



医生执笔

陈准沁教授
新加坡国立大学心脏中心总主任
心脏内科高级顾问医生



(iStock图片)

远程医疗 现状与未来发展

(文接上期)

国大心脏中心敢为天下先，在全国率先垂范推行各类远程医疗方案和措施，并且不遗余力地开展以下四项远程医疗服务：

房颤患者抗凝药物监测

房颤 (Atrial Fibrillation) 患者罹患脑卒中概率高于常人五成，在中高危者都需要服食华法林 (warfarin) 抗凝治疗，以减少中风发生。患者初始服药时，需要每周到医院验血，根据验血的指标指导调整药物剂量。国大实施了远程监测计划，即病人自在家中验指尖血，再把结果用手机传到医院，由训练有素的护士指导调整药物剂量。这样就大大减少了病人的麻烦，并且有效的缩短达标时间 (3天vs10天)，病人满意度达到91%。

高血压诊断与控制

在怀疑有高血压的患者中，国大医院会教病人自我正确的测量血压，以避免“白袍式”高血压的发生 (即病人在医院因心情紧张生理反应而导致血压升高)。早期的结果显示，病人能在9天内检测出是否真正患有高血压。而已经开始服药治疗的高血压患者，远程医疗监控平均能把收缩压降低13.5mmHg、舒张压降低7.3mmHg，65%的患者在40天内能把血压控制在140/90mmHg以下。

慢性心力衰竭管理

慢性心力衰竭是心脏医生面临的一个重要挑战。专业疾病护理能提高患者的生存率，生活质量，降低再住院率，病死率。远程监控在许多试验中都证实能够帮助心衰病人的管理。国大在69个心衰病人进行远程监控他们的体重，药物最适剂量调整，督导依从性等。成功减少再住院31%，病床占有日数减少86天，节约医疗费用达14万新元。

心梗病人二级预防

心梗病人属于另一组高危病人，国大也在超过100名病人进行远程生命体征 (血压、心率) 和药物调控。数据统计显示，减少30日再住院率 (7.3%vs10.3%)。

心脏永久起搏器管理

植入起搏器的患者无需亲身到医院随访起搏器工作状态，通过特制的远程监控器把资料传送到医院的监控中心，医生就可以监控，便捷高效。

数码时代的剧烈演变势必影响远程医疗的发展，远程医疗保健已经成为“朝阳产业”的一部分。未来如何能有效提高病人的护理，特别是慢性疾病及经常需要入院的病况，还得从系统科技自身发展，病人期望，社会接受度和政府决心等诸多层面决定。

今天，据我看来，远程医疗虽然渗透到了医疗护理的方方面面，但远远没有达到鼎盛阶段，许多困难必须面对，不容忽视，我相信，在各方面持续努力下，远程医疗会有长足发展，前景十分乐观。

(二之二)