

让异地患者来盐感受“诗和远方”

我市创新“医疗旅游”模式促进健康消费

□记者 姜琰 李倩

“3月31日来到盐城,4月2日下午恋恋不舍地离开,患病十年来,这是我第一次出门旅游。”57岁的安徽患者奚建霞原本非常热爱旅游,但被一周三次的血液透析困住了她那颗“说走就走”的心。

“世界那么大,我想去看看!这次,感谢燕舞血液透析中心帮我们圆了这个梦。”和奚建霞一样,25名来自湖北、安徽等地的血液透析患者,3月31日抵达盐城,随后两天先后参观了大丰麋鹿国家级自然保护区、大洋湾旅游风景区、丹顶鹤湿地生态旅游区。这背后,离不开医护人员的全程守护,更得益于燕舞医疗提供的异地透析服务。

“这部机器和我们平时用的一样。”“这里的床位非常整洁,医护人员态度很好,完全没有陌生感。”“今晚透析完,明早还可以接着打卡丹顶鹤保护区!”4月1日晚7点,盐都燕舞血液透析中心内,20多名来自异乡的“肾友”结束一天的旅游后,安心地躺在病床上接受透析服务。“这种异地透析,还是第一次,但特别温馨,服务很周到。”湖北患者刘浩说。

出发前,一些患者仍有顾虑。“说实话,我有点害怕,差点放弃这次旅行。以前总听人说外地透析要协调医院、床位、住宿、交通,光是想到这些我就害怕。但考虑到燕舞医疗拥有全国连锁的透析中心,我就来试试看,没想到一路都有护士跟随我们,饮食禁忌一路叮嘱,到了盐都燕舞血透中心,发现不仅设备先进,护士长还提前研究我们的病历制定并发症预案,这让我很感动。”来自湖北的方明说,“很久都没奢望能出远门旅行了!”

记者了解到,在这个“特殊”的旅游康养团队中,大多数人都是患病后第一次出省。“透析的8年里,最多在县城郊区走走,因为一周三次透析,限制了我的活动半径,从来没想到还能在异乡的床位上进行透析。”安徽患者李先生说,当他来到麋鹿自然保护区,心境一下子打开了,“与麋鹿的互动,非常有趣,是一种难得的体验。”

这是一次带有独特“盐”味的旅行。走进大洋湾景区的盐渎古镇,樱花缓缓落下,春风轻拂面庞,踏着青石板,听着淮腔淮调,一路感受那份独特的古朴风情。大家边走边拍照,记录久违的惬意心境。站在登瀛阁上,俯瞰整个大洋湾,美景尽收眼底,令人心旷神怡。来自湖北的熊艳霞用手机记录下这里独特的景致,“家人朋友纷纷点赞盐城的美景,他们说,下次也想来盐城旅游康养。”

在丹顶鹤湿地生态旅游区,《一个真实的故事》在耳畔响起,芦苇丛中一群群丹顶鹤划过天际,似乎在讲述这个动人的故事。来自湖北的刘先生第一次听说徐秀娟的故事,“盐城湿地保护得非常好,这里是一个有故事的地方。我上一次见到鹤,还是在齐齐哈尔,一晃15年过去了。”他告诉记者,自己患病透析已12年,这次走出家乡很难得,“和一起透析的好友出门旅游是人生第一次,希望以后我们还能去更多的地方,多走走,多看看!”

“说走就走”并非易事,这背后,各地医疗团队也给予了全程守护。



“来,我们量一下血压”“觉得累的话,先在旅游车上坐坐,等会儿再下车”“海鲜少吃,高磷食物尽量不碰。”燕舞医疗湖北站负责人陈帅军告诉记者,此行中,从出发开始,每两位患者就有一位医护人员陪同,“不敢有丝毫懈怠,4月1日晚,医护人员一直陪伴他们直到所有人透析结束,才回酒店休息。”

“旅游透析,在省内尚属罕见,这是我们今年主打推出的一种医疗服务新模式,我们尝试接诊省外透析的患者,让他们可以享受白天旅游,晚上透析的健康服务。这次,我们举行了‘肾情燕舞,乐享旅程’燕舞医疗旅游透析活动,组织湖北、安徽以及省内25名血液透析患者代表来到盐城,让他们在医护人员的陪同下走出家门,希望他们之后也能有勇气走得更远。”江苏燕舞医疗管理有限公司相关负责人介绍,截至目前,燕舞医疗连锁12家中心共收治千余名患者。此次推行的旅游透析是为了从

心理和精神上更多地给予患者关爱,让他们更有勇气面对疾病,积极乐观地享受“诗和远方”。

下一步,燕舞医疗公司还将进一步组建覆盖面更广的旅游透析联盟,通过统一的质量管理,保证患者在联盟内任何一家医疗机构的任何一台透析机上舒适安全地完成透析治疗。“最大程度尊重患者,满足他们多样化需求,这也体现了企业担当。”4月2日下午,燕舞医疗相关负责人透露,他们将致力于提供更多个性化关怀服务,打造有温度的透析中心,用微光点亮希望,温暖“肾友”就医之路。



扫一扫 看视频
视频制作:陈 晗
金健华
图片拍摄:龚 骏
张 洁
黄一琪

联办:盐城市卫生健康委员会
盐阜大众报业集团
健康教育 协办:盐城市疾病预防控制中心

睡得少和睡得晚,哪个对身体伤害大?

优质的睡眠对身体而言,是一个重要的修复过程。大家都知道熬夜的危害,也有不少市民提问:睡得晚和睡得少究竟哪个对身体的伤害大?又该如何提高睡眠质量?

研究显示,人体内的“单核细胞”是先天免疫系统的重要组成部分,是人体的第一道防线。仅仅一次熬夜不睡,就会影响改变“单核细胞”的特征,并加剧身体的炎症反应。好好睡觉,就是在帮身体抗炎。慢性低度炎症难以被人察觉,而且也并不易通过常规体检发现,好似健康的“隐形杀手”。长期如此,必然会给器官组织带来损伤,引发疾病。

如果把人体比作蓄电池,睡得晚如同耗电到只剩一格才充电,还过度充电;睡得少则像每次只充一点电。这两种方式对身体都有伤害,最好的方式是保持一段时间“耗电”状态,到规定时间,电量剩20%左右开始充电,充6至8小时就拔掉。

睡得少(<6小时/天)短期伤害:记忆力、注意力下降,情绪焦躁,免疫力下降。长期伤害:脑细胞加速退化,肥胖、高血压、心脏病风险增加。

睡得晚(凌晨后入睡)短期伤害:生物钟紊乱,情绪烦躁、低落,胃肠功能紊乱。长期伤害:患癌风险、糖尿病风险增加,抑郁症/焦虑症发病率增加。

熬夜后,这样补觉比熬夜伤害还大,过度补觉:周末睡12小时甚至24小时,打乱人体正常生物钟,还会影响内分泌、代谢和消化。

白天长时间补觉:白天晒不到太阳,睡足后晚上更难入睡,导致昼夜节律紊乱。不规律补觉:白天上班时断断续续补觉,大脑易处于亢奋状态,增加焦虑和抑郁风险。

盐城健康

[微信公众平台]

春季多发这些疾病,
提早预防是关键



请扫码阅读