



# 首个马拉松运动康复门诊率先引入

## 沪上这家医院夜门诊重磅升级,工作日每天开

试运行才刚刚“满月”,普陀区人民医院推出的全区首家中医夜门诊,近日迎来了重磅升级——从每周开放两天调整为每周工作日五天全开放,每次开放时间也由之前的2小时,延长为4小时。

更令人期待的是,普陀区人民医院计划于9月份正式推出的全市首个马拉松康复门诊,也会先期在夜门诊试开放。

### 开设夜门诊 便利上班族上学族错时看病

晚上5:30,陈小姐从位于常德路上的公司下班,步行10多分钟,来到位于江宁路上的普陀区人民医院中医诊疗中心。这里正是医院中医夜门诊所在地。

陈小姐来这里做穴位埋线减肥。“夜门诊对于我们上班族来说,真是太方便了,”陈小姐说,有了夜门诊,她就不用请假占用白天工作时间,在夜门诊里做好诊疗项目,还不耽误回家吃晚饭。

失眠是很多上班族和学生族的常见病。今年大三的小潘最近失眠加剧,但白天忙于学习和实习,没有时间看病。得知普陀区人民医院开了中医夜门诊,就赶紧来看看。第一次看中医“夜门诊”,小潘的体验感非常好。接诊小潘的是普陀区人民医院中医科负责人、副主任医师王磊,作为失眠病治疗的专家,王医生建议小潘进行“眠三针”治疗,并指导她调整作息习惯。

普陀区人民医院副院长姚子涵告诉记者,错时解决上班族、上学族就医难题,正是院方开设夜门诊的初衷。

今年5月底6月初,普陀区人民医院开始于每周二、周四晚上17:00-19:00推出中医夜门诊。

中医科夜门诊提供的中医治疗服务,包括艾灸、推拿、拔罐、穴位贴敷等中医药治疗方法,并提供穴位埋线减肥、三伏热

敷治疗、耳穴压丸、龙氏正骨疗法、“靳三针”等特色技术疗法。

夜门诊为何选择开放中医诊疗项目?

姚子涵介绍说,普陀区人民医院中医科为上海市综合性医院示范中医科、上海市基层名老中医传承工作室,是医院比较有优势的科室之一,包括睡眠障碍治疗、中医治脑病,中医治未病,中医治骨伤等,在同类医院里面都是比较有名气的。“开设中医夜门诊,就是要发挥我们中医科的优势和特色,来解决市民百姓的一些常见病、多发病。”姚子涵表示。

### 外派医生学新手艺 夜门诊引入多项新技术

普陀区人民医院打开方便之门开设的中医科夜门诊,对有中医治疗需求的上班族、学生族来说,不亚于是“及时雨”,来夜门诊中医“拔拔罐”“扎扎针”“贴贴灸”成了他们夏季养生的“新门路”。

市民徐先生长期偏头痛,伴有耳鸣,同时肩颈、腰部酸痛,夜门诊开设后,他每周准时下班后“报到”,通过夜门诊进行头部、颈部、腰部中医推拿治疗,“现在头痛缓解了许多,睡眠也变好了,”徐先生表示,他现在已经成为“夜门诊”的常客,未来还会常去。

姚子涵透露,夜门诊开设一个月以来,就诊量逐日递增,6月份诊疗百余人次。

为了保障夜间服务质量,医院还充实夜门诊专家团队,配备近10名副主任医师及以上资深专家,保障患者能够在夜门诊享受到与日间同等的高质量医疗服务。

记者了解到,每次夜门诊都配一位副高以上专家、一位主治医师、一位针灸科医生和一位骨科医生。像周二坐诊夜门诊的副主任医师王磊,其本人是医学博士,中华医学会神经病学分会常务委员。王磊擅长诊治睡眠障碍,他于2008年-2015年跟随全国名老中医王翹楚教授学习,并于2015-2016年前往美国罗马琳达大学基础医学院,取得博士后工作经历。

夜门诊还通过不断学习引进新的诊疗技术,来造福患者。

在夜门诊的诊室里,记者发现一个葫芦状的器具。

“这是做葫芦灸用的,”王磊介绍说,葫芦灸是他们新近去福州学习引进的新技术新项目,对于治疗脾胃虚寒、消化不良、腹泻等,有非常好的疗效。

姚子涵向记者介绍,为了进一步完善中医夜门诊的品牌特色,院方近期选派了相关医生前往全国比较知名的中医药大学或相关医院,去进修学习各地比较知名的中医治疗技术,比如到广州中医药大学附属第一医院学习引进岭南针灸流派靳三针、去南部战区总医院学习引进龙氏正骨、去福州学习南少林功法推拿、去北京中医药大学学习十八段锦……

### 夜门诊抢鲜! 全市首个马拉松康复门诊亮相

普陀区人民医院开设的中医夜门诊,叫好又叫座。特别是入夏后对冬病夏治的中医治疗需求骤增,夜间诊疗量不断上涨。

为了满足更多市民的夜门诊就医需求,普陀区人民医院新近对夜门诊进行重磅升级:由原来每星期二、四晚间开放扩容至全工作日晚间开放,且诊疗时间由之前的两个小时(17:00-19:00)延长至四个小时(17:00-21:00)。

医院还特别推出夜间免费停车服务,进一步提升夜门诊就医的便利性。

“原来一间诊室5个床位已经无法满足需求,”姚子涵透露,此次夜门诊升级,不仅体现在开放时间的增加、延长方面,诊室空间也将进行扩容。新增的一间诊室就在现在诊室的隔壁,空间比原来的诊室大一倍,从原来的30平米扩容到100平米。“未来,如果有需要,院方也会视情况调配业务用房,来保障中医夜门诊的使用。”

中医夜门诊的此次升级,还远不止在时间和空间上做文章。

为响应季节变化,满足不同群体个性化的治疗需求,医院精心策划并推出系列特色“夜门诊”专场,如“冬病夏治”特色诊疗专场、“夏季膏方”定制服务专场、“减肥美容”特色门诊专场等。

值得一提的是,普陀区人民医院计划于九月正式推出的全市首家马拉松运动康复门诊,也将率先在中医夜门诊试运行。

“马拉松现在比较盛行,跑步爱好者是一个庞大的群体。我们计划开设全市首家马拉松运动康复门诊,就是想为广大跑友们的训练、运动、比赛提供具有中医特色的康复。”姚子涵透露,院方正在积极对接全国第一家马拉松研究所,计划于九月与该研究机构正式启动深度合作项目,为广大的运动爱好者及马拉松赛事参与者提供专业、系统的赛后恢复指导与运动损伤治疗服务。

姚子涵希望,随着普陀区人民医院“夜门诊”的持续优化与拓展,将为更多患者带来便捷、高效、个性化的医疗服务体验,让居民健康更有“医”靠。

晨报记者 徐斌忠 实习生 郎雅涵



扫码看视频

