

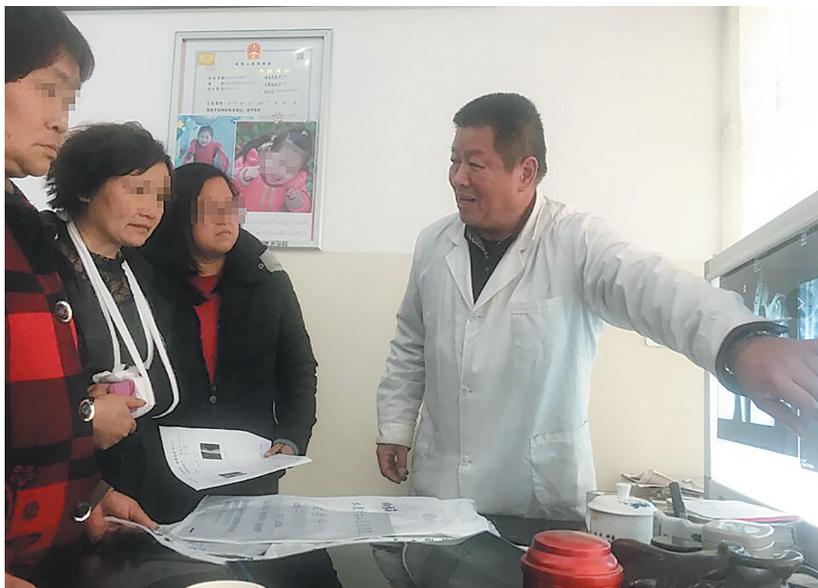
不用挂号随到随治 一技之长便民利民

且看陈火林中医诊所如何构建和谐医患关系

你们有时间去采访下陈火林中医诊所吧,小小诊所有真材实料可挖掘哦!别看是个私人诊所,却拥有一技之长,把中医技术传承发扬,便民利民,真心为陈火林医生点赞!

近日不时有热心人士打电话报料,其中有一位是年前摔断手腕,因在其他医院接不到位,不得不重新弄断,上个月听人介绍刚刚找到陈火林医生再次接骨的女士。还有一位是她同事,刚找陈医生看了颈椎。

记者 陈爱妹 陈慧



陈火林帮患者分析核磁片

教你如何识别抑郁症

通讯员 李红丽

世界卫生组织、世界银行和哈佛大学的一项联合研究表明,抑郁症已经成为中国疾病负担的第二大疾病,几乎每7个成年人中就有1个抑郁症患者。4月7日是世界卫生日,今年的主题是“共同面对抑郁,共促心理健康”,目的是号召全球人民科学认识精神疾病,平等对待精神疾病患者。

为何抑郁症发病率高 就诊率却偏低

对于抑郁症患者而言,对抑郁症认识不足(以为无需治疗可以自愈)、病耻感(觉得抑郁就是精神有问题)、缺乏就诊常识(抑郁症患者频繁在综合医院针对躯体疾病进行治疗),都可能导致抑郁症患者就诊率下降。另外,社会对抑郁症的歧视,综合医院对抑郁症识别率偏低,也是耽误抑郁病患者就诊的一大因素。

抑郁患者易情绪低落 思维迟缓意志减退

抑郁症核心症状是思维迟缓、情感低落、意志减退。抑郁症附加症状是食欲减退,体重改变,失眠(入睡困难、早醒、睡眠维持困难)及嗜睡;对生活、工作的热情和乐趣均明显减退,精力丧失,易疲劳,做简单的事情都感觉吃力,自我评价低,缺乏自信心,有不想活念头。抑郁症躯体症状有口干、胸闷、心慌、发抖、出汗、胃部不适感、头痛、眼花、耳鸣等。

抑郁患者确诊后 要遵医嘱全程治疗

首次发病时,以上症状持续两周以上一般可诊断为抑郁症。一旦确诊,就要及时服药。药物能有效缓解抑郁心境、焦虑和躯体症状,药物治疗要强调全程治疗,急性期有效改善症状,巩固期提高生活质量,恢复社会功能,维持期预防复发。心理治疗主要针对轻度抑郁症,以及经过药物治疗后程度减轻的患者。要多疏导、宣泄,以认知行为治疗为主,改变不良认知,接受现实,积极行动,自我强化等。物理治疗包括生物反馈治疗、慢性小脑刺激术等。除常规治疗外,抑郁患者还要生活规律,养成良好的作息饮食习惯。

小小诊所有魅力

陈火林医生真有这么好?带着几分狐疑,记者好不容易找到被患者如此称道的小小诊所。门窗上写着的“骨伤科”告诉人们诊所的主攻方向。

诊所里人来人往,上门问诊的患者及家属络绎不绝,也有的埋怨陈医生诊所搬迁了也不做下宣传。陈火林只能一次次把记者晾在一边,先与其得力助手妻子一起热情地招呼着患者及

亲属,细听病情,看片分析,而后再手法施治。已怀二孩的护士媳妇守在药房,儿子医科临床专业毕业后也回到诊所工作,一家子都以为为患者解除伤痛为天职,医患互动,让人感到有一种家的和谐与温馨。

随着分级诊疗落地,居民区旁的私人诊所正发挥着强大的分流作用,这一点,在陈火林中医诊所得到了有

力佐证。

记者诧异小小诊所魅力之大,居然能吸引这么多人,不由得随机作了采访。一问方知,他们有的是家属朋友推荐来的,有的是附近的居民,也有的来自全市各地,大多是陈火林的回头客。陈火林妻子笑称,诊所小有名气,全凭患者朋友口口相传呢,诊所一开二十来年,要感谢患者朋友的信任。

一技之长赢口碑

原来,陈火林舅公家至今已八代行医,因亲上加亲的缘故,他自小在舅公的诊所接触各类病患,又得到前辈真传,再加上自己比较刻苦,多年来多次前往北京协和医院等著名医院与

同行切磋,熟练掌握了中医正骨技术。1998年,陈火林回永租下刚建的大塘王一层办公楼三个房间开设诊所,路人看到无不诧异:这田畝中央开诊所所有生意吗?当时那一带的确人稀

少,周边是田畝。可陈火林还是凭一技之长打出名气,赚足口碑,迄今已为无数患者减轻了骨科伤痛。2012年诊所搬到自己新建的家中,许多人不知情况,到处探问,仍不怕绕远路找他看病。

手法复位求精准

在诊所内,常有人进门就问:我这情况要开刀吗?能不能少用点药?陈火林总是凭借丰富的临床经验给出明确答案。在他看来95%以上的骨伤疾病都是可以通过正骨缓解,剩下的5%因为骨头粉碎没法取出或者只能通过开放手术取出。对需要做开放手术的患者,他会请其及时到大医

院就医。而这,正是患者选择私人诊所的一大原因。正骨也称手法复位,即为骨折部位复位的过程,将由于外力作用导致错位的骨肉恢复原位,比如部分颈椎病患者存在颈椎错位问题,只要恢复原位就能缓解因颈椎病导致的肩颈酸痛、手臂麻木、背部胀痛等问题,而其

他骨折或者骨裂的患者也能通过正骨告别疼痛,并慢慢让断裂的骨头接上。手法复位需要一步到位,考验技术,非具备精益求精的工匠,精神不可。在陈火林看来,中医正骨也是中华民族的国粹之一,多年的临床实践让他的技术日臻娴熟,更加精准地服务患者。

患者的贴心朋友

从医二十多年,陈火林养成了一个习惯,牢记患者情况同时存好患者及其家属的联系号码,尤其是重症患者或家属,以便电话回访,嘱咐注意事项。很多人因此和陈火林成了朋友,一直保持着联系。

徐老师因长期伏案备课,患有严重颈椎病,常常觉得手臂麻木无力抬高写粉笔字。后来她找到陈医生,又把自己的同事也推荐给了陈医生。再后来,她的父亲出了一场车祸,左膝半月板破裂、骨头挫伤,也到诊所找陈火

林。她说:接触这么久我发现陈医生非常有个性,他心中装着患者,服务周到细致,就怕砸了招牌。怕砸招牌,意味着陈火林身上有一种责任担当,正是这点让他的小小诊所声名远播。在患者眼中,陈火林是他们的贴心朋友。腰椎间盘突出易复发,陈火林反复叮嘱老人不要拎重物,运动要适度,手臂骨折患者担心恢复状况,他就手把手指导手臂要多握拳松拳,手掌消肿变干说明在好转。对于陈火

林而言,患者是客人也是朋友,他享受这种和谐的医患关系。



什么是慢性非传染性疾病

慢性非传染性疾病,世界卫生组织所确定的名称是:non-communicable disease(NCD),是一类长期的、不能自愈的,也几乎不能被治愈的疾病。主要是那些发病率、致残率、死亡率较高和医疗费用昂贵,并有明确预防措施的疾病。慢病的发生与吸烟、酗酒、不合理膳食、缺乏体力活动、精神因素等有关,大多属于生活方式能够预防和控制的疾病,如

高血压、糖尿病、肥胖、高脂血症等。慢病是全球致死和致残的首位原因,慢病导致了全球疾病负担加重。心血管疾病、恶性肿瘤、糖尿病等慢性病的死亡率占全世界所有死亡原因的1/4以上,每年因慢病致死者达1500万。我国高血压、脑卒中、冠心病、恶性肿瘤、糖尿病等慢病所造成的死亡,目前占全部死亡的70%以上,预计到2020年全球因慢病死

亡的人数将达4970万人。无论农村还是城市,我国慢病的危害都呈持续上升的趋势,成为我国城乡居民的主导疾病。