

# 市二医院心血管康复门诊正式开通

## 为心血管疾病患者提供一站式服务

生活中,你是否也有这样的疑问:得了高血压,除了吃药还有没有别的治疗方法?得了冠心病,可以跟老伙计出去游山玩水吗?做完心脏手术,什么时候才可以回归工作岗位呢?医院有没有更科学健康的减肥方法?

现在,这些问题都能在株洲市二医院心血管康复门诊找到答案。

### 心血管康复门诊主要为哪些患者服务?

一是心血管疾病患者:如高血压、冠心病、心肌梗塞、冠脉介入术后、冠脉搭桥术后、稳定期心律失常患者;二是慢性病患者,如早期的高血压、糖尿病早期、肥胖患者,想要改善血压、逆转糖尿病、降低血脂、减重者;三是身心压力大、运动过少的亚健康人群,想要改变目前不良生活方式、提高心肺能力、改善焦虑抑郁者。

### 心血管康复门诊有哪些服务?

1. 进行心肺功能、运动能力、营养、心理状态、睡眠质量及合理用药评估,为康复奠定基础。
2. 教会您科学、安全、有效的运动治疗方法,改善心肺功能及运动能力。
3. 为您制定科学、合理的营养处方,教会您食物搭配及热量控制。
4. 通过多样化治疗,改善焦虑抑郁状态、改善睡眠。
5. 指导您正确用药,观察药物副作用,精准治疗。
6. 提供多形式的健康教育,倡导健康生活方式,提高您自身免疫及疾病恢复能力。
7. 建立您的心脏康复管理档案,全程助力康复,关注康复效果。

### 相关链接 心脏康复门诊专家介绍



许轶

康复科主任、心脏康复中心主任、心血管内科副主任医师

担任中国心脏联盟心血管疾病预防与康复专业委员会湖南联盟第一届常务委员,湖南省健康管理学会第二届心血管健康促进与康复专业委员会委员,从事心内科临床工作十余年。

2013年进修于中南大学湘雅医院心内科,2017年进修于中国医学科学院阜外医院心脏康复中心。擅长冠心病、高血压、心律失常等疾病的诊治,同时擅长利用心脏康复技术,进一步提高心血管患者治疗效果,促进其康复的同时预防疾病的再发。

心血管康复门诊位置以及专家坐诊时间

地点:门诊楼3楼心血管康复诊室

时间:每周一、周三、周四全天

(图/文 通讯员 唐奕欣 许轶)

## 二度蝉联! 恺德心血管内科喜获湖南省州市级省临床重点专科



▲株洲恺德心血管病医院心脏病住院大楼

近日,湖南省卫生健康委发布了《关于确认311个省临床重点专科的通知》,株洲恺德心血管病医院心血管内科被确定为湖南省州市级省临床重点专科。这是该科室继2015年首次获评后,二度蝉联此项认定。

今年9月,湖南省临床重点专科建设项目评审专家组来到株洲恺德心血管病医院进行评估验收。专家组通过查阅资料、科室查看、现场问答、交流等多种形式,对心血管内科的医疗质量、专科技术、人才队伍、医疗设备、科研成果等方面进行了认真细致的检查与审核,对医院的临床重点专科建设工作给予了高度评价和充分肯定。

株洲恺德心血管病医院始终把学科创新

发展放在首位,采取有力措施推动心血管学科发展,学科品牌效应凸显。敢为人先的心血管内科,在2000年就开展了心脏介入手术;2015年该科室被湖南省卫计委确定为湖南省州市级医院临床重点建设专科,2017年和2019年医院胸痛中心和心衰中心分别晋升“国家队”。这一路走来,恺德心血管内科始终为提高患者生存率,提升患者生存质量的目标不懈奋斗。

接下来,株洲恺德心血管病医院心血管内科会承担好市州级省临床重点专科的责任,推动区域医疗服务与水平不断提高,让人民群众享受到优质、方便、安全的医疗服务,努力全方位、全周期保障人民健康。

(通讯员 黎婕妤)

## 三九补一冬,来年无病痛 伤科医院30副“三九贴”免费领,先抢先得!

俗话说“三九补一冬,来年无病痛”,“三九天”是一年中天气最寒冷的时候,这段时间人体抵抗寒邪的能力下降,各种久病顽疾易发作、加重,选择在冬季“三九天”贴敷,可以达到祛除疾病、“冬病冬防、冬病冬治”的效果,而且对夏天“三伏贴”的疗效起到加强和巩固作用。

为感谢一直以来广大读者朋友对本栏目的支持,《健康周刊》携手株洲市中医伤科医院康复科,免费赠送“三九贴”30副,先到先得,赶紧拨打电话抢订吧!

活动时间:2020年12月21日—25日

活动地点:株洲市中医伤科医院门诊三楼康复科门诊

适用人群:呼吸系统疾病:慢性支气管炎、慢性咳嗽、喘息性支气管炎、肺气肿、支气管哮喘、过敏性鼻炎、反复发作的呼吸道感染;消化系统疾病:中焦虚寒、虚寒性胃病、胃肠功能紊乱、慢性结肠炎、虚寒腹泻;妇产科疾病:痛经、宫寒、带下量多等;小儿疾病:消化不良、厌食、体虚易感冒、哮喘、支气管炎、遗尿、生长发育迟缓等;风湿骨病:关节痛、骨质增生、关节炎、风湿引起的各种颈、肩、腰、腿痛及各类骨折术后遗骨、关节疼痛。

活动内容:1、广大市民朋友可以在活动期间的每天上午8点半—9点,通过拨打电话:0731-28811375,并提供姓名、手机号码及身份证后四位,先打进电话的前6位朋友即可获得免费送“三九贴”,届时凭身份证和手机号码前



来贴敷:

2. 进行体质辨识患者送体质调理茶饮包或药膳调理包(根据体质辨识结果辨证调理);
3. 活动期间每天前10位患者免费体验中医康复治疗项目(以下项目五选一):中医扶阳调理罐、温筋散寒灸、舒筋活络热奄包、针灸疗法、蜡药疗法
4. 活动期间办门诊康复治疗卡享受8.8折优惠,住院患者免费送“三九贴”;
5. 免费提供健康咨询及康复训练指导。

优惠活动:活动期间(12月21日—25日)每天打进电话的前6位朋友送“三九贴”三次(一九:2020年12月21日—2020年12月29日;二九:2020年12月30日—2021年1月7日;三九:2021年1月8日—2021年1月16日)

(通讯员 龚秀英 图片来自网络)

## 晚报志愿者联合会2020年度总结表彰暨会员代表大会召开 新的一年,唱响青年志愿者之歌



▲合唱《我和我的祖国》

本报讯(记者 黄欣雨)成立于2005年12月的株洲晚报志愿者联合会,至今已经走过了15年的风风雨雨。

在新的一年里即将到来之际,12月19日上午,晚报志愿者联合会2020年度总结表彰暨会员代表大会在株洲公交GPS大楼召开。会议总结了本年度志愿服务工作经验,并提出了2021年的志愿服务规划。

近年来,晚报志愿者联合会始终践行“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神,打造了徒步湘江毅行、萤火虫公益助学、“爱的陪伴”关爱留守儿童服务、爱心年夜饭、城市守望者、爱的牵挂等一系列群众参与度、社会效益明显的志愿服务品牌项目,为推动社会文明作出了积极贡献。

数据显示,2020年,晚报志愿者联合会共开展志愿服务活动607场,动员志愿者4661人次,累计志愿服务时间16565.5小时。

2021年,是第十四个五年规划实施的第一年,也是晚报志愿者联合会三年计划的第二年。晚报志愿者联合会将以推进志愿服务制度化、规范化、常态化为统领,构建以青少年志愿者为主体的志愿服务体系,为株洲志愿服务贡献青春正能量;发挥晚报志愿者联合会老年群体占多数的优势,探索适合株洲的养老志愿服务模式,打造社区老年人服务项目;通过与市文明办、市民政局、市卫生局及晚报联动,关注因病致贫的重大病患者,启动大病救助项目,并重点做好石峰区慈善超市项目,将慈善、公益与实体经济结合。同时,通过加强与外地社会组织、基金会联系,引进国内优质项目、公益资金、捐赠物资,为株洲人民提供更优质的服务。

“晚报志愿者联合会,可以说是株洲乃至湖南志愿者团队中一张闪亮的名片。”市民政局社会组织管理科科长易枝称,不论团队的基础建设、内部管理,还是对外影响力,晚报志愿者联合会在株洲,都是首屈一指的,“是值得株洲所有志愿者团队学习的一个好样板”。

团市委副书记高峰表示,志愿服务是社会文明建设的重要标志,是青少年成长的重要实践平台。未来,晚报志愿者联合会要围绕“城乡统筹、幸福株洲”建设大局,广泛吸纳青少年志愿者,为志愿者团队注入新鲜血液,充分发挥枢纽型组织作用。

株洲日报社党组成员、副总编辑,株洲晚报执行总编辑谭秋茂在会上提出三点建议。一、将品牌打造得更响亮。不仅通过报社力量扩大宣传,也要发动志愿者们广泛参与到微信、抖音等新媒体平台的宣传工作中,加强品牌项目的影响力;二、推进志愿服务制度化建设。通过搭建成熟项目培育和资源整合平台等方式,规范团队管理体系;三、创新工作理念,更新硬件设施。通过开展进校园活动,深入到青少年群体中去,不仅帮扶贫困,还能引导、培养青少年良好的思想品德。

当日,大会还对本年度表现突出的志愿者及志愿服务团队进行表彰,为爱心企业颁发牌匾及证书。其中,有一位特殊的志愿者袁佳珍,也来到了现场。疫情期间,在沙特阿拉伯工作的袁佳珍寄给晚报志愿者联合会2800个口罩,支援株洲抗疫。“我妈妈是晚报志愿者联合会的老志愿者了,但已经去世几年了。我这次会的联系,引进国内优质项目、公益资金、捐赠物资,为株洲人民提供更优质的服务。”在领奖台上,袁佳珍接过“优秀志愿者”的证书,十分动容。



▲株洲日报社党组成员、副总编辑,株洲晚报执行总编辑谭秋茂为优秀家庭颁奖



▲大会现场



▲非洲鼓表演

本版图片:记者 谢慧 摄

### ●2020年所获荣誉

1. 徒步湘江环保毅行项目荣获全国最佳志愿服务项目
2. 获颁株洲市民政局AAAAA社会组织牌匾
3. 荣获湖南省抗击疫情最佳志愿服务组织
4. 荣获湖南省“十百千”示范社会组织
5. 经市文明办推荐,晚报志愿者易跃平、王永恒两人被评选为“湖南好人”,其中易跃平还被评选为“中国好人”

### ●鸣谢

株洲公交发展股份有限公司  
安利(中国)株洲分公司  
株洲市天晨酒业有限公司