

健康焦点

日间手术模式有效缓解“住院难”和“手术难”问题

等候时间短 经济负担轻

本报记者 杨彦帆 王明峰

4月8日下午,在首都医科大学附属北京同仁医院,6岁的诺诺小朋友做完腹腔镜胆总管探查术。术后观察正常,诺诺在4月9日上午出院,住院时长不超过24小时。“提前预约术前各项检查和手术时间,不需要在院等候床位,特别方便。”诺诺的父亲告诉记者。

日间手术是指患者按照诊疗计划在一日(24小时)内入、出院完成的手术或操作(不包括门诊手术),因病情需要延期住院的特殊病例,住院时间不超过48小时。日间手术常被比作打排球的“短平快”,因时间短、效率高、病床周转快、患者支付费用少,受到医院和患者的欢迎。

2021年,国务院办公厅印发《关于推动公立医院高质量发展的意见》提出,大力推行日间手术,提高日间手术占择期手术的比例。国家卫生健康委发布的《公立医院高质量发展促进行动(2021—2025年)》也提出,建立健全日间医疗服务。

日间手术对患者来说有什么好处?对医院来说有哪些挑战?记者对此进行了采访。

大大缩短患者等待和住院时间,减轻经济负担

在四川大学华西医院,患者李女士预约了4月7日的乳腺腺瘤日间手术。“我本来以为要做大手术,得住院很久。听说可以做日间手术,一开始还有点担心。”李女士说,术前医生的沟通非常细致,让她对手术方案了解很透彻,她的心理负担也减轻了不少。

李女士告诉记者,日间手术的准备流程很便捷:门诊就医后,在手机APP上预约手术时间,待医生开好术前所有检查项目,依次做完检查;提前两天,医院提醒在48小时内做好核酸;手术前一天,日间手术中心打电话再次确认有没有感冒等情况。

“家里环境好一些,利于术后恢复,日间手术也更方便家人陪护,省去了来回跑医院的麻烦。”李女士的丈夫说。

2012年3月,原国家卫计委卫生发展研究中心牵头组织上海申康医院发展中心、四川大学华西医院、北京同仁医院等单位成立中国日间手术合作联盟。《中国日间手术发展报告2020》显示,从2013年到2018年,全国开展日间手术的医疗机构增加了10.58倍,日间手术例数增加了5.86倍。

“过去,在很多患者的观念中,手术前就要住院。住院之后先做各项检查,结果出来之后再安排手术,在院时间较长。”中国日间手术合作联盟副主席兼秘书长、国家卫生健康委卫生发展研究中心医药成本价格研究部副主任于丽华表示,日间手术通过流程优化,将术前检查和评估在门诊完成,有效减少了住院时间。

开展日间手术后,患者等待床位时间明显缩短。北京同仁医院医务处处长倪如暘说,过去,医院骨科待手术患者从开具住院证起,平均需等待3个月以上才能入院。现在,从开始术前检查算起,基本上一周到两周就能完成手术。

一早入院手术后第二天晚上出院,是理想的日间手术模式。“但是有些病种比较特殊,比如鼻科绝大部分为全麻手术,术后鼻腔必须填塞止血,需留观过夜,确定无活动性出血方可离院。因此更适合下午手术,术后留院观察一晚后,第二天中午前出院,时间也在24小时内。”倪如暘说。

缩短患者住院时间,降低医疗费用是日

间手术的优势。四川大学华西医院日间手术中心主任马洪升介绍,据初步统计,与非日间手术相比,患者医疗费用平均下降20%左右。比如,腹腔镜胆囊切除术患者平均节约了22%左右的费用。此外,日间手术还减轻了患者间接负担,比如家属往返的交通费、误工费等。

于丽华说,目前全国不少省份出台了日间手术医保支付政策,无论开展按病种付费,或DRG(疾病诊断相关分组)、DIP(基于大数据的病种)支付,都已将日间手术纳入支付体系。未来,医保支付方式改革不断深入,将释放更多日间手术需求。

手术术式进一步标准化、规范化,医疗质量和安全保障措施日益完备

哪些疾病能够纳入日间手术范围,如何保障患者医疗安全?这是公众对开展日间手术最关注的问题。

日前,国家卫生健康委发布《日间手术推荐目录(2022年版)》,在2016年推荐的43个日间手术术式和2019年推荐的77个日间手术术式基础上,遴选出第三批日间手术推荐术式,共708个日间手术操作项目,使日间手术术式进一步标准化、规范化。

业内人士表示,医院一般选择医疗技术成熟、手术风险性相对较低、术后并发症少的病种或术式。马洪升告诉记者,各个医院擅长的科室技术有差别,会根据自己的医疗水平选择术式术种。2009年以来,华西医院已经开展了300多种日间手术术式。不断积累经验后,更多病种也将进入日间手术的范畴。

保障医疗质量与安全是日间手术开展的前提。一般来说,开展日间手术的医院都建立了相关的质量安全管理和保障制度。比如北京同仁医院日间手术质量管理委员会对病种、医生、患者的准入标准做出明确规定。医院要求由经验丰富的高年资医师开展日间手术,医生不仅需要具备手术或相关操作的资质,还需要具备较强的医患沟通能力。准出标准同样重要,患者出手术室后,要在恢复室进行一个半小时左右的监护,还有一些患者要回到病房接受监护。

“我们建立了应急预案,如果出现病情突然变化,会及时评估和处理。医护人员会对患者进行电话回访,了解康复情况。还设置专门的服务电话,为出院患者提供24小时应急咨询服务,确保医疗安全。”北京同仁医院日间手术中心主任李铭说。

“医院开展日间手术的目的是高效、安全地服务患者。”于丽华说,日间手术涉及临床、麻醉、护理、康复等多学科协作,是一个服务全院所有手术科室的平台。对于部分专科性强的专业,如果患者不具备术后回家拆线和复查的条件,则不适合选择日间手术。医院要根据患者实际情况,提供人性化的治疗方案。

促进医疗服务质量提升,医疗资源利用更高效

在有限的床位资源下,开展日间手术能够有效提高医院运行效率,满足更多患者的



图①:华西医院日间手术病房,患者在办理入院手续。

图②:日间手术中心护士向患者介绍注意事项。

图③:北京同仁医院日间手术中心医务人员演示日间手术预约系统操作。

版式设计:汪哲平

需求,好处显而易见。但日间手术在院时间缩短,门诊就诊、床位预约、术前评估、入院宣教、手术检查、术后护理、出院评估等环节并没有减少,这对医疗流程管理提出了更高的要求。

在优化流程方面,实施日间手术的医院各出高招。2018年,北京同仁医院启用了专门的信息化系统,针对不同日间手术病种,设置术前检查模块,方便医生在门诊帮助患者快速预约。系统还能实时跟踪和反馈,将延迟出院率、非计划再手术率、手术医生临时取消手术率、患者日间爽约率等纳入质量评价指标,定期向临床科室反馈。

在北京同仁医院,日间手术中心设有专门独立区域,进行术前后一站式服务。患者报到、登记处和手术室均位于同一层平台。“这样患者就无需在医院来回奔波。”倪如暘说,要从细节上改进医疗服务流程和服务质量,提升群众就医获得感。

为提升诊疗效率,不少医院在遵照病案管理规范的前提下制定日间手术病历模板,提高手术病案书写效率;大多数医院还通过设定考核指标、建立奖励机制,推进日间手术地开展。

日间手术短平快的特点,要求护理工作必须跟上。马洪升介绍,华西医院对护理流程进行了再优化,将日间手术护理前移和后延,使之能延伸到患者家庭之中,实现全程管理。患者出院前,护理人员将基础护理知识传授给患者或家属,提高患者的自护能力;对于符合出院标准但还需身体或心理照护的患者,医院会将患者资料转回社区卫生服务机构,由社区医护人员继续为患者提供包括辅助治疗、伤口护理、康复护理等服务。

“病床使用率、周转率提高,科室有限的床位资源得到有效利用,医院运行效率提升了,医务人员工作量和绩效提升了,手术量明显增长。”北京同仁医院副院长黄志刚说。2021年8月,北京同仁医院鼻科刚挂牌运行日间手术的第一个月,鼻科手术量环比增长150%。在保证医疗安全的前提下,4张日间病床能承载20张常规病床的手术量,大大缓解了待床压力。

“日间手术模式有效缓解了‘住院难’和‘手术难’问题,降低了群众就医经济负担。”于丽华认为,日间手术管理模式有望成为有效抓手,促进公立医院高质量发展。

无影灯

日前发布的《世界卫生组织中医药救治新冠肺炎专家评估会报告》,肯定了中医药救治新冠肺炎的有效性和安全性,鼓励世界卫生组织会员国在其卫生保健系统和监管框架内考虑使用中医药治疗新冠肺炎的可能性。

这份报告充分肯定了中医药抗击新冠肺炎疫情的贡献,体现了世卫组织对中医药等传统医学的高度重视,也表明未来中医药在抗击世纪疫情中仍大有可为。

中西医并重是我国新时代卫生与健康工作方针之一,也是我国医疗卫生事业的显著特征和独特优势。新冠肺炎疫情发生以来,我国坚持中西医结合、中西药并用,中医药全面、深度参与疫情防控救治,为保障人民健康作出了突出贡献。日前,国务院办公厅印发《“十四五”中医药发展规划》,强调“提高中西医结合水平”。

当前,全球新冠肺炎疫情仍处于大流行状态,新发传染病不断出现。有效应对多种健康挑战、更好满足人民群众健康需求,迫切需要加快推进中医药事业发展,更好发挥其在健康中国建设中的独特优势。百年变局和世纪疫情交织,中医药正处于重要历史机遇期,我们必须坚持中西医并重,传承精华、守正创新,实施中医药振兴发展重大工程,补短板、强弱项、扬优势、激活力,推进中医药和现代科学相结合,推动中医药和西医药相互补充、协调发展。

坚持中西医并重,必须推动综合医院中西医协同发展。在综合医院推广“有机制、有团队、有措施、有成效”的中西医结合医疗模式,将中医纳入多学科会诊体系,加强中西医协作和协同攻关,制定实施“宜中则中、宜西则西”的中西医结合诊疗方案。推动三级综合医院全部设置中医临床科室,设立中医门诊和中医病房。打造一批中西医协同“旗舰”医院、“旗舰”科室,开展重大疑难疾病、传染病、慢性病等中西医联合攻关。同时,提升相关医疗机构中医药服务水平。引导专科医院、传染病医院、妇幼保健机构规范建设中医临床科室、中药房,普遍开展中医药服务,创新中医药服务模式,加强相关领域中医优势专科建设。

坚持中西医并重,必须提升中医药参与新发突发传染病防治和公共卫生事件应急处置能力。加强中医药应急救治能力建设。依托高水平三级甲等中医医院,建设覆盖所有省份的国家中医药疫病防治基地,依托基地组建中医药疫病防治队伍,提升中医紧急医学救援能力。三级公立中医医院和中西医结合医院全部设置发热门诊,加强感染性疾病、急诊、重症、呼吸、检验等相关科室建设,提升服务能力。同时,加大国家中医药应对重大公共卫生事件和疫病防治骨干人才培养力度,形成人员充足、结构合理、动态调整的人才库,提高中医药公共卫生应急和重症救治能力。

坚持中西医并重,必须建设高素质中医药人才队伍。深化医教协同,进一步推动中医药教育改革与高质量发展。建立以中医药课程为主线、先中后西的中医药类专业课程体系,优化专业设置、课程设计和教材组织,增设中医药课程,增加经典课程内容,开展中医药经典能力等级考试。同时,完善落实西医学中医制度。增加临床医学类专业中医药课程学时,将中医药课程列为本科临床医学类专业必修课程和毕业学习内容,在临床类别医师资格考试中增加中医药知识。加强中西医结合学科建设,培育一批中西医结合多学科交叉创新团队。

中医和西医,都是人类与疾病斗争的有力武器。二者各有所长,没有高低之分。中西医完全可以优势互补,携手共进。我们要坚定文化自信,以开放包容的心态促进传统医学和现代医学更好结合,坚持中西医并重,为全面推进健康中国建设、更好保障人民健康提供有力支撑。

中医养生

以药代茶有讲究

宗比安

代茶饮以药代茶,选用一两味药或数味中草药,煎汤或以沸水冲泡,补水又兼有治疗作用,强身健体。但代茶饮不能随意喝,只有正确饮用,才能收到疗效。

首先,要因证饮用。《黄帝内经》说:“寒者热之,热者寒之。”意思就是寒证用热药,热证用寒药。比如,同样是咽痛,有的人属于实热证,有的人属于虚热证,实热者可以用寒凉药物代茶饮,虚热者如果单纯用寒凉药物清热,就会导致脾胃受寒,所以需配伍健脾祛湿化痰的药物。

其次,要因人制宜。不是所有人都适合用同一个代茶饮,身体上火要去火,但对脾胃虚寒的人来说,需要加些甘草、大枣、生姜、干姜等健脾和胃的药物中和,以免去火药伤了脾胃。

同时,代茶饮喝法有别。青果、罗汉果、川贝母等过大或坚硬的中药饮片需要捣碎,以便药物成分溶出。如果饮片多呈碎末状,最好装入无纺布小袋,制成袋泡茶。一些花类中药饮片由于质地松散,通常呈碎末状,最好也采用袋泡方式,以避免呛咳。

代茶饮的中药饮片,用沸水冲泡前应先过一下水,去除杂质和灰尘。茶具最好选择带盖的大口杯,沸水冲泡10至30分钟即可。

“是药三分毒”,代茶饮中药也不例外。喝代茶饮讲究中病即止,也就是取得效果后,就可停止使用。

(作者为首都医科大学附属北京天坛医院内分泌科副主任医师)

本版责编:杨彦帆

坚持中西医并重 护佑人民健康

白剑峰

名医讲堂

生活中,不少人有这样的疑问:为什么有的人怎么吃都不胖,有的人喝凉水都长胖?其实,这与人的基础代谢率密切相关。

基础代谢是指清醒静息状态下维持机体细胞、器官正常功能和稳态所需要的能量消耗。人体的基础代谢率与年龄、性别、身高、体重,以及体温、吸烟史、饮食和身体组分等诸多因素都有关系。

我们日常的能量消耗,主要包括3部分:基础代谢占每日能量消耗的60%至70%;通过咀嚼、吞咽、消化、吸收和储存食物消耗的能量,属于食物热效应,约占每日能量消耗的10%;运动和非训练性体力活动都属于体力活动热效应,一般占到每日能量消耗的15%至30%。

当正常人的“基础代谢消耗的热量+运动消耗的热量>饮食摄入的热量”时,就会出现“怎么吃都不胖”的现象。

科学运动,提高基础代谢率

方红娟

新陈代谢就像是身体里的“发动机”,不停燃烧热量补充身体所需,保持体内各项功能的正常发挥。随着年龄增长,人体新陈代谢的速度会逐渐下降。这也是很多人出现中年发福的原因:基础代谢率低了,进食量却没有相应减少,加之生活和工作变得紧张,体力活动常常不如年轻时频繁,身体消耗不了的热量,就变成脂肪囤积。

那么,如何才能提高基础代谢率呢?研究发现,运动可以增强机体耗能,提升肌肉比例,进而提高基础代谢率。

肌肉力量训练是提高身体基础代谢率的最佳方式。经常进行肌肉力量训练,能使基础代谢率提高6.8%至7.8%。

如果每天只是坐在办公室里工作,不做额外运动,那么每日的总消耗是基础代谢率的1.2倍。但如果每周运动1至3次,每次半小时左右,那么每日的总消耗是基础代谢率的1.375倍。如果每周运动4至5次,这个数值就会提升到1.5倍。如果坚持每周运动7次,就是1.75倍。

除了运动次数,何时运动也有讲究。9时至10时,是运动的黄金时间;16时至18时,也很适合运动。

有氧运动是提高基础代谢率的捷径,如跑步等,如能达到“每周3次,每次30分钟,运动后每分钟心跳达130次”的标准,效果会更好。

呼吸方式也对新陈代谢有影响。腹式呼吸可以将更多废气排出体外,促进代谢、改善循环。因此,建议将有氧运动与呼吸方式(加强腹式呼吸训练)有效结合。

研究显示,高强度间歇训练可以燃烧更多脂肪,加快新陈代谢,同时增强人体对快节奏生活的适应能力。高强度间歇训练是指短期的爆发训练和较平缓的运动交替进行的运动方式。例如,以最高速度跑步1分钟,然后步行两分钟,并重复这个过程15分钟,就属于高强度间歇训练。

也有研究数据证明,在完成高强度间歇训练后的24小时内,人体的生长激素水平可提高450%。生长激素不仅可以增加15%至20%的基础代谢率,还能促进肌肉生长,减缓衰老过程,让一个人的内在和外在都变得更年轻!

(作者为首都医科大学附属北京天坛医院内分泌科副主任医师)