

“秦楚医疗联合体”八年记

通讯员 汪银春 杨玲玲

白河县与十堰市地缘相近、习俗相同、文化相通、交通便利、往来密切。2013年10月，十堰市人民医院与白河县中医院组建全国首家跨省域城乡公立医疗机构联合体——秦楚医疗联合体，践行国家医改新政，推动优质医疗资源下沉，率先填补了该县二级甲等医院空白，有效缓解了边远山区群众看病难、看病贵问题。

联合体成立之初，中医医院员工总数不足40名，仅4名初级医师，医疗设备几乎为零，只能开展基本的门诊服务，无住院病人。十堰市人民医院累计选派3位资深专家担任院长，长期派驻各专业人员283人次，定期、临时选派专家到中医院坐诊、手术和管理指导2200人次，中高级职称专家比例达45%，建立由200名各相关专业高级职称专家组成的对口支援秦楚医联体专家库。先后购置CT、DR、X光机、彩超、电子胃镜、手术显微镜、腹腔镜、心电监护仪等各类医疗设备755台套，为中医院快速发展打下坚实基础。

目前，该院开放床位发展到120张，医护人员壮大到180人。

八年间，立足于差异化、互补式发展，中医院结合当地医疗卫生实际，持续加大特色专科建设和特色技术开展力度，从最初仅有的中医科、儿科，快速发展到今天拥有儿科、内科、骨伤科、针灸理疗科、皮肤科、妇科、口腔科、耳鼻喉科、急诊科等18个临床医技科室。其中，儿科、骨科成为市级重点培育专科，可开展小儿危重症救治、微创髓、膝关节置换、3D打印颅骨修复、富血小板血浆创面修复术、腹腔镜胆囊、腹腔镜疝气等高难度手术，多次创造县域内乃至市内“首例”。实行医务人员晋升前下派加分政策、评先表模、奖励补助等多种手段，让专家们“下得来、留得住”；通过专业知识讲座、名师带徒等多种形式，着力培育白河当地人才。

随着儿科在白河县域内站稳脚步后，医联体下一步该怎么发展？该院在专科设置上充分征求当地卫

生主管部门及主要医疗机构意见，发展县域内还比较薄弱的专业，走差异化发展的道路。同时坚持发挥中医特色，把中医融入到医院的每一个诊疗活动中去。

先后为十堰市十大名中医的施斌主任筹建中医科，为针灸专家王德利筹建针灸科，骨科博士钱炜筹建骨伤科……大力建设特色专科和开展中医适宜技术。在学科带头人的带领下，白河县中医院开展各项中医适宜技术40余项，顺利通过二甲中医院评审和复审，白河百姓信中医、用中药的就医习惯正在逐步形成。

作为白河县医学继续教育培训基地，该院积极发挥中医药专业优势，先后组织全县各乡镇卫生院专业人员开展中医药适宜技术培训100多场次，提升了全县中医药服务能力；积极承担全县65岁以上老人免费健康体检，建立健康档案；建成白河县残疾人康复中心，成为陕西省30个示范化康复中心之一；落实“分级诊疗、双向转诊”，尽可能让白河患者

就近就医，按例均费用测算，累计为全县患者节省医疗费用上亿元，减轻了群众就医负担。

八年间，随着中医院人才实力增强、专科建设和技术水平日益提高，各项业务指标均实现大幅增长。年门诊量从2013年2.7万人次增长至2019年6.2万人次，增幅达126%；年住院人次从2013年1568人次增长至2019年7272人次，增幅364%；2019年，手术台次805，2013年为零；年业务收入从2013年850万元增长至2019年4162万元，增幅390%。

“秦楚医疗联合体将进一步发挥资源优势，持续壮大中医药健康服务主业，在建设好现有18个临床专科的基础上，着力增设目前县内技术水平不高、群众健康需求较大的专科，向着建设‘大专科、强综合’的一流县级医院目标不懈努力！”白河县中医院院长钱炜说。

市营养学会开展“拒绝野味、分餐食尚”健康膳食科普活动



本报讯(通讯员 崔峰峰)近日，市营养学会联合汉滨区新城育才社区、老城办西大街社区，组织志愿者在辖区内开展“拒绝野味、分餐食尚”健康膳食科普暨福彩公益金病例防控社区战疫抗疫慰问活动。

活动中，学会组织志愿者联合社区工作人员在辖区内进行消毒消杀，同时对辖区内居民派发《“过平安春节，享幸福安康”疫情防控倡议书》《重点人群精准管控指引》，叮嘱辖区人员在疫情期间做好防控保护，减少外出，近期有从外地回安的人员一定要给社区进行报备，做好疫情防控和

管理。此外，学会还为参加活动人员分发分餐筷子、中国居民膳食餐盘、大米和面粉等物类各60余份，现场派发《新冠肺炎疫情防控期间营养膳食指导(漫画版)》，倡导居民在疫情期间通过合理膳食，增强自身免疫力，加强对“拒绝野味、分餐食尚”的认识。在西大街社区，学会工作人员走访慰问了2位在疫情期间因志愿服务受伤的社区网格员。此次活动得到了安康市民政局福彩公益金项目的支持，该项目将定期在安康市内社区中组织开展病例防控科普活动，增强广大居民在疫情防控期间的科学素养。

疫情期间母乳喂养注意事项

安康市妇幼保健院 张新茹

哺乳是每一位妈妈与宝宝亲密接触的时刻，但如果操作不当，也会传播病菌。在这段特殊时期，即使妈妈身体健康，日常喂奶时也要注意卫生，以免宝宝遭受病菌侵袭。

哺乳前要注意个人卫生，勤换衣物、勤洗手、勤洗头、勤洗澡，给宝宝吃奶时创造一个清洁的环境。每次喂奶前，妈妈要先搓洗干净双手以免污染乳房，然后用温开水清洗乳头和乳房以免脏东西吃进宝宝肚子里。另外，有条件的妈妈，建议准备一套专门喂奶的家居服，以免日常穿着滋生细菌。

宝宝吃奶时，如果出现溢奶、吐奶要及时给宝宝擦拭。如果妈妈身体不适，也可以带着口罩哺乳，以免传染给宝宝。哺乳后用干净的毛巾清理宝宝嘴角的奶渍以及妈妈乳头上的残奶，以免滋生细菌。

哺乳期发烧还能继续哺乳吗？特殊时期，妈妈们也十分敏感，自己身体不适时最害怕的就是影响哺乳了。其中，最常见的问题就是发烧，发烧是新冠肺炎的典型特征，也是哺乳期乳腺炎的表现。妈妈们心里没底也不敢去医院，很是发愁。妈妈发热还能不能继续喂奶，要视情况而定。

普通感冒引起的发热，症状较轻，除了发热往往还伴有鼻塞、流鼻涕等症状。如果妈妈是因为普通感冒而引起的发热，是可以继续哺乳的。宝宝可以通过乳汁来摄取妈妈身体内的抗体，降低发生感冒的几率。如果妈妈怕将感冒传染给宝宝，可以带着口罩哺乳。为了不影响宝宝，妈妈也要在医生的指导下用药。

乳腺炎引起的发热，主要症状为乳房局部红肿、胀痛、局部硬块以及发热。轻微的乳腺炎不仅不需要停止喂奶，相反，需要更频繁的喂奶，及时疏通乳腺。哪怕发生了细菌感染，需要使用抗生素，

也不是不能哺乳，服用有些药物是不影响妈妈哺乳的，比如青霉素类和头孢类。如果乳房遇到肿块，48小时内借助宝宝吮吸没能缓解疏通，建议及时到医院乳腺科就诊由医生判断具体情况。

如果妈妈的身体除了发热还出现乏力、干咳、胸闷等症状，则要警惕是否感染了新型冠状病毒。宝妈们还可以通过流行病学史排查一下，近14天内是否接触过来自中高风险地区的人、国外的人，是否接触疑似病例或确诊病例。如果以上条件都满足，宝妈就要立即停止哺乳，去指定医院检查。

市中医医院推出中药快递服务

本报讯(通讯员 王维)因门诊处方量大、中药调剂慢，患者等待过程耗时又费力。为方便患者就诊，近日，市中医医院开通“顺丰医寄通”便民服务，免去患者的等待时间，把药直接送到患者家中。

据了解，前往该院就诊后，在中午12点前交的处方，市区内当天下午即可送达。在当日12点后交的处方，次日即可送达。患者可通过现场微信扫码或在微信上搜索医寄通，找到小程序或公众号进行寄药操作。具体操作程序为：点击搜索输入医寄通——进入医寄通小程序或公众号——点击选择医院，或查看全国或

其他城市——搜索点击安康市中医医院——点击药品寄递——填写患者信息提交订单即可，其中取药号可为挂号号码。

无论是中药饮片，包括在该院代煎的中药汤剂、中药配方免煎颗粒，还是中药个体化定制成品(膏方、丸剂)，都可以通过顺丰医寄通配送。为保障药品安全，该院药剂师将按程序调配处方，注明药物用法，核对无误后与指定顺丰快递工作人员进行对接，再由快递员直接配送上门，配送费用由快递公司按照与医院合同约定标准收取。

汉滨强化药品行业疫情防控

本报讯(通讯员 柯贤会 邢敏)近日，针对目前疫情防控形势，汉滨区市场监督管理局采取严格措施，加强对医药行业的监管。

该局对全区药品经营单位进行集体约谈，签订承诺书，开展疫情防控知识培训。要求药品经营单位切实落实疫情防控安全主体责任和社会责任，进一步加强退烧、止咳、抗病毒、抗菌素“四类”药品、口罩等防疫药械交易市场秩序及登记工作，不得利用突发公共卫生安全事件，提高退烧药、止咳药和医用口罩器械等防疫用品的销售价格，不得囤货居奇、哄抬物价、牟取暴利以及散布涨价谣言。必须在药店出入口设置隔离桌，

在醒目位置设置警示语，有序疏导群众保持距离购药。加强员工自身防护，严格对员工健康进行监测，及时对营业场所内外采取有效消毒措施，预防和避免交叉感染风险。

同时，抽调药械、价格、稽查等部门人员组成执法队伍，开展防疫用品专项整治，逐户开展检查，发现违法行为和群众举报案件立即立案处理，确保各项防疫措施落实到位。目前，汉滨区共出动执法人员600余人次，检查药品经营企业280余家，责令改正12起，开展约谈培训280余人次，所有药品经营企业全部签订承诺书，全区药品市场价格稳定、供应有序。

“让爱暖冬”无偿献血活动走进中厂镇同心社区

本报讯(通讯员 屈闯)近日，安康市中心血站联合白河县中厂镇人民政府、白河县红十字会在同心社区开展了一场“让爱暖冬”无偿献血活动。活动由社区工作人员组织，在志愿者的帮助下，大家纷纷表示，正值寒冬，疫情当前，每个人都不

能松懈，在这种关键时刻，义无反顾地捐献血是每个公民应尽的义务，大家一定会携手共进，用爱心和热情帮助那些需要帮助的人。据了解，爱心献血活动还将陆续在中厂镇宽坪社区、石梯社区、大坪社区、新厂社区、顺利社区、马安社区等地开展，让更多爱心人士用爱温暖这个冬季。



汉阴县中医医院成功举办儿科常见病诊治能力提升培训班

本报讯(通讯员 李珊珊)近日，由汉阴县卫健局主办、汉阴县中医医院承办的儿科常见病诊治能力提升培训班正式开班。本次培训采取线上授课方式进行，设一个主会场，十四个分会场，县级医疗机构儿科医生、十四个乡镇卫生院内儿科医生及村医参加。

培训邀请市中医医院儿二科主任、市中医陈垣主任医师以及市中医医院刘文鹏主治医师(现任县中医医院儿科主任)，分别就《过敏性紫癜的中西医结合治疗》以及《名老中医

洪霞主任医师治疗小儿哮喘经验拾粹》两个主题做了深入浅出的讲解。随后，该院儿科副主任余发利主治医师带领儿科团队陈孝攀医师、徐曼医师分别就《儿童慢性咳嗽的诊治》《儿童重症性肺炎的早期识别及复苏》以及《儿童严重过敏反应的处理》做了细致入微的讲解。此次培训，有助于提升县域内儿科常见病的诊治能力，同时促进了各医疗单位之间的交流学习，促进县儿童医疗卫生事业全面健康发展。

科普：了解耳石症

安康市人民医院 黄飞

生活中，经常有人这样描述自己的症状：“大夫，我得了一种怪病，不敢睡觉，一睡觉就晕”“一起床就晕，看东西天旋地转的，不敢扭头”“不能朝左(左)侧翻身，还恶心、呕吐”……难道是脑血管出了问题？拍完头颅CT、核磁等均未显示异常。接着去看颈椎，也并非颈椎问题，那究竟得的是什么病？其实，这是耳鼻喉科最常见的眩晕疾病——耳石症。

说到“耳石症”，大家可别以为是耳屎太多引起的疾病，平时我们所说的耳屎，医学上称为“耵聍”，在外耳道内。耳石在内耳，是一些密度比较高的碳酸钙结晶，平时待在一个叫椭圆囊斑的平面上，粘得很牢固，就像是公园里卵石路上的小石头一样，是正常人体生理必需的

组织。

椭圆囊斑住在一个叫椭圆囊的房子里，他们的关系就像是一个茶壶，茶壶本身是椭圆囊，茶壶底好比椭圆囊斑，其上布满了小石子，那就是耳石。而“C”字型的茶壶把就是半规管，是空心的，但只有一头和茶壶里面相通，另一头表面上和茶壶连在一起，但却是不通的。这个茶壶没有盖而且是密封的，里面充满了液体，并且有3个茶壶把(3个半规管)。

有时候一个不小心，这些石子(耳石)就从茶壶底(椭圆囊斑)上松动并且掉下来一些，变成活动的物体，跑到和其相连的茶壶把(半规管)里面，如果人的头位发生变化，这些活动的小石头就受重力影响发生移动，只要它移动，人就会

有天旋地转、恶心呕吐、出汗、心慌等不适。但这种感觉不足1分钟，大多数在5到20秒钟就停止了，之所以停止，是因为小石子又移动到另一个位置不动了(沉底了)，但只要头位再次变化，便会再次发作。这些头位变化多为在床上左右翻身，由坐位变为卧位，或由卧位变为坐位时候。

这就是俗称的“耳石症”，它在医学上有个正式的名称——“良性阵发性位置性眩晕”，英文简称BPPV。有学者研究表明，耳石之所以会脱落，考虑和缺钙、头部剧烈震动、外伤、特殊体位等有关。耳石症还可继发于其他耳部疾病，如前庭神经炎、梅尼埃病等。

如何初步判断自己得了耳石症？判

断耳石症最核心的症状是特定的头部动作才会诱发短暂的眩晕，且眩晕发作时不伴耳鸣、耳闷、听力下降等症状。耳鼻喉科医生结合病史、变位试验确诊患者是否为耳石症，再通过患者眼震的形式明确受累半规管及侧别。

目前耳石症的主要治疗方法是及时来耳鼻喉科行耳石复位并结合药物治疗。复位后的2天内，应保持健侧卧位，睡眠时枕头抬高30度，一周内避免剧烈运动。在复位后的三天内甚至一周可能会有头昏沉的感觉，这是耳石复位后的正常反应。有些患者复位后仍有再次复发的现象，应再次及时就诊，部分顽固的耳石症患者，可能需要多次复位才能好转。



随着春节返乡高峰来临，疫情防控“外防输入”“人物并防”压力持续加大。近日，石泉县选派1000余名党员、干部下沉到城区514个网格区，全力开展“敲门行动”，推动疫情防控工作关口前移、触角延伸、重心下沉，构筑联防联控、群防群控的严密防线。

谭相华 摄