

NOVA Adult Day Care Center & Home Care

4-088



# 乐园日间护理中心

我们的宗旨：老有所依、老有所乐。让您享受家一般的温暖。

维州唯一  
华人创办老年活动中心

- 健康管理：**专业医生定期会诊并提供理疗服务、专业护理人员每日基础健康检查
- 生活辅助：**专车上门接送、预约医生、陪同就诊、外出购物
- 营养膳食：**提供中餐西餐、品种丰富、营养均衡
- 康娱活动：**日常锻炼、设施齐全、定期开展丰富多彩的文娱活动
- 居家护理：**专业护理人员上门照顾日常起居、亲情陪伴
- 福利咨询：**Medicaid(白卡)和Medicare(红蓝卡)相关事宜
- 倾情服务：**专业护理,亲情式融入



招聘 诚邀您加入我们的团队：  
司机、办公室人员 RN注册护士,PCA护理人员

办公室: 703-433-8888 传真号: 703-433-1111

地址: 44675 Cape Ct, Suite 130, Ashburn, VA 20147 Email: bartel@novaleyuan.com



# 真善美日间保健中心

4-068

12910 Cloverleaf Center Drive, Suite 100, Germantown, MD 20874 Web: www.jasminecenter.com



欢迎致电查询

邹秉雄 240-683-0033  
吕思慧 240-386-7882  
中心电话 240-232-2288

### 中心特色

- 精国、粤、台语的专业医护及护佐
- 专业社工协助申请各类社会福利
- 舒适安全的交通车到府接送
- 营养丰富的早、午餐及点心

### 中心宗旨

We are an equal opportunity employer

- ♥ 最真诚的贴心照料
- ♥ 最完善的保健设施
- ♥ 最美丽的场地环境

邹秉雄、吕思慧主理  
华人最优秀的保健服务团队  
至诚为您提供最专业的服务

真诚 善良 美丽  
Truth Goodness Beauty

## 喝多了,吃撑了,谨防急性胰腺炎!

新春佳节,和亲朋好友聚餐,最累的除了嘴巴,还有默默工作的胃肠。而节日期间,医院急诊也热闹起来,其中有许多人都是因为“喝多了、吃撑了”!喝多了,吃撑了,胃肠受不了,胰腺也会不幸躺枪!

### 胰腺炎有多凶险

急性胰腺炎分为轻型(水肿型)和重型(出血坏死型)两种,临床上轻型病人约占90%,重型占10%。轻型的急性胰腺炎主要损害的是胰腺。而其中出血坏死型胰腺炎特别凶险,常并发中毒性休克和多器官功能衰竭,死亡率极高。胰腺炎轻者住院、禁食、输液,严重者需要抢救、进ICU、甚至开刀。急性重型胰腺炎死亡率很高,即使侥幸过了鬼门关,以后恐怕还会并发慢性胰腺炎,对身体是一种巨大的打击。

急性重症胰腺炎在临床上被称为“三要”疾病:要命、要钱、要时间。要命是形容急性重症胰腺炎

发病凶险,短时间内危及生命;要钱是指即使挽救了生命,整个治疗费用十分高昂;要时间是指即使花费巨大、维持了生命,整个住院治疗的时间也比较长,一旦出现严重并发症时耗时必将更长。

### 胰腺这个器官为何如此“要命”

胰腺这个不起眼的器官平时很少“闯祸”,但一闹起来都不是小病。胰腺位于腹腔的深处,虽然体积不大却扮演着重要角色,具有外、内分泌功能。内分泌指功能:胰腺能胰高血糖素和胰岛素等激素调控血糖高低,因此胰腺因慢性胰腺炎受损的患者常合并糖尿病。外分泌的功能:胰腺能分泌多种消化酶的消化液,胰腺分泌的消化液经胰管进入十二指肠。胰腺分泌的消化液是机体最重要的消化液,彻底分解食物中各种成分,包括各种蛋白质、脂肪、碳水化合物。

### 胰腺炎是如何发生的

正常情况下在胰腺内的胰酶是没有活性的酶原形式,在肠道内被激活才具有消化分解功能。激活的胰液对食物具有很强的消化能力,同样,激活的胰液对腹腔则具有强烈的腐蚀性。胰腺炎的发生与胰酶提前在胰腺内被激活有着直接关系,常常因胰液或胆汁逆流、胰液排除受阻、酒精等而异常激活。原来用来消化那些吃进去的“大鱼大肉”的活化胰酶转而开始消化自身组织,导致胰腺自身被消化,继发炎症、出血、坏死、感染等一系列连锁反应。

### 1. 暴饮暴食

在暴饮暴食,特别是大量喝酒后,易诱发急性胰腺炎,除了酒精直接对胰腺的损伤,大量喝酒会增加胰腺分泌旺盛、蛋白浓度增高,导致胰腺分泌的管道堵塞,诱使胰酶“提前”激活。虽然大家觉得喝酒这么多次都没事,但是还是要提

醒酗酒者越是喝酒“出事”的风险越高。每当春节或节日前后,医院的消化科收治的急性胰腺炎病人就特别多,正是因为节日期间暴饮暴食的人多,这也从事实的角度说明了“大吃大喝、暴饮暴食”会诱发胰腺炎。

### 2. 胆结石

胰腺炎有多种致病危险因素,除了与大量饮酒有关,国内还与以胆结石密切相关,由胆石引起的胰腺炎称胆源性胰腺炎。胆汁的排泄口和胰腺导管开口有一个共用的胆胰壶腹部。胆结石若卡住了这里(如下图所示)会引起胰液排出受阻,胆汁反流到胰管内,导致胰酶原激活,从而引起胰腺炎。既往有胆道结石、胆囊结石的朋友更应该避免暴饮暴食,饮酒本是诱发胰腺炎的另一大原因,两大常见原因加在一起非常容易诱发胰腺炎。

这些症状要警惕胰腺炎

上腹部急剧疼痛是胰腺炎发作的典型症状,约95%的病人表现为上腹或左上腹持续性剧痛或刀割样疼痛,而疼痛则常出现在饱餐或饮酒后,同时,还常伴有发热、腹胀、恶心呕吐、吐后疼痛不缓解、因腹痛而蜷曲等症状。如果出现上述不适,有可能是胰腺炎的症状。胡吃海喝或胆绞痛发作后几小时突然发生剧烈腹痛、呕吐、腹胀、发热,应及时到医院就诊,不应简单以为只是喝酒后胃疼,或是自己随便吃点药。

### 重要的还是预防

胰腺炎治疗起来很麻烦,预防起来却不难,人人都做得到,就是避免暴饮暴食,尤其是酗酒,平时有胆结石等胆道疾病应积极且正规治疗,也有不少人视胆结石为小病,不愿去管,照样胡吃海喝,但急性胰腺炎毕竟是一种凶险的疾病,采取健康的生活方式,避开显著的危险因素,降低患胰腺炎的风险,才是最实在的。

## 老年人呼吸道感染期间,饮食有哪些注意事项

春节前后呼吸道感染高发,健康中国发文提示,老年人呼吸道感染后,鼓励自然饮食,吃清淡、易消化的食物,特别要注意补充优质蛋白。

如果进食受限,或进食量比平时减少30%以上,且持续2天以上,需要在临床营养师的指导下使用口服营养补充剂。

老年人出现急性呼吸道感染应该如何处理?

家中老年人出现急性呼吸道感染时,应采取以下措施:

1. 评估症状。观察并记录症状,包括但不限于发热、咳嗽、呼吸困难、喉咙疼痛、肌肉疼痛、疲劳等。
2. 病原学检测。建议进行流感病毒、新冠病毒等核酸或抗原检测,明确诊断后及时应用抗病毒药物进行治疗,避免病情出现进展。
3. 基本护理。确保老年患者有充足的休息,摄入足够的水分和营养丰富的食物。可以使用加湿器或蒸汽来缓解呼吸道干燥和咳嗽。
4. 对症治疗。在医生的指导下使用

退热药(如对乙酰氨基酚)和化痰镇咳药。

5. 监测病情。密切监测症状的变化,应特别注意呼吸困难、持续的胸痛、精神状态的改变或脱水迹象,这些可能是病情加重的征兆。

6. 及时就医。如果症状严重或持续恶化,应尽快就诊。

为家中老年人提供护理时,应同时考虑合并其他慢性病和整体健康状况。每个患者的情况都不一样,应根据医生的建议调整护理方案。

