面就一点也不紧张了。”张女士笑着说。

入院三天后,张女士的宝宝顺利出生。回到病房后,医护人员除了每天的查房,一有空就去病房跟张女士拉拉家常、聊聊孩子。“说实话,我这喂孩子换尿布都是你们手把手教的,不然我还真不会。”张女士有些不好意思。

如今就要出院了,为了感谢医护人员,张女士和丈夫把写着“母子平安赞医术 医德高尚似亲人”的锦旗送给了产科医护人员。真心付出,与你一起迎接新生。

真诚祝福,愿你往后平安喜乐。

最新儿童身高标准出炉! 您家孩子达标了吗?

“自己身高不是特别高,宝宝是不是一定矮?”

“几岁应该长到多高,标准是什么,自己的孩子达标了吗?”

现代社会,孩子的身高成了家长们绕不开的话题。不少家长甚至天天研究孩子长高的秘诀,生怕孩子发育不够好,输在起跑线上。

2023年3月,国家卫生健康委发布的《7岁以下儿童生长标准》正式实施,其中包含了身高标准。新标准中,儿童在每个年龄阶段的身高标准,较之前又增加了3cm左右。家长可以对照下图,找到孩子身高所处的区间,了解宝宝身高是否达标。

父母不高,孩子不一定矮

孩子的身高,70%是由基因决定,剩下30%受后天环境影响。

别看后天环境影响只占30%,但这可是有着8.5cm的浮动哦。孩子未来成年的最终身高,通常可以通过父母的身高来进行一个粗略的计算预测,医学上称之为“遗传靶身高”。

做好记录

注意监测孩子的成长发育情

要让孩子尽可能发挥长高的潜力,就需要家长多多关注孩子的身高发育情况。研究发现,大多数家长都很关心孩子的身高,但只有1/4的家长,做到了每个月给孩子测一次身高。

如果家长能够定期检测孩子的身高,就可以根据情况,及早采取适宜措施促进孩子体格发育,帮助孩子达到最佳身高。所以建议家长朋友们,注意记录宝宝的身高体重,通常每三个月一次,

孩子出现这些情况 要当心发育迟缓

★测量的某一个时间点的身高,在3百分位以下,属于矮小症,建议及时去医院就诊(3岁前看儿童保健科,3岁后看儿童内分泌科),进一步寻找引起发育迟缓或矮小的原因。

★每年身高增长速度缓慢。

★生长曲线向下偏离越过2条百分位数曲线。

打个比方,看上图,如果孩子的成长曲线,从高于第25百分位数,降低到低于第10百分位数,则可能存在生长障碍。

咨询电话:

58788022 (刘霞主任医师)

就诊时间:

每周三下午、周四全天、周五上午

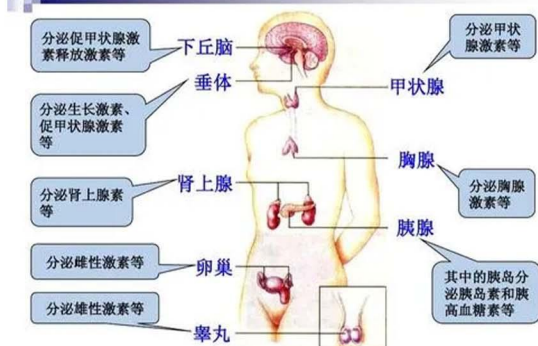
內分泌代謝科到底能看什麼病？

“內分泌代謝科主要診治的疾病分為兩大類，一類是內分泌疾病，一類是代謝性疾病。這些疾病臨床表現複雜多變，常常波及多個系統及器官。

診療範圍

- ◆下丘腦、垂體、腎上腺、甲狀腺、性腺的病变。
- ◆水、電解質、骨代謝、營養物質代謝紊亂導致的疾病。

人體主要內分泌腺及其分泌的激素



主要病種

- ◆垂體疾病（如垂體瘤、腺垂體功能減退症、肢端肥大症、高催乳素血症等）
 - ◆腎上腺疾病（如腎上腺皮質功能減退症、皮質醇增多症、原发性醛固酮增多症等）
 - ◆甲狀腺疾病（如甲狀腺功能亢進症、甲狀腺功能減退症、甲狀腺結節、甲狀腺腫等）
 - ◆性腺發育不良
 - ◆多囊卵巢綜合征
 - ◆糖尿病（包括1型糖尿病、2型糖尿病、妊娠期糖尿病、特殊類型糖尿病）、高尿酸血症與痛風、高脂血症、電解質（如低鉀血症、低鈉血症）
 - ◆酸鹼平衡紊亂
 - ◆超重與肥胖症
 - ◆骨質疏松症等
- 諮詢電話：
0532-58788080（門診）
0532-58788040（病区）

飽受耳鳴折磨？不妨試試高压氧

人們常說“牙疼不是病，疼起來真要命”，殊不知耳鳴亦是如此！深夜里的嗡嗡聲、嘶嘶聲、哨聲聲聲不斷。在外人看來，耳鳴也不是病，但是耳鳴起來它也可能要命！

什麼是耳鳴？

耳鳴又稱神經性耳鳴，其強調的是患者的主觀感受，指人們在沒有任何外界刺激條件下所產生的異常聲音感覺，如感覺耳內有蟬鳴聲、嗡嗡聲、嘶嘶聲等單調或混雜的響聲。如果是持續性耳鳴，還可能伴有耳聾、眩暈、頭痛等其他症狀。

耳鳴的治療方法有哪些？

對於內科及耳部病變引起的耳鳴，需要根據相應的病因而治療。

針對神經性耳鳴在治療上目前尚無特效的藥物和特效的治療方案，但考慮耳鳴與內耳、中樞相關，有些方法還是可以起到緩解和改善作用的，如：

★高压氧治療

●高压氧能使血氧含量明顯增加，血氧分壓大幅度增高，血氧彌散半徑增大，使機體的有氧代謝增強，從而改善全身供氧。

●氧供的改善可大大提高內耳微循環血氧含量，改善局部缺氧狀況。

●高压環境下使血管收縮，減少滲出，改善內耳缺氧性水腫，使受損的神經細胞和神經纖維得到修復。

●由於高压氧還有抑制血小板聚集，降低血液粘度的作用，有利於溶解血栓，使缺血、高血液粘度導致的耳鳴得到改善。

溫馨提示

耳鳴早期藥物治療的同時聯合高压氧治療，是目前較為積極的治療方法。

高压氧治療神經性耳鳴越早越好。發現耳鳴經高压氧科醫生檢查，除高压氧治療禁忌症外，應及早開始高压氧治療。