

从发药到指导,临床药师“看门诊”

据解放日报“过年吃了不少大鱼大肉,作息一不规律,吃药时间也没那么准时了,医生可以帮我看看有需要注意的事项吗?”节后第一日,上海交通大学医学院附属仁济医院南院风湿物咨询门诊如期开诊,患者林女士带着几个压扁折叠好的药盒,一一摆在临床药师张乐面前,“以前看病找医生,现在还能找药师,吃药遇到的问题也有人能解答了。”

2017年8月,本市首家挂号收费的药学门诊——仁济南院风湿病物咨询门诊运行,至今一年半的时间内,共服务患者3203人次。可以说,被患者亲切地称为“用药宝典”的临床药师们,正在逐步拓宽本市医疗卫生服务的内涵。

解决患者“不会吃药”问题

林女士今年51岁,患有骶髂关节炎与骨质疏松症。6年前的一天,她突然全身多发皮疹,在皮肤科就诊后考虑为银屑病,自此开始“多管齐下”的药物治疗。然而去年4月,原本控制住了的病情再次复发加重;全身皮疹伴有多关节肿痛不适,更持续出现38摄氏度的发热症状。在医生的建议下,她前往药物咨询门诊寻求帮助。林女士说,“不只是吃药时间有讲究,每种药品的先后顺序,吃药时喝什么水都有说法。”她坦言,以往这些问题求解无门,“开完药再折回诊室问医生太麻烦,而且像我们这些不

一种疾病的患者,也不知道究竟该问哪个科室的医生。”林女士的困惑,也是长期以来不少患者的困惑。据国家药品不良反应监测中心最新数据显示:我国因家庭用药不良反应导致住院治疗的患者多达250万人,除药物不良反应外,降压药的无效利用率高达50%、降糖药的无效利用率为43%、降脂药的无效利用率为38.5%。在老龄化日趋加重的社会,如何能让患者真正安全有效用药?

“慢性病及其并发症已成为影响我国大众,尤其是中老年人健康的主要问题,经济水平的快速发展也带动健康用药意识的增强。”药剂科主任林厚文说,医院以重点特色学科风湿病学为切入点,希望先行先试,将风湿患者的用药健康“管”起来。为摸清老百姓关心的难点和痛点,风湿科与药剂科携手进行了调研。结果显示,58.33%患者存在漏服药现象、31.74%服用方法不当、25.87%不清楚用药注意事项、13.49%会自主调整剂量甚至停药。林厚文告诉记者,因此门诊除了开展药物评估、用药干预等个性化药物治疗管理外,更通过充分详细的沟通改善患者的误解,真正提高治疗依从性。

用药管理重点在社区

如今每周一至周四,患者都可根据需求在仁济南院风湿科得到临床药师的帮助。每周四下午,更有专门开设的“社区转诊绿色门诊”让药师

服务直接“牵手”社区家庭,60岁的赵阿姨就是其中受益者。

患有类风湿关节炎的赵阿姨5年前因多关节疼痛前往医院就诊,可是常用的甲氨蝶呤治疗让她出现明显的恶心、呕吐症状。由于药物不耐受,她自行停了药。去年,她的手腕、双膝、双踝等关节症状加重,清晨起床骨头都僵了,上下楼变得困难。赵阿姨找到家庭医生,“他们告诉我,仁济的风湿科专家下社区了,肯定能解决我的问题。”

慢病管理的前沿阵地在社区,而疾病筛查和用药效果监测是极其重要的两项内容。2017年12月,仁济南院一浦江风湿科专家工作室成立。在浦江社区卫生服务中心,赵阿姨在家门口得到了诊疗。“第一次门诊后,患者病情逐步稳定,半个月后她再次自行停药,结果又复发了。”张乐解释,类风湿关节炎患者需使用糖皮质激素和非类固醇类抗炎药进行治疗,但听见“激素”二字,不少人就打起退堂鼓,“这也提醒我们:反复的用药宣教、用药提醒在社区非常重要,开完药绝不是治疗的终点,科学用药才能真正帮助患者回归健康。”

药师与医师“抢饭碗”还是双赢?

从“药房窗口发药”到“助患者科学用药”,原本存在感不强的临床药师群体近年逐渐走向临床患者身边。市卫健委负责人介绍,本市自3

年前在全国率先启动“临床药学重点专科建设”。日前,仁济医院、华山医院、中山医院、瑞金医院、市六医院与长征医院等获批首批上海市临床药学重点专科单位,将进一步为促进药物合理使用和精准治疗,保障医疗服务质量和安全、提高患者获得感和满意度发挥积极的示范和引领作用。

当然,推动药学服务离不开人才队伍建设,目前全市参与临床一线药学服务实践工作的临床药师有1100余名,仁济南院医务处副处长胡成雅介绍,以仁济南院为例,除了张乐参与药学门诊服务外,其余4名临床药师承担着住院用药管理、处方点评等工作,为适应药学服务转型发展的新形势,未来几年,临床药师的数量或将成倍增长。除参与临床工作外,林厚文更指导团队成员获得本市临床药学首个“药事管理”国家自然科学基金项目,让更多慢性病患者获得规范诊疗。

不过也有人提出:临床药师能“开处方”后,会不会间接影响部分医生的“饭碗”呢?据悉,仁济南院目前将药学门诊仍归于风湿科专科门诊,药剂科尚无独立收费门诊服务收费项目,胡成雅说,“临床药师与医师专业的边界或许还需从政策上厘清,真正解决药学门诊的处方权问题。”仁济南院常务副院长李劲表示,“处理好临床药师与医师的协同关系,促进分级诊疗顺利落地,将更好实现互利共赢,真正为百姓带来就医的便捷与实惠。”

信息快报

申城“最高双子塔”竣工

位于北外滩的上海“最高双子塔”——星港国际中心近日竣工,预计于今年下半年分期开业。

它是由两栋263米高的主体塔楼、商业裙房及六层地下室共同组成的综合体项目,总建筑面积约45万平方米,将被打造成标志性来福士综合体,成为上海第三座来福士。

从外观看,星港国际中心的主体塔楼从上到下逐渐收紧,酷似“中国鼎”。两栋主体塔楼设有全天候对外开放的屋顶花园,面积约1.75万平方米,市民、游客在此能将“黄金三角”的风光尽收眼底。

与普通的超高层建筑不同,这座北外滩新地标能够自主“呼吸”到常人难以触及的“上层空气”。塔楼每一层楼面靠近幕墙的地面和整个建筑幕墙都装有“呼吸口”,即通风器系统,实现自然通风效果。建筑的设计和用材也是颇有讲究,建筑大面积玻璃幕墙采用特殊材料,反射率不超过7%,大大降低了对周边环境的光反射污染。

申城早樱提前一个月绽放 温暖气候雨水滋润是主因

梅花开得正盛,樱花已来抢风头!记者近日从上海植物园、上海辰山植物园等沪上多座公园获悉,园内已有寒樱、钟花樱等早樱开放,个别品种的花期甚至比往年提前近一个月。业内人士认为,温暖的气候和雨水的滋润,是让早樱提前“醒来”的主要因素。

寒樱是上海地区开花最早且开花较稳定、观赏效果最佳的早樱品种,有上海樱花季“风向标”的美誉。从上海植物园的物候记录来看,今年寒樱在1月28日就已开花,花期比号称“近20年来最早一次”的2017年(2月4日)还早一个礼拜。原本2月中旬开花的钟花樱,今年也“赶”在大年初一提前“报喜”。

“上海植物园种植樱花至少有40年历史,可以说今年这批樱花的花期是最早的。”上海植物园园艺科助理工程师葛佳佳说,寒樱和钟花樱属早樱品种,一般气温稳定在5℃以上,且维持10天左右,这些早樱品种就会从“冬眠”中苏醒、开花。

根据上海气象部门发布的数据,今年1月21日至2月8日,上海已连续多天最高温度超过5℃,有9天最低温度超过5℃;今年1月下旬平均温度比常年高出2.6℃,2月上旬平均温度比常年高出1.9℃。这些因素都满足了樱花早开的条件。“如果这样的气候持续下去,上海今年大多数樱花的花期都将提前一到两周。”葛佳佳表示,目前寒樱和钟花樱已进入盛花期;预计下周,牡丹樱、中国红樱等早樱将渐次开放;2月底,河津樱、初美人樱、大寒樱、大渔樱等最后一波早樱将开花。

花前某些时段的气候不按常理出牌,比如冬春交替时节持续较长时间的较高温度和光照,是花卉花期提前的主要原因。

在上海辰山植物园,近10株寒樱和“十月红”大叶早樱也已开花。上海辰山植物园园艺专家说,今年早樱花期的确提前不少,尽管花期早晚,对樱花本身的质量不会有明显影响,但花期提前会打乱不少游客的赏花园艺。热衷欣赏早樱的市民游客这个周末可以行动起来。

节后错峰出游惊喜多

据新华社 随着春节假期的结束,遍布全球各地的中国游客们陆续踏上归途,但也有不少游客正准备错峰出行。据业内平台分析,春节后至清明小长假的一段时间,国内外许多旅游目的地迎来传统淡季,往返机票、当地酒店和旅游产品费用等甚至可能跌至“白菜价”。相比“春节黄金周”,白天的节后出游成本可节约30%至50%。

携程旅行网截至12日午时数据显示,热门旅游地往返机票价格逐步恢复至日常价格的3折至5折水平,部分航线报价较春节前最多下降超7成。例如,飞往三亚、昆明、成都、杭州、西安、重庆等热门旅游城市的航班均已价格低至原价2折的机票。

这两天,70岁的重庆市民林夏陆续送走从北京、上海、四川回乡祭祖探亲的亲朋好友,并将开启为期月余的粤港澳深度游。她说,春节期间重庆前往珠海的机票价格单程就要2000多元人民币,而元宵节(2月19日)后仅需700多元,3月份仅需500元,错峰出游很划算。

“时间更充裕的中老年游客青睐在传统旺季后的价格‘跳水期’出游。”上海财经大学旅游管理系教授何建民分析,“相较于旺季时景区景点里‘人山人海’,在淡季人们观光休闲体验更从容一些,越来越多年轻人也愿意错峰出游。”

在春节假期加班的上海白领程功,将带着父母妻儿踏上为期5天的赴日本邮轮游。在他看来,在节中加班,是为了保障工作;公司落实带薪休假制度,则保障了大家休息的权利。

伴随生活水平的提高,旅游休闲已成为我国居民的“幸福必需品”。中国旅游研究院2月11日发布报告称,在刚刚过去的2019年春节假期,全国旅游接待总人数4.15亿人次,同比增长7.6%;实现旅游收入5139亿元,同比增长8.2%。携程旅行网亦在11日发布报告称,基于该

平台预订情况,春节长假期间我国游客脚步遍布海内外1370多个城市,覆盖97个国家和地区。

春节后也呈现“淡季不淡”的特征。从几家主要旅行社机票预订数据看,在2月、3月也有“错峰热门”目的地,例如西安、重庆、成都、三亚、昆明、杭州、南京、厦门、哈尔滨、珠海等城市。

“随着多个目的地气温转暖,人们日益青睐的‘赏花游’旺季即将到来。例如近期预订3月下旬前往日本赏樱的出境游客增多,机票预订量同比增长了70%左右。”携程机票事业群高级总监邵季红说。

业内人士指出,今年春节假期最大的亮点便是旅游与文化的深度融合。中国旅游研究院一项调查结果显示,节中参观博物馆、美术馆、图书馆和科技馆、历史文化街区的游客比例分别达40.5%、44.2%、40.6%和18.4%,观看各类文化演出的游客达到34.8%。

眼下,春节假期虽已结束,各地“文旅大餐”“科技大餐”“运动大餐”供应仍源源不断。

北京故宫博物院“贺岁迎祥——紫禁城过新年”展览将持续至农历三月初三(4月7日)。崔雪琳等北京市民告诉记者,计划节后参观故宫,尤其是参观故宫博物院破纪录展出的近900件(套)文物,体验“错峰过大年”。

为期66天的2019年“西安年·最中国”活动将持续至3月初,春节后仍有丰富的民俗表演、非遗展示、周礼体验、庙会及红色旅游系列活动。

国家5A级景区上海科技馆信息中心副主任吴国瑛介绍,上海科技馆、上海自然博物馆(上海科技馆分馆)在春节期间推出多项特色活动,单日接待游客量创下历史新高。春节后,上海科技馆将推出包括小学生版“未来科学+”寒假科学营等活动。亲子游客、学生游客参观科技馆、博物馆的热情将延续至开学。

美研究:全球新增绿化四分之一来自中国

美国航天局卫星数据表明,全球从2000年到2017年新增的绿化面积中,约四分之一来自中国,贡献比例居全球首位

●中国和印度在陆地植被面积只占全球总量9%的情况下对全球绿化增量的贡献达到约三分之一

●分析显示

中国的贡献中 42%来自植树造林
32%来自集约农业

印度的贡献中 82%来自集约农业



迪士尼将举办春季马拉松赛

据新华社 继去年秋季首届“奇跑迪士尼”赛事成功举办后,上海迪士尼度假区12日宣布,将于今年4月13日至14日举办春季马拉松赛。

在今年的“奇跑迪士尼”赛事中,将继续推出去年秋季赛备受欢迎的3.5公里、5公里及10公里三种赛程,并将首次推出“奇跑迪士尼宝贝跑”,为小朋友们创造别具一格的迪士尼运动体验。

根据赛制安排,年龄在5周岁及以上的参赛者可报名参加3.5公里组别的比赛,而5公里及10公里的比赛则要求参赛者年龄为16周岁及以上。全新推出的“奇跑迪士尼宝贝跑”向活动当日已满2周岁

且未满5周岁的儿童开放,孩子们将在家长或监护人的陪同下体验跑步运动。

具体日程方面,3.5公里、5公里及“奇跑迪士尼宝贝跑”将于4月13日举行,最具挑战性的10公里跑将于14日举行。据了解,所有参赛者都将获得纪念衫,坚持跑完全程的选手将获得特别设计的纪念奖牌。

赛事报名将首次实行抽签制,参赛者将从所有预报名成功者中随机抽取产生。预报名登记将于2月18日10时起向公众开放,2月24日22时截止。

迪士尼主题马拉松赛事发源于美国奥兰多,迄今已吸引全球数十万人次参与其中。