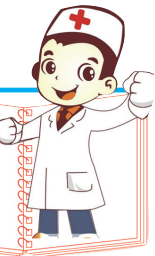


急诊科
日记



神经衰弱睡不好 医生提示： 安眠药不能乱吃

2月23日 星期二 乐山市人民医院

2月23日10时,乐山市人民医院急诊科接诊了一位因误服过量安眠药昏迷入院的老人,急诊科医生刘思琦赶紧对老人进行检查。

据悉,该老人姓罗,今年已经90岁了,最近因睡眠状况比较差。医生建议可尝试小剂量安眠药辅助睡眠,但老人却误服了过量的安眠药导致昏迷入院。刘思琦告诉记者,还好老人送来及时,经过他们的抢救,目前老人暂时没有生命危险。

刘思琦表示,近年来,神经衰弱的患者逐年增多,睡不好觉也成为了不少人的困扰。不少患者通过安眠药辅助睡眠,但是不正确服用,存在诸多安全隐患。

在乐山市人民医院心身医学科,该科主治医师周静告诉记者,失眠的原因常见

于不良的情绪问题(如焦虑抑郁)、生物钟紊乱、精神类疾病等。治疗失眠常用安眠药进行辅助治疗。但目前安眠药的使用呈现两个误区:一是患者自己滥用;二是患者扛着坚决不用。其中,安眠药物的过量使用、长期使用存在成瘾的风险,长期使用可能会导致记忆力下降,过量服用甚至会对生命造成威胁。

周静表示,焦虑抑郁等情绪问题容易导致神经衰弱,如失眠、记忆力下降、注意力不集中等。其中失眠主要表现为入睡困难、睡眠易醒、醒后难眠、早醒等,往往会加重患者的烦躁、焦虑情绪,进一步加重病情,形成恶性循环。因此,当睡眠出现问题的时候,应及时就医,明确失眠的原因,进行针对性处理。

“失眠是由于大脑皮质神经细胞的兴奋和抑制过程的平衡发生了紊乱,睡眠的生物节律被打乱所致。”周静表示,治疗失眠首先应该冷静分析,寻找原因进行有效的病因治疗,排除外来干扰,并提高适应环境的能力。其中,许多神经衰弱患者都有神经过敏的表现,如卧室中轻微的声音或不适宜的温度都可能影响他们的睡眠,所以要想避免失眠,必须要为患者创造一个良好的睡眠环境。卧室应安静、舒适、避光、通风良好、温度适宜及清洁卫生,并且有绝对安全感。

此外,患者需要树立起战胜病魔的信心,消除焦虑和恐惧,及时到医院进行治疗。

实习生 李钰 记者 何思源

乐山市中医医院互联网医院开诊 患者可享一站式服务

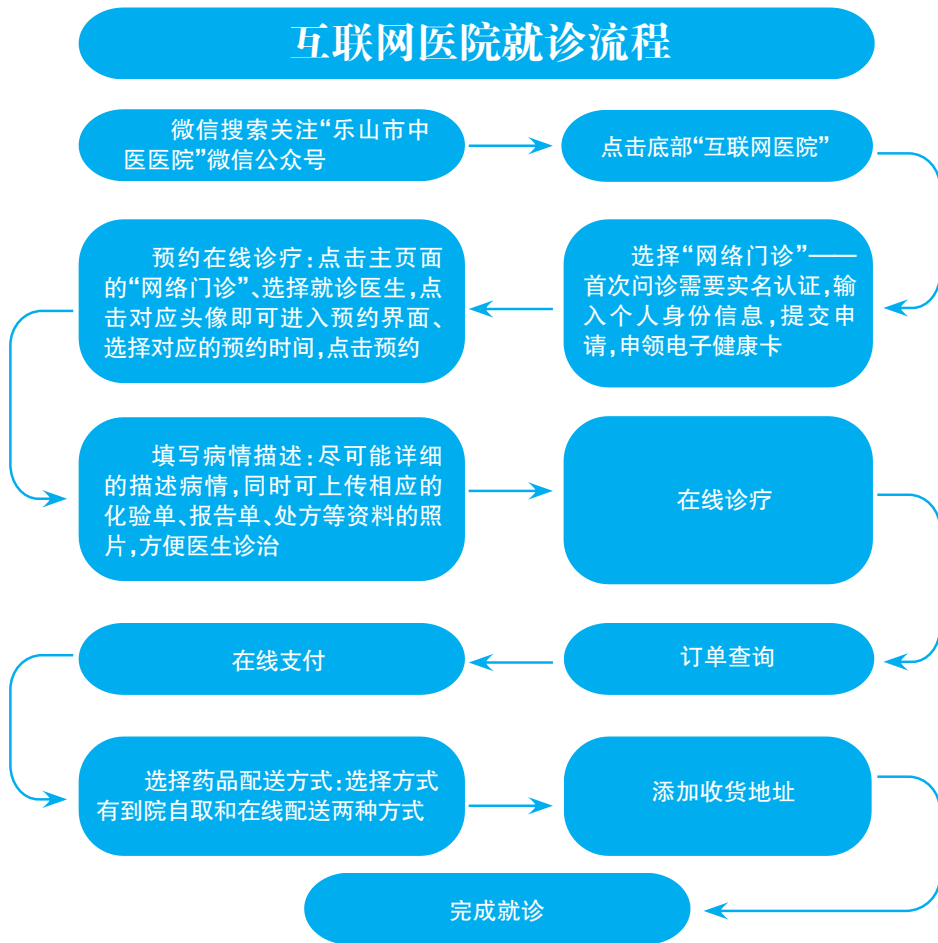
本报讯(记者 戴余乐)近日,乐山市中医医院互联网医院正式上线运行。目前已上线治未病中心和内分泌科两个科室,后续会陆续开放更多临床科室。

据悉,“互联网医院”是以实体医院为依托,以复诊和常规咨询为主,集问诊、处方、支付及药物配送为一体的一站式服务平台。它的服务主要针对两类病人:一类是慢性病、常见病的复诊患者,针对这部分人群,医生可根据上传的照片、文字、视频等方式进行诊疗或者建议;另一类是初诊患者,患者可通过在线描述病情,医生在线解答给出相关建议。患者可通过互联网医院享受到“诊前、诊中、诊后”一站式服务,包括诊前咨询、诊中便捷沟通、诊后治疗管理(包括续方、复诊、药品快递到家等),跨越地域和时间限制,真正意义上实现患者足不出户即可轻松完成诊疗。

不仅如此,乐山市中医医院还推出了配套功能方便患者使用。其中,“中医健康管理平台”能够对不同人群的健康风险进行评估预测,根据健康状态拟定干预方案和中医调理计划,帮助目标人群实现预定的健康目标,发挥中医养生保健的优势;患者可线上查看用药指导、用药注意事项、药品不良反应等信息;进行康复训练,利用手机远程指导患者康复训练,规范操作。

但需要注意的是,针对初诊病人,按照国家《互联网医院管理办法(试行)》规定,只能提供在线咨询服,无法线上开处方。部分情况无法网上诊疗,请到医院就诊。若病情较急或病情复杂也需到医院就诊。如果想查看检查报告和病历,可在互联网医院首页,点击报告查询、费用查询、病历查询,进行查看。

互联网医院就诊流程



疾病预防与控制

乐山市疾病预防控制中心 协办

献血,让世界更健康

献血咨询电话: 0833-5188116
团体预约电话: 0833-2503103

乐山市公民献血办 乐山市中心血站



乐山市卫生健康委员会 协办
乐山市健康教育协会