

安康首个医护心理关怀项目 落户市中医医院

本报讯(通讯员 谭茹)11月6日,由中国社会福利基金会护爱基金会主办、山东威海慈善基金会、安康市中医医院协办的“爱护士天使行动—临床护理人员心理关怀项目”启动会暨“中国社会福利基金会—心理解压站”授牌仪式在市中医院举行,标志着该院成为安康首家爱护士天使行动医院。

中国社会福利基金会护爱基金部主任赵锦屏向市中医院副院长王晓玲授予“心理解压站”牌匾。心理健康成长小组副组长周庭香举起由市中医院党委书记茹甫毅点燃爱心火炬,带领12名小组成员庄严宣誓,标志着“爱护士天使行动”项目在市中医院正式启动。活动结束,该院国家二级心理咨询师周庭香对市中医院即将开展的“爱护士天使行动”项目方案进行了详细介绍,包括后期开展的院内护士幸福感评估、小组学习、员工救助计划等多个方面。

岚皋远程会诊中心首次对接北京协和医院专家

本报讯(通讯员 余兰涛)11月6日,岚皋远程会诊中心首次对接到北京协和医院知名专家,成功为一名患者进行了远程会诊。

据了解,患者甘某患有颈椎病伴椎管狭窄多年,近期又因外伤导致颈椎脊髓损伤,入住岚皋县医院保守治疗10余天,症状有所缓解,根据影像学检查结果,有手术治疗指征,但因经验、条件等方面的限制,主管医生对于是否采取手术治疗并不十分确定。患者年龄较大,到上级医院进一步诊疗又有诸多不便。该院医务部门便利用远程会诊系统预约到北京协和医院的专家。本次预约到的专家是协和医院原副院长、教授、博士研究

中国社会福利基金会护爱基金作为国内首个以“关爱护士”为主题的公益基金,通过心理健康成长小组在院内开展“爱护士天使行动—员工救助计划”,培养一支有能力、有动力的心理健康成长小组,持续有效地开展员工救助计划,提高护理人员心理承受力与抗挫折能力。

随着临床诊疗技术的发展和人民群众健康服务需求的不断增长,护理工作面临着诸多挑战,同时护理人员工作压力也越来越大,不但要具有专业的理论知识、熟练的操作技能、丰富的临床实践经验,还需具备与之相适应的心理素质,关爱重视护士的身心健康势在必行。“爱护士天使行动”项目的开展,能够有效的帮助护理人员认识到健康职业心理的重要性,培养护理人员积极心态,提高幸福感知能力,从而提升医疗服务效率及满意度,为患者提供更优质的医疗护理服务。

岚皋远程会诊中心首次对接北京协和医院专家

生导师王以朋主任医师。王以朋教授通过远程会诊平台详细询问了患者的基本情况,查阅了病历、影像学检查资料后,给予了明确的诊疗意见:先保守治疗,让神经自主恢复,如后期出现神经症状,再考虑手术。王以朋教授的意见让患者及其主管医生吃了一顿“定心丸”。

据悉,岚皋县远程会诊中心设置在岚皋县医院,由中国建设银行援建,整合了中医国际、北京协和等会诊平台,上可与国内知名三甲医院对接,下可联通镇村等基层医疗机构。会诊中心启用以来,已累计开展疑难病例会诊10余例,开展远程医疗培训1000余人次。

石泉县医院代表全省晋级全国医院擂台赛总决赛

本报讯(通讯员 李建安 曹靖)11月8日,由国家卫生健康委医政医管局指导,健康界和健康县域传媒主办的“进一步改善医疗服务行动计划2019全国医院擂台赛(县域类)西北赛区决赛”在西安开赛。

此次竞赛,组委会筹备了三个月共征集到来自全国30个省、577家医院参与的1087个案例。西北赛区共有来自新疆、甘肃、宁夏、陕西等五个省、自治区的几十家医院的近百个优秀案例参加擂台赛。石泉县医院以《提升县域医疗服务能力,落实分级诊疗制度》、《加强核心能力建设,提升县域医疗服务努力》两个主题参加竞赛。

经过激烈角逐,该院《提升县域医疗服务能力,落实分级诊疗制度》获小组“优秀案例奖”;《加强核心能力建设,提升县域医疗服务努力》从13个参赛案例中脱颖而出,斩获第一名的优异成绩,顺利进入11月9日举办的西北赛区决赛。

11月9日,决赛成绩根据科学性

汉阴县人民医院自主开展首例肺癌手术

本报讯(通讯员 张伟)近日,汉阴县人民医院开展了首例肺癌手术。

家住汉阴县城关镇的王女士,入住汉阴县人民医院外一科行胸片检查中发现右肺有肿块及占位性病变,进一步CT检查仍提示有占位性病变,考虑肺癌的可能性大。如果转上级医院治疗,可能会耽误时间、延误病情,加重患者负担。于是,医务科按照肿瘤规范化诊疗要求组织了一次多学科联合会诊,并邀请呼吸内科、心血管内科、麻醉科等相关科室人员一起进行术前讨论和风险评估,精心制定手术中可能出现意外的防范措施,最终确定在全麻下行右侧开胸探查术(备肺癌根治术),术前,主管医

师与患者及家属详细沟通,进行病情告知,患者及家属积极配合。整个手术过程,医护紧密配合、团结协作,3个半小时后手术顺利完成,病人生命体征平稳,恢复良好。

据了解,这是汉阴县人民医院自主开展的首例肺癌手术。由于受技术、条件等方面限制,以往此类患者均转上级医院进行治疗。近几年,该院不断加强学科建设,购置先进医疗设备,选送业务骨干到上级医院进修学习,技术水平持续提高,成功开展多项新技术、新项目,此次胸外科手术的自主开展,填补了该院乃至全县外科手术的空白,为实现大病不出县的目标奠定了坚实基础。

量、输血安全等方面,进一步规范血站信息系统架构、业务流程、信息标准和记录,实现采供血信息共享互通,为全省血站在信息系统规范发展、大数据开发利用、降低运营成本等方面奠定良好的基础。安康智慧血站在未来的建设过程中,将实现血站献血服务的智慧化、血液管理的智能化、区域联动的一体化,最终达到智慧化,形成独特的安康血站文化。



产后十二时辰修复攻略

安康市妇幼保健院 李奕莲

产后第二个时辰:10:00-12:00。

顺产两小时后,产妇从产房转移到产科病房,没有特殊情况,宝宝会回到母亲身边,这就是“母婴同室”,还要做第一次肌肤接触。新爸爸新妈妈一定要利用这个时候,好好学习母乳喂养。做到早接触、早吸吮、勤吸吮、早开奶。

新妈妈第一天会有少量、略带黄色的乳汁,这就是黄金初乳,含有大量的抗体,从而保护新生儿免受细菌的侵害,是所有奶粉无法替代的。

疑惑:排不出尿咋办? 最好在产科病房2小时内,自行下床排尿。顺产过程中,胎头下降会压迫膀胱和尿道,由于各种原因会引起尿潴留的增加,继而影响子宫收缩,引起产后出血。可是有人就是尿不出来咋办?别急,可以试试:热敷下腹部;按摩膀胱;打开水龙头听流水声。

产后第三个时辰:12:00-14:00。

顺产后的第一顿正餐,依旧以清淡易消化的食物为主,可以增加食物

的多样性。蔬菜、水果、肉类、主食可以合理搭配起来。吃完正餐就可以美美睡一觉啦。

产后第四个时辰:14:00-16:00。

产后24小时内体温会略升高,可能与分娩过程中的应激反应或过度疲劳有关,一般不会超过38摄氏度。但整个产褥期的发热还与感染和乳汁淤积有关,所以若自觉寒战或发热,应及时告知医生护士。切勿因旧风俗关门闭窗、包头盖被、捂汗发汗。

疑惑:怎么护理伤口?

- 1、若是会阴撕裂或者正中切口,建议左右两侧多翻身
- 2、积极配合伤口消毒,每天上午和下午,产科护士会配制好消毒液来消毒伤口
- 3、排便后从阴道往肛门方向清洗会阴
- 4、勤换卫生护垫
- 5、保持会阴部的清洁和干燥

产后第五个时辰:16:00-18:00。

11月秋冬季节交替,气温下降,提醒市民朋友预防流行性感冒、水痘、流行性腮腺炎等呼吸道传染病,注意手足口病肠道传染病,同时警惕脑血管疾病。

秋冬季节,进入呼吸道传染病高发季节,常见呼吸道传染病有:肺结核、流行性感冒、流行性腮腺炎、水痘等,主要通过空气飞沫传播,也能通过直接接触传播。呼吸道感染病日常预防是关键,生活中,注意个人卫生,做到勤洗手,多喝水;保持室内空气流通;注意营养,增强自身免疫力;加强体育锻炼;合理作息时间;做好身体防寒保暖,发现身体不适,及时前往医院就诊;同时接种疫苗是预防传染病最有效手段,流感、水痘属于二类疫苗,儿童家长可前往具有疫苗接种资质单位,自愿、自费接种。

加强个人卫生,做好肠道传染病防控。每年11月起我市手足口病出现第二个发病高峰,主要是6岁以下儿童。预防肠道传染病个人卫生很重要,家长和孩子要养成饭前便后、外出活动洗手习惯;居家可以用“84”消毒液对孩子玩具、餐具、地面等环境定期消毒。孩子患病隔离期间,尽量避免外出,避免与其他孩子接触玩耍。

秋冬交替,慎防脑卒中。脑卒中即人们常说“中风”,根据我市多年疾病监测结果,该病是危害我市居民健康重大慢病,也是威胁居民生命的“头号杀手”。救治很重要,但预防脑卒中更重要,预防根本就是健康四大基石“合理膳食,适量运动,戒烟限酒,心理平衡”。日常生活中,注重合理膳食,每日食盐摄入量不超过5g,油脂摄入量不超过25g,减少高糖的摄入,每天饮水要充足;酌情量力运动,活动量一般应达到中等强度,如健走、慢跑、游泳等运动;戒掉不良生活习惯,如吸烟、过量饮酒、久坐等;注意气候变化、保持情绪平稳;定期进行健康体检,发现问题早诊、早治。

会吃才能防寒

安康市人民医院 侯少波

立冬节气刚刚过去,气温下降的很快,人体受寒冷气温的影响,机体的生理功能和食欲均会发生变化,因此冬季合理地调整饮食,保证人体必需营养素的充足,对提高人的耐寒能力和免疫能力,是十分必要的。

冬季寒冷气温会影响人体的内分泌系统,使人体激素分泌增多,从而加速了蛋白质、脂肪、碳水化合物消化吸收。同时由于外界气温低于人体表面温度,导致大量的热能散失于体外,热能消耗较多,因此冬季应多吃鱼、肉、豆制品等食物以保证热能供给,以维持正常体温,抵御严寒。保证足够量的主食,建议每天吃半斤到八两的谷类食物,如馒头、米饭等。每天应该有三两到半斤的动物性食物,可包括瘦肉、蛋、禽、鱼或奶等,经常变换种类。

冬季食用生冷食物,易刺激肠胃,引起腹痛、腹泻等。冬季人体对各种营养素的需求量均有不同程度的增加,特别是冬季日晒时间短,人体容易缺乏维生素D、钙、磷代谢会受到一定的影响,因此冬季饮食注意补充富含钾、

钙等无机盐和和维生素A、D、B1、B2、C等食品。蔬菜水果中含有丰富的维生素和矿物质,还有丰富的膳食纤维,能提高人体对寒冷的适应能力,可以促进胃肠蠕动,防止便秘。建议冬季多摄取含根茎的蔬菜,如胡萝卜、山芋、藕及青菜、大白菜等,因为蔬菜的根茎里所含无机盐较多。寒冷气候使人体氧化功能加强,肌体维生素代谢也发生了明显变化,饮食中要及时补充维生素B2(核黄素),以防口角炎、唇炎、舌炎等疾病的发生。维生素B2主要存在于动物肝脏、鸡蛋、牛奶、豆类等食物中。维生素A能增强人体的耐寒力,应多吃些富含维生素A的肝脏、胡萝卜、南瓜、红薯等食物。维生素C可提高人体对寒冷的适应能力,对血管具有良好的保护作用,应注意摄取新鲜蔬菜和水果。

冬季饮食的好坏直接影响到人的体质的好坏,所以冬季在饮食上千万不要大意,这样才能保持一个健康的好身体。冬季饮食的基本原则是:吃足量、食多样、多粥汤,适当补、勤晒太阳。



气温下降,提高这些疾病预防等级

安康市疾病预防控制中心 原凌云

近日,旬阳明视益康眼科医院对该县第三幼儿园的265名大班孩子做了视力健康检查。本次检查包括视力能力和屈光检测两个项目。通过视力检查,发现部分孩子眼睛患有不同程度的近视、散光、弱视、斜视等问题,幼儿园将检查结果及时告知家长,提醒家长及时做好孩子近视的预防和矫正工作。

刘子顺 摄

白河县人民医院急诊科突然响起一阵急促的电话。

“患者是突发疾病,目前言语表达不清晰,口角歪斜,伴有左侧肢体无力症状,村上医疗条件有限,请县人民医院支持治疗。”一位村医紧急呼救。

患者徐某某,是一位80岁的老奶奶,既往有高血压病史。急救电话过后一个半小时,患者被送进县人民医院,急诊科立即启动急性脑卒中救治“绿色通道”,该院老年病科和神经内科两位主任就位会诊,通过研判CT报告,确诊为急性缺血性脑卒中。经过沟通,家属同意院方实施静脉溶栓治疗方案,神经内科主任陈明立即开展溶栓治疗,约30分钟后,患者病情明显好转,24小时后,患者急救成功。

真情帮扶显成果

通讯员 卫浩 何光晨

徐奶奶的这次急性缺血性脑卒中急救救治,是白河县域范围内首例急性脑梗死的静脉溶栓技术病例,也是该县在脑卒中防治治疗工作中取得的重大突破,而指导此次治疗的专家陈明,是江苏省淮安市第二人民医院神经内科的主任医师,一名三甲医院的医学硕士支援专家。

他从事神经内科工作10余年,熟练

掌握神经内科常见病、多发病的诊治。这次他利用所擅长脑血管造影和动脉溶栓技术指导治疗,是成功救治徐奶奶的关键所在。据了解,从7月至今,白河县人民医院在他的指导下开展急性脑梗死静脉溶栓术,已成功救治15例患者,填补了该县这项医疗技术的空白。

2018年以来,白河县苏陕扶贫协作在加大人才引援力度、提升人才专业素

质上下功夫,在白河县人民医院,从江苏过来的像陈明一样的医疗支援专家有5位。在江苏省溧阳市专家周剑如和陈德顺的倾力帮扶下,白河县人民医院在2018年11月建立了老年病科;除此之外,影像中心的陈小宇、重症医学科的葛文汉医生,都是各自领域的专家型医师,带领指导白河县人民医院的医疗质量取得质的飞跃。

江苏省到白河县支援的专家医生支援期大多为一年,在这一年的时间内,他们积极投入到健康扶贫工作当中,为贫困群众上门义诊;通过区域医疗协同平台,给村医在线授课指导;更多的时间,坚守医疗岗位第一线,为患者救治。

市中心血站参加全省采供血机构信息化工作与血液安全研讨会

本报讯(通讯员 曹华琳)11月8日,陕西省采供血机构信息化工作与血液安全研讨会在渭南召开,安康市中心血站一行四人参加了会议。

研讨会上,各地市采供血机构相关负责人,分别围绕血站信息化建设、医学实验认可、内部质量审核等工作进行了交流发言,市中心血站做了“智慧化血站建设构想与实施”的大会报告。

据悉,安康市中心血站在2019年4月份已正式启动了“智慧血站”建设工作,将围绕献血招募、血液质