



浙江省中医院医联体“智慧医疗健康中心”昨启动

市民可在社区医院免费用可穿戴设备监测

省中医院每天安排1-2名全科医生在线坐诊

记者 葛丹娣 通讯员 张烁 于伟

本报讯 在“互联网+”的推动下,传统的就医习惯正逐渐被改变。昨天上午,浙江省中医院医联体“智慧医疗健康中心”正式启动。

省中医院院长吕宾说:“‘智慧健康’是个新方向,我们将通过云端医疗手段,运用云计算、互联网、物联网及大数据等技术,由省中医院带动医联体各家成员单位,开展网络化、远程化、智能化的健康服务。上城区中医院、小营社区卫生服务中心是首批合作医院,我们将与他们紧密联系,把三甲医院的医疗服务延伸到社区,给老年人、慢病人群、亚健康人群提供优质的个性化的健康管理。”

“智慧医疗健康中心项目的开展,打破

了传统医学的局限,使百姓在家门口就能享受到三甲医院优质的医疗服务,有助于实现基层医疗机构与各大医院‘点对点’的直接联通。”省中医院副院长江荣林说。

据统计,我国每年死于疾病的人中,约有86.5%死于慢性疾病,在常见的十大疾病死因中,慢性疾病占七项。省中医院医联体“智慧医疗健康中心”引进了一系列的可穿戴医疗设备,为慢性病防治注入新的活力。

江荣林副院长说:“可穿戴医疗设备携带方便,使用便捷,有的是戴在手腕上的,有的是扣在身上的,它们能实时记录患者的健康数据,如心率、体温、血压、血糖等,相关的数据会自动上传到省中医院和合作医院的网络终端。如果是简单、常规的问题,可直接在社区医院处理,这样避免了患者天天跑大医院的麻烦;如果是疑难杂症,可选择远

程会诊,也可以直接转诊到省中医院。‘中心’每天都会安排1-2名主治级别以上的全科医生‘线上’坐诊,实时查看网络终端上的数据,起到了一个初级分诊的作用,有助于实现真正意义上的‘小病到社区,大病进医院’。”

目前,可穿戴医疗设备只能在社区医院使用,还不能带回家,但监测是免费的,有需要的患者可到相应的社区建一个健康档案,医生会根据每个人的情况给予相应的检查;建档成功后,定期去做监测就可以了;系统会自动上传每次监测的数据。江副院长说,这相当于把慢性病患者日常家庭监测转移到了社区医院,它的优点在于监测由专业的医生来完成、记录、解读,这有助于给患者提供更正规的健康指导。此外,可穿戴医疗设备由医护人员维护、校正,减少了监测出现

偏差的几率。

以糖尿病患者为例,如果通过可穿戴医疗设备定期监测血糖,他感冒时,医生就可以将他之前和现在的数据结合起来看,进而给予科学的指导,比如,是否需要减药,日常生活饮食需要注意哪些等。因为,人在感冒时,胃口会下降,摄入量少了,血糖自然不像平时那么高了。可见,可穿戴医疗设备的使用,有助于医生全面掌握患者情况,诊疗指导就会更加精准。

江副院长说,上城区中医院、小营社区卫生服务中心试点成功后,他们将向省中医院21家医联体单位推广。借助智慧医疗健康中心这个平台,大医院的医生可以随时走出“院墙”,实施主动式医疗服务,促进区域内各级医疗资源优化整合,提升社区医疗服务能力和效率。

31岁妈妈想生二胎,一查卵巢功能已经早衰

月经正常不代表卵巢储备功能好

半数以上卵巢早衰和不良生活习惯有关

记者 俞茜茜 通讯员 方序 鲁青

女性的卵巢好比是“银行”,卵巢里的卵子就像是“存款”,对于备孕二孩的妈妈来说,“银行”里还剩下多少“存款”至关重要。快报第十五期“好孕大讲堂”近日在浙医二院开讲,该院生殖医学中心主任金敏为好孕粉丝们讲了一场关于卵巢储备功能的讲座,现场送出了30个卵巢储备功能(AMH)检测名额。

31岁妈妈想生二胎 一查卵巢功能已经早衰

31岁的刘女士是杭州人,儿子刚满两岁,夫妻俩计划今年开始备孕生二孩。

这次“好孕大讲堂”,刘女士报名参加。活动现场,她做了一个抗苗勒氏管激素(AMH)检测——这是目前国际上卵巢储备功能检查方法之一,是判断卵巢健康状态的“金标准”。

刘女士说,她生过孩子,平时月经也是正常的,健康状况一直很好,而且年纪也不算大,生二孩肯定没问题。但是检测结果出来,却令她惊讶不已。医生说,她的AMH为0.42ng/ml,低于正常范围值。

根据浙医二院生殖医学中心实验室检测的标准,女性AMH正常范围值在0.67-7.75ng/ml;医学界普遍认为,AMH低于0.5ng/ml,意味着自然怀孕的概率比普通人要低。

金敏主任说,AMH相当于卵巢储备功能的“计时器”,数值低于正常范围,意味着患者留下的卵子已明显减少,需尽快采取辅助生殖的方法怀孕,提高妊娠率。

“很多女性都有认识上的误区,认为月经正常,卵巢储备功能就没问题。门诊中,

遇到不少备孕二孩的妈妈,虽然年纪并不大,月经也还正常,但是一测卵巢储备功能,已经明显在走下坡路了。”

金敏主任说,临床中发现,不少准备生二孩的女性,其AMH数值都在0.5ng/ml以下。为此,建议年过35岁,想生二孩的女性提前准备,尽早做个卵巢功能检测。如果发现卵巢功能衰退,建议早点打算怀孕生孩子的事,时间拖得越久,今后正常怀孕的几率就越小。如果暂时没有生二孩的打算,可以考虑将卵子先冷冻起来。

过度减肥导致卵巢早衰

“现在年轻人卵巢储备功能衰退的并不少见。”金敏主任说,最近她就接诊了一位18岁女孩,卵巢储备功能竟然也衰退了,几乎丧失了生育能力。

这个女孩姓周,在杭州一所大学读书。身高一米六,减肥前体重有120斤。三个月前,她开始节食减肥,三餐饮食控制得非常严格,肉类是绝对不碰的,米饭也不吃,只吃苹果、黄瓜之类的水果。而每餐的主食就是一些蔬菜,经常是一小盘小番茄就当饭吃,有时甚至只喝水。

三个月后,她的体重从原本的120斤迅

速减到80多斤。人是瘦了,月经却不来了,到金敏主任这里一查,卵泡刺激素和黄体生成素水平都到了一般女性绝经后的水平。

金敏主任说,导致卵巢功能下降的原因有很多,过度减肥是常见的原因之一。美国生殖医学会相关流行病学资料显示,有6%的原发不孕患者是由体重过低造成的。过度减肥会导致人体内的脂肪量迅速下降,影响性激素的正常分泌,也会影响生殖器官功能。而脂肪细胞可以产生雌酮,影响下丘脑——垂体——卵巢性腺轴,进而影响卵巢功能。体内脂肪急剧减少,卵巢功能也会受影响。

“过度减肥的女性月经异常由雌激素作用减弱造成,最初可表现为周期紊乱,经期延长,阴道分泌物减少,乳腺缩小,最终可表现为阴道干涩和性欲丧失,甚至出现闭经,而非正常闭经又会抑制卵巢的排卵功能,造成卵巢早衰”。

半数以上卵巢早衰 和不良生活习惯有关

金敏主任说,导致卵巢早衰的因素,除了过度减肥,还有先天遗传,后天医源性的创伤(如放化疗、腹部手术、试管婴儿反复取卵、穿刺)等,影响最大的是不良生活习惯,

半数以上卵巢早衰与不良生活习惯有关。比如熬夜上网、吸烟喝酒、心理压力大等,导致生理环境失衡、内分泌失调、经期紊乱,一些正常的功能也就提早衰退了。

此外,摄入过多甜食也会加速卵巢早衰,甜食会导致人发胖,会影响体内雌激素水平的分泌,影响卵巢功能。

金敏主任提醒,要预防卵巢早衰,最重要的就是不熬夜,作息要规律,最好晚上11点前睡觉,因为有些和生殖相关的激素只在晚上10点到凌晨6点之间分泌。其次,要保持心情舒畅,不要给自己太大压力。此外,还要保证饮食均衡,对于卵巢功能减退者,可以适当补充一些含雌激素的食物,鸡蛋中的蛋黄和豆浆这些食物的雌激素含量比较高,都是营养卵巢的经济食品。但是对于卵巢功能正常的女性不建议多吃,过多摄入含雌激素高的食物反而会导致乳腺增生等妇科疾病。

“当然,卵巢早衰是有前期迹象的,月经不调就是身体给出的警示。”金敏主任说,如果女孩子月经不规则甚至闭经,或者伴有围绝经期症状及不孕症等表现,就要及时治疗,如果进一步发展成卵巢早衰就损害生殖健康了。



关注好孕好育
助你好运

“好孕好育”是快报健康版的微信订阅号,主要跟大家分享不孕不育治疗、保胎及育儿经验,提供科学、实用、准确的医疗帮助。



杭州9月将迎来G20峰会,近日,杭州市急救中心把急救培训课堂搬到了杭州市特警支队。不论是交通事故,还是其他事件,最先赶到现场的警察如果能熟练掌握急救知识和技能,将给予伤者最及时有效的救护。(张姝 詹雅)

都市健康·广告

特警

免费发放便携式购物车

本次活动由杭州下城区朝刚食品商行发起,主要是为了中老年人的出行方便与安全,特面向杭州市中老年朋友预计免费发放5000辆便携式购物车。

领取条件:

●凡满55岁以上杭州常住人口,请携带本人身份证或老年证免费领取;

免费领取:

●所赠购物车送完为止,申请人必须持有效证件,不得冒领,不得重领,每人仅限一辆。

五大优势:

1、超大布袋空间,外观时尚大方,布料结实耐用;
2、可折叠,节省时间,携带方便;
3、布袋、拉杆两分离方便拆洗;
4、EVS车轮,解除购物车车轮噪音烦人的问题;
5、时尚方便,轻松购物!特别适合中老年人可避免购物买菜过程中由于手提重物而造成手腕、肩的损伤。

杭州下城区绍兴路347号

免费申领热线:0571-56678803 56678804 56678805