



高血压门诊

[诊疗范围]

- 1、高血压早期筛查、诊断;
- 2、继发性高血压筛查;
- 3、高血压患者动脉硬化及靶器官(心、脑、肾等)损害评估;
- 4、各年龄段高血压全程管理;
- 5、心衰、冠心病、糖尿病、慢性肾病等慢性基础疾病患者的血压个体化管理;
- 6、难治性/顽固性高血压;
- 7、饮食、运动等生活方式指导及健康宣教;
- 8、高血压病的运动康复;

[诊疗技术及特色]

- 1、通过24小时动态血压监测、高血压四项及激素测定等项目,结合CT、磁共振、超声、多导睡眠监测仪能精准诊断及规范治疗;

- 2、先后诊断出肾动脉狭窄、主动脉缩窄、原发性醛固酮增多症、嗜铬细胞瘤、肾上腺肿瘤、睡眠呼吸暂停综合征等继发性高血压;并自行开展了肾动脉支架植入术治疗肾动脉狭窄;
- 3、参加了“十三五”重点研发计划支持的国家级重大研究项目“适合国人的有效安全可负担的降压调脂药物及治疗模式研究”;系湖南省高血压专病实验室联盟单位及国家标准化管理高血压中心建设单位。
- 4、注重患者教育,提供饮食调整、心理支持及生活方式改善建议。
- 5、建立长期随访机制,确保治疗效果。

诊室地点:德馨楼门诊4楼420诊室

坐诊时间:每周四上午

咨询热线:0736-5336450

坐诊专家



梁传亮 心血管内科19病区主任
主任医师



张莉 质管科副主任
主治医师



王贤奎 心血管内科19病区副主任
副主任医师



江 东 主治医师



李 珠 主治医师

高血压知识

高血压(也称血压升高),是血液在流动时对血管壁造成的压力值持续高于正常的现象。根据《中国高血压临床实践指南》,成人高血压的诊断标准是收缩压 $\geq 130\text{mmHg}$ 和/或舒张压 $\geq 80\text{mmHg}$ 。高血压的发病原因多为遗传因素和不健康的生活方式,如高盐饮食、过量饮酒、长期精神紧张和体力活动不足等。高血压在5类人群中易发:有家族史的人群;情绪易激动的人群;摄入盐量偏高的人群;嗜酒人群;工作或生活压力大的人群。

高血压的典型症状包括头痛、疲倦或不安、心悸失常、心悸耳鸣等。然而,许多高血压患者可能在没有任何症状的情况下已出现其他并发症,如脑卒中、视物模糊、意识丧失、失忆等,所以高血压被称为“无声的杀手”。

高血压预防

一、减少食盐摄入量

饮食应限制脂肪摄入,少吃肥肉、油炸食品、动物内脏、糕点、甜食,多食新鲜水果、蔬菜、鱼、蘑菇、低脂奶制品等。每天摄入盐量应少于5克,大约每天为小汤匙的半匙。

三、戒烟限酒

烟草中含有尼古丁,能刺激心脏使心跳加快,并使血管收缩、血压升高。大量饮酒,尤其是喝烈性酒,可使心跳加快、血压升高。

五、自我管理

按时睡觉,早睡早起。定期测量血压,并做好记录。定时服用降药,不能随便停药。应坚持三心:即信心、决心、恒心。保持心情舒畅,避免情绪大起大落。

二、合理减肥控制体重

最有效的方法是适度节制饮食,减少每天摄入的总热量;增加体力活动,包括快步、慢跑、游泳等。

四、体育活动

适当的体育锻炼可增强体质、减肥和维持正常体重,每次活动一般以30~60分钟为宜,强度因人而异,量力而行。



创建清廉医院
强化行风建设



博爱人

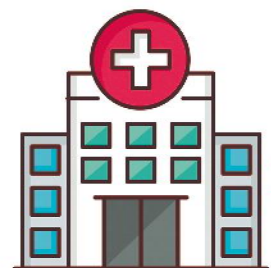
报刊内部资料准印证号:(湘J) LB20240004 内部资料 免费交流



全国百佳医院
全国百姓放心百佳示范医院
全国百强县级医院



以患者为中心 以职工为核心 主办:石门县人民医院 石门县医学会 2024年第08期 总第261期
急救电话: 5323011 地址:湖南省石门县楚江街道渫阳路198号 电话:(0736)5324348 E-mail: boairen3000@126.com



心衰门诊

[诊疗范围]

- 1、有冠心病、高血压病、心脏瓣膜病、心肌病等基础心血管疾病或心衰病史;
- 2、出现乏力、呼吸困难、浮肿、食欲减退、胸闷、气短、尿量减少等症状;
- 3、心脏超声心动图检查显示心脏扩大、射血分数(EF)减低;
- 4、血液学检查显示利钠肽(BNP/NT-proBNP)水平异常升高;
- 5、明确诊断心力衰竭患者的出院随访;
- 6、既往明确诊断心力衰竭没有规范治疗的患者。

诊室地点:德馨楼4楼423诊室

坐诊时间:每周二全天 咨询热线:0736-5336450

[诊疗技术及特色]

- 1、设有心衰病房及监护室,能开展床旁快速检测检验,结合CT、磁共振、超声、冠脉造影、多导睡眠监测仪等能精准诊断及规范治疗;
- 2、常规可行连续肾脏替代治疗(CRRT)、主动脉球囊反搏仪(IABP)、经皮冠脉介入术(PCI)、抗心衰除颤复律器(CRT/CRT-D)植入术等器械支持治疗;
- 3、参加了中华医学会心血管病学分会和美国心脏协会合作开展的“中国心血管疾病医疗质量改善项目(CCC项目)”,2022年通过国家级心衰中心(基层版)认证。
- 4、注重患者教育,提供饮食调整、心理支持及生活方式改善建议。
- 5、建立长期随访机制,确保治疗效果。

坐诊专家



梁传亮 心血管内科19病区主任
主任医师



王贤奎 心血管内科19病区副主任
副主任医师



江 东 主治医师



李 珠 主治医师



段礼强 主治医师



刘 帅 主治医师



易晓兰 主治医师



矮小、性早熟门诊

[矮小诊疗范围]

身高低于同种族、同年龄、同性别的2个标准差或者第3百分位,包括生长激素缺乏症、甲状腺功能减退症、特纳综合征、精神心理性身材矮小症、其他内分泌代谢病引起的矮小、特发性身材矮小等。

[性早熟诊疗范围]

女童在7岁半前出现第二性征或者10岁前月经初潮,男童在9岁前出现第二性征。或者青春期快进展。

[诊疗技术及特色]

骨龄检测、内分泌轴相关检测、生长激素激发实验、性激素激发实验、遗传学评估、B超、核磁共振等技术。采用个体化治疗方案促进身高增长,抑制性腺提前发育。

诊室地点:德馨楼四楼儿童保健中心425、426诊室
坐诊时间:周一至周日全天



吴敏 新生儿科主任兼儿童保健中心主任
副主任医师



闫荣 副主任医师



张忠梅 主治医师

帕金森病专病门诊

[诊疗范围]

帕金森病、帕金森综合征等,有以下任何症状:嗅觉减退、表情单一、肢体震颤或抖动、行动迟缓、开步困难、肌张力障碍、睡眠障碍等。

[诊疗技术及特色]

综合运用药物治疗、物理治疗、心理治疗等多种治疗手段,必要时联合功能神经外科手术,为患者提供全方位、多层次的诊疗服务。强调对帕金森病的早期识别、早期诊治和全程管理,旨在最大程度地减轻患者症状,提高患者生活质量。

诊室地点:德馨楼4楼410诊室
坐诊时间:每周一至周五全天
咨询服务热线:0736-5333003、0736-5333881



马晓庆 副主任医师



方玉 主治医师

认真学习 贯彻党的二十大精神



皮肤科银屑病门诊

皮肤科面部过敏、痤疮门诊

[诊疗范围]

(寻常型、脓疱型、红皮病型、关节型)银屑病、反向性银屑病、掌跖脓疱病、连续性肢端皮炎、副银屑病。

[诊疗技术及特色]

拥有YAG激光、308准分子激光、臭氧治疗仪,且具有中医特色,能中西医结合综合性治疗各种类型银屑病,专人回访,人性化管理,对患者实行药物、心理、物理相结合的治疗及全病程综合管理。

在符合医保政策情况下协助办理银屑病的慢病特殊门诊,以及生物制剂治疗的双通道申请等。

[诊疗范围]

面部发热、发红、瘙痒、干燥、脱皮等各种问题的过敏、脂溢性皮炎、玫瑰痤疮等。面部皮肤油腻、炎性丘疹、囊肿、毛孔粗大、痘印、痘坑等各种问题的痤疮。

[诊疗技术及特色]

拥有红蓝光、舒敏仪、冷喷仪、点阵激光、调Q激光、光子等各种治疗性仪器,能综合性治疗各种类型的面部过敏及痤疮,能很好修复面部皮肤屏障、治疗红血丝、清除炎性丘疹、祛除痘印、痘坑等。

诊室地点:德馨楼11楼皮肤科诊室 坐诊时间:每周二、三、四、五、周日全天开诊 咨询热线:0736-5330091



朱姗姗 皮肤科主任
副主任医师



王祉人 主治医师

咳嗽、慢阻肺门诊

[诊疗范围]

不明原因及经验性治疗失败的咳嗽、咳嗽变异性哮喘、慢性支气管炎、慢性阻塞性肺疾病(COPD)、变应性咳嗽等。

[诊疗技术及特色]

常态化开展肺通气功能、弥散功能、呼吸道阻力测定、呼出气一氧化氮检测、过敏原检测、戒烟指导,设有门诊综

合治疗室,可在门诊开展雾化治疗、指导吸入制剂使用、胸廓放松训练和气道廓清治疗,根据疾病不同阶段制定康复处方,通过特色门诊MDT,可进行心理干预和营养支持治疗,提高呼吸慢病人群的生活质量。

诊室地点:德馨楼3楼呼吸内科门诊(316诊室)
坐诊时间:周六全天 咨询热线:0736-5335200



周尚昆 呼吸与危重症医学科4病区副主任兼公共卫生科副主任
副主任医师



颜欢 副主任医师