

宝宝的哭声，你能听得懂吗？

安康市妇幼保健院 李娟

刚出生的宝宝一言不合就开哭，这时宝妈宝爸就会认为“是不是又饿啦？”一天总是在不停喂奶，很崩溃……那我们今天就来了解一下孩子到底为什么哭。

如果发出neh……neh……的哭声，哭声带有乞求，由小变大，很有节奏感，逐渐急促，脑袋左右摇晃，这个时候要及时喂奶，还可以在喂奶过程中和宝宝多些眼神和语言交流，其实早在宝宝哭闹前就已经通过肢体和表情传递信息了，哭泣其实已经是饥饿晚期的表现了。

宝宝发出heh……heh……的声音，妈妈要及时细心检查宝宝的被褥、衣服中是否有异物，皮肤有没有

被蚊虫咬伤等。也有可能一根头发丝缠绕在宝宝脚趾或手指上，或者是要换尿不湿了，所以妈妈要细心检查。

哭声突然发作，刺耳，伴有间断性嚎叫，害怕性啼哭多出于恐惧、独处、突如其来的声音，要马上抱起宝宝进行安抚，安慰他“宝宝不害怕，妈妈在这里保护你！”要给予安抚，消除恐惧。

啼哭呈阵发性，像own……一声声不耐烦的嚎叫，而且一边哭一边揉鼻子眼睛，对任何事物都没有兴趣，这就是习惯上称的“闹觉”。让宝宝在熟悉的房间躺下来，安抚宝宝入睡，很快就会停止啼哭，安然入睡。

宝哭声响亮有力，四肢舞动，皮肤潮红，颈部多汗；当妈妈为宝宝减少衣被，或把宝宝移至凉爽地方时，宝宝就会停止啼哭。这说明宝宝

热了。反之，哭声低沉，有节奏，哭时肢体少动，小手发凉，嘴唇发紫。当为宝宝加衣被，或把宝宝放到暖和的地方时，他就被安静了。此时，则为宝宝冷了。一般来说，把室温调节在26摄氏度是宝宝比较舒适的一个温度。

如果发出EH……EH……的哭声，声音比较平缓，不会特别激烈。这个时候说明喝奶仍有气宝宝不舒服，听到这个声音表示宝宝需要拍

嗝，抱起来空心掌给宝宝拍嗝。

发出Ea……Ea……类似于呃……呃……拉长的声音，憋气似的哭声，一般发生在黄昏和夜晚。哭的时候面部发红，口唇苍白，腹部逐渐发胀或咕噜噜响，双脚向上卷起，手紧握小拳头，这就是宝宝肠绞痛的症状，可以采取飞机抱、做排气操、热敷等方式缓解。

宝宝拉粑粑后，会发出嗯……嗯……的哭声，这种啼哭强度较轻，大多在睡醒时或吃奶后啼哭，哭的同时身体扭动，不停地蹬腿。当换上一块干净的纸尿裤时，哭声就会停止。

用真情服务奏响医患关系和谐曲

通讯员 张伟

近日，在汉阴县医院外一科出现暖心一幕：一名患者怀着十分感激之情将一封感谢信送到医生的手里，为医疗和谐再添新的篇章。

此事还得从前说起。该患者因反复出现腹痛到外一科门诊就诊，做腹部超声检查发现有胆囊结石，就以胆囊结石收住院。第二天查房，科主任发现患者腹痛的位置与胆囊结石不符，并且进食后腹部胀痛明显，而且伴有呕吐症状，再追问病史：患者素来大便不规律，经常便秘。综合分析后建议患者行肠镜检查，这一检查发现新的问题，查出结肠癌。

陈友涛住院医师与患者家属亲切的沟通，将病情告知家属，这次住院主要病还不是胆囊结石，而是结肠癌，必须先治疗此病。听到此病后家属很紧张、眉头紧皱，通过聆听讲解、沟通，一个个疑团一一化解，慢慢地家属对此病有了大概的了解，紧张的情绪逐渐消除，家属很信任也积极配合治疗。

术前检查有序进行，检查完毕后，经全科讨论，患者结肠癌已经发生肠梗阻，手术分两步进行，先行结肠癌根治术，同时行回

肠造口术，3到6个月后再行二次手术，即造口还纳术(术后根据病理结果需要化疗)。再次与患者家属沟通后，家属听得很满意，决定立即手术。

早晨8点半患者接入手术室，打开腹腔发现肿瘤长到结肠外，已侵及右肾脂肪囊，未发现其他脏器转移，手术紧张有序进行，肿瘤完整切除，又切除部分右肾脂肪囊。由于肠梗阻时间较长，小肠明显扩张、充血水肿，且肠内容物多，无法吻合，右下腹部做回肠造口术。仔细检查、止血，未发现其他异常情况，手术顺利关腹。手术历时3小时余，出血200ml，手术成功，安全返回病房。

术后医护人员认真负责、耐心细致治疗，第二天查房时患者已经扶在床旁下床活动，露出了开心的笑容。看着患者一天天好起来，医护人员也很开心，一有时间就到患者床旁询问病情，嘘寒问暖，给予心理疏导，健康教育。一个多月的相处，建立了深厚的感情，成了很好的朋友，建立了和谐的医患关系。

出院时，患者及家属对这次住院提供的服务很满意，患者心情激动，脸颊上流出了晶莹的泪珠，满腹的感激之情无言表露。随后，又送来了一份感谢信。

直播课堂、云上智农、手机新农具……今年春季以来，全市农业生产科技大培训科技“范儿”十足，引智育才在田间地头蔚然成风，“稳产能、强基础、保供给、促振兴”领跑春耕备耕。

科技“范儿”农业担当增稳粮基石。如何全力有效抓好粮食生产和重要农产品供给是稳住农业基本盘的首要问题。专家们聚焦新形势下如何保证粮食安全、强化种业基础保障粮食安全、小麦油菜春季田间管理技术、大豆玉米带状复合种植技术、生猪价格趋势与对策、畜禽规模养殖粪污处理与资源化利用技术、非洲猪瘟防控及无疫小区建设、养殖尾水处理主要技术模式、规范使用水产养殖投入品等专题，精心教授事关“米袋子”“菜篮子”“油瓶子”等重要农产品共性关键技术，扛牢粮油生产使命。种植业专家在授课中分享“安康粮食提质增效潜力大，科技提升是法宝”为粮农鼓足信心、指明路子；种业专家为农民解惑“农业芯片”；油菜产业专家深入田间，针对春季油菜管理不利因素呼吁农技干部“依靠科技保丰收”；畜牧兽医专家传达将组建秦巴肉业产业链专家团和研发小组的好消息；水产养殖专家用一幅幅技术规范示意图为广大渔民清晰讲解养殖尾水典型生态处理模式。

科技“范儿”特色产业普及“慧种地”。在温润的巴山腹地，如何发展特色农业促进农业经济增长是备受关注的课题。专家们聚焦陕西茶产业发展趋势及安康茶产业发展建议、安康富硒茶产业发展路径及品牌建设、春季茶园管理及名优茶加工技术、安康魔芋产业高质量发展、魔芋种植关键技术、安康蚕桑产业发展现状与趋势分析、高效桑园栽培管理及病虫害防治技术、果桑栽培管理及病虫害防治技术等专题，倾心传授技术筑短板补短板。茶产业专家对茶园科学管护和春茶生产加工标准技术进行了细致讲授；魔芋产业专家强调要重视科技创新、破解技术难题，以扫除产业发展障碍；蚕桑产业专家深入桑园手把手现场教学“品种问题、栽培技术、病虫害防治等三个关键技术”，抓住关键节点指导栽桑养蚕。

科技“范儿”管理经营助推致富大门。如何在加快建成西北生态经济强市中实现农民持续增收和农业持续发展是农业人最关心的问题。专家们聚焦强化农产品安全监管助推农业产业发展、培育质量安全品牌助力乡村振兴、全国名特优新高品质农产品全程质量控制试点市创建、理解农村产权相关财富增长、陕西省农村土地经营权流转管理细则解读等专题，生动讲解以技术规范提升农业质效，用“科技范儿”增值农业。农业执法专家分享“智慧监管”在农产品安全监管实践中已破解多项窘境；农产品检验检测专家用典型案例阐释科学控制产地环境、生产过程、产品质量、包装储运，生产安全优质农产品提升市场竞争力现实；农经专家为农民朋友算了一笔多业态集成创新受益倍增账，用大数据说明农村发展天地广。

农业科技大培训始终以来现代农业推进中出现的新问题和广大农民的新需求为导向，以雄厚的师资、科学的内容、新颖的手段为农耕播种现代农业知识、培育振兴乡村人才。安康市农宣中心作为培训承办单位精心筹划、充分保障培训高质量，努力实现培训上线、流量变现、服务在线，用科技“范儿”的农业学堂以培养乡土人才。

市人民医院开展“世界肾脏日”主题活动

本报讯(通讯员 李晓莉)近日，安康市人民

医院内分肾内科、透析室医护人员在院前广场开展“2022世界肾脏日”义诊活动，免费为前来咨询人员测量血糖、尿酸、血压，发放相关健康教育宣传资料。

活动吸引了多位患者家属及群众的关注，“喝水就尿频，是肾不好吗？”“腰疼，就是肾不好？”“是药三分毒，哪些药物最伤肾？”等诸多

问题层出不穷，内分泌肾内科主任陈海波面对市民的提问，他总是耐心又细致的给予解答。

据统计，本次义诊活动测量血糖100余人次，测量尿酸80人次，接诊人次约100余人次，宣传册发放100余份。

关注

春季，如何健康吃野菜

安康市中医院 赵娟

春季，草长莺飞、万物复苏，是食用野菜的最佳时节，很多的野菜具有它独特的味道和丰富的营养价值，例如大家常吃的荠菜、灰灰菜、苋菜等野菜含有丰富的钙、维生素以及膳食纤维，同时食用野菜也存在一些危险因素值得我们日常注意：

不要随意乱采摘城市近郊以及公路两旁的野菜，这些野菜容易受到空气污染以及重金属超标的影响，存在不安全因素，不建议食用。

选择熟悉的野菜进行采摘较为安全，如果在采摘过程中发现野菜分泌乳白色的液体或者食用时发苦，这样的野菜不建议食用。

采摘时佩戴手套，野菜中含有较多呋喃香豆素，这种光敏物质易引起日光性皮炎，处理时建议戴手套。

野菜在食用前建议焯水20秒到30秒，能有效地去除农残、重金属以及草酸等不健康元素，焯水后浸泡15到20分钟再进行烹制。

同时，建议大家日常食用荠菜、苋菜和西兰花。荠菜含丰富的钙，每100g含钙294mg，是牛奶的2至3倍。苋菜含有丰富的镁、维生素B2、胡萝卜素等营养元素，对预防肿瘤、保护视力有良好作用。西兰花富含膳食纤维，有一定的补血明目作用，心血管病患者和肝友患者也可适当食用。

热点

市医疗保险经办处全力建设“便民医保”

2022年，安康市医疗保险经办处将紧紧围绕《2022年安康市医疗保障工作要点》，聚力实施“12345”战略，坚持以人民为中心，加强作风建设、增强服务意识、提升经办水平，打造经办服务示范窗口，努力建设“便民医保”，不断增强人民群众的获得感、幸福感、安全感。

围绕提升服务，开展三大建设。推进经办“示范年”建设。按照“严格依法依规、清单制度落实到位、服务优质高效、办事公开透明、经办业务能力、服务设施完善”的标准，以便民服务为根本，以创新措施为抓手，以网络数字化为支撑，建设经办办服务标准化窗口；深化医保行风建设。按照深化“放管服”改革决策部署，进一步精简备案、证明材料、办事流程，压缩手工报销、医保费用拨付时间，逐步实现手工(零星)医疗费用报销网上办理，畅通咨询渠道，提高服务水平；加强经办队伍建设。认真组织开展经办业务学习，在积极参加“医保大讲堂”学习的同时，经常性组织单位内部业务交流学习，开展镇、办、村医保业务培训，县(市、区)医保经办机构对镇、村医保经办业务实施精准帮扶，并充分运用“三项机制”培养和重用医保经办干部，激励医保干部

队伍热爱医保经办工作，努力为人民服务。

围绕持续发展，抓好三个重点。抓参保扩面。落实全民参保计划，切实加强参保政策宣传，继续加大参保登记扩面力度，坚持把“待遇享受与参保登记”相挂钩，调动群众参保缴费积极性，依法促进全民参保，确保应保尽保。抓疫情防控。持续落实“两个确保”，优化经办服务，及时、足额、精准地做好新冠肺炎救治、疫苗和接种费用保障及结算清算工作。鼓励医疗机构同时提供单检和混检服务，供群众自主选择，同时防止服务按多混检、收费套单检价格。抓异地就医。全方位开通异地就医渠道，完善跨省异地就医直接结算办法，优化门诊费用跨省、省内直接结算，年底前实现高血压、糖尿病、尿毒症透析等5个门诊慢特病医保费用跨省、省内直接结算全覆盖。优化异地就医备案流程，确保及时、便捷。规范全市异地就医经办工作规程，确保医保基金精准结算。

围绕医保改革，落实三项政策。落实医保待遇清单。贯彻执行国家15项医保信息业务编码标准，全面落实医保经办政务服务清单，执行承诺告知和容缺后补制，严格医保待遇审核及兑付，实现医保数据准确

全面；落实支付方式改革。按照医保支付方式改革要求，积极开展支付方式改革，协同推进DRG/DIP、按床日、按人头付费等多种支付方式改革，全面落实居民119个、职工111个单病种付费制度；落实药品耗材集采。组织和督促定点机构规范、及时报量采购，做好集中采购药品和耗材直接结算的资料审核和结算，落实集采药品耗材结余留用考核制度，做好结余留用资金清算及兑付工作，激励定点医疗机构和医务人员合理使用中选产品，持续减轻群众医药费用负担。

围绕市级统筹，强化三项措施。强化基金财务管理。依托国家医保信息平台形成全市基金财务一体化管理，严格执行“收支两条线”管理，严格按照财务会计制度建账立账，同步完成记账工作，确保全市基金财务数据的准确；强化预警监测分析。加强基金数据统计工作，确保医疗数据真实准确，严格执行医保基金收支情况披露制度，强化基金风险责任。坚持“以收定支、收支平衡、略有结余”的原则，平衡区域基金收支。对区域基金收支失衡的，通过市级调剂，对超支的医保基金，计入相关县(市、区)医保基金账表，实行单独核算并纳入年度考核。

围绕基金安全，完善三项机制。完善医保审核机制。对医保系统医疗费用实行智能审核和人工复审层层把关，建立相互制约监督的审核机制，未按审核程序经办的不予报销，财务发现有可疑数据的拒绝支付；完善协议监管机制。坚持日常检查全覆盖，组织开展定点医药机构履行医保服务协议情况的全面核查，重点加强民营医院、精神病医院专项检查。对违反协议规定的，严格按照协议处理。完善评审内控机制。进一步完善内控机制，强化经办机构内控管理与监督职能，依法依规开展对经办机构内部职能科室的内控检查，并建立健全长效的监督机制，完善“以制度管人、按制度办事”的工作格局，促进经办工作健康发展。

(安康市医疗保险经办处供稿)



走进特殊教育学校奉献特别爱心

本报讯(通讯员 柯贤会)日前，汉滨区市场监管局携手爱心企业前往安康文武学校，为留守儿童、特困学生和孤儿送去校服、学习生活用品等爱心物资，让师生们在这个春天心里更加明媚。

据了解，安康文武学校创建于1994年，是经安康市教育局批准成立的一所全日制、全寄宿制、全封闭式九年制义务教育学校，学校以文化课为主体、武术为特色，小学毕业既可以升入汉滨初中，也可以留校就读初中继续深造武术，现有学生172名，其中留守儿童162名、特困学生48名、孤儿7名，校长王先武先后抚养孤儿78个，多次被省政府授予“社会力量办学先进单位”，被市政府、市教体局授予“有功单位”等荣誉称号。

这次6家爱心企业共同向安康文武学校捐赠大米500公斤、面粉500公斤、书包60套、校服170套、雨伞170把、水杯170个，价值30000多元。安康文武学校校长王先武高兴地说：“这是这个春天最贵重的礼物，全校师生都很开心、高兴，大家心里都感觉到暖洋洋的。”



日前，汉阴县双乳镇疫情防控工作组、双乳镇卫生院及双乳派出所、双乳村村委会开展了疫情防控演练活动。图为医务人员对村民进行核酸检测采样。

王文艺 唐林 摄

“今天，我想捐献造血干细胞”

通讯员 屈阔

午间的阳光洒开暖意正浓，新发的绿芽在清风中微微晃动，空气里透着一股草木香，引得人舒爽惬意。刘胜会熟练地走到邮政广场献血房下车跟工作人员打了声招呼，捋了捋递过来的表格笑着说：“今天填的表不一样，我想捐献造血干细胞检测血样。”

刘胜会是安康市中心医院手术室麻醉科的一名医务人员，已经献血7800毫升的他也是全国无偿献血奉献奖铜奖获得者，作为一名常年与危重病患打交道的的一线医务工作者，刘胜会尤为明白血液的重要性，也深刻理解“奉献”的意义。

“在外科手术中我见过太多急需用血的病人，有时候只是400毫升，有时候可能要10000毫升，无论多少，就是这一袋袋鲜红的血液把人从死亡线上拉回来。一名病人背后就是整个家庭，我是一名共产党员，我能做到的不仅是自己的本职工作，换下这身白大褂，我也愿做的更多一些。”刘胜会这样说道。

今年1月，刘胜会作为市中心医院核酸采样队队长赴西安支援抗疫，因工作出色被陕西省西安曲江新区授予“个人优秀组织奖”。待刘胜会回家休整完毕后，便第一时间来到献血车上捐献了400毫升血液。而就在此前，当刘胜会看到安康小伙成功捐献造血干细胞的新闻后，他立刻萌生了自己也要捐献的念头。

于是就有了开头的一幕，刘胜会来到熟悉的献血点，第一次捐献了造血干细胞检测血样，留样结束后他接过捐赠荣誉证书仔细看了很久，感慨地说：“无论是捐献血液还是捐献造血干细胞，能多做点就多点点，这个世界变化莫测，我们无法预估将要发生的事，但在可见的眼前，迈出一小步，仅仅是伸出手臂，就能让更多病患得到救治的可能。”

在与工作人员确认好下次献血时间后，刘胜会拎着包离开了，远去的背影渐渐融入人群，擦身而过的你也许不会知道他是谁，但这人世间幸得许多如刘胜会这样甘于付出的有爱之人，人与人之间才有了千丝万缕的羁绊，奉我之心，愈你之恙，爱如长河皆能生生不息……



我市一项茶叶发明专利获国家知识产权局授权

本报讯(通讯员 刘运华)近日，安康市农科院申请的发明专利《兰花香型富硒绿茶的加工方法》获得了国家知识产权局授权，专利号为ZL 201810629871.8。

此项发明专利提供了一种兰花香型富硒绿茶的加工方法，该方法以紫阳群体种夏秋茶鲜叶为原料，优化采茶标准，将紫阳茶传统工艺与现代制茶技术相结合，改进杀青、烘青、提香等加工工艺，成功研制出了兰花香型富硒绿茶，提高了夏秋茶的综合利用率。

在绿茶的各种香型中，兰花香型最为少见，也最为名贵，属于顶级香味，普通加工方法很难得到，紫阳绿茶一般以烘青居多，香型多为嫩香、清香或栗香，目前还未有兰花香型的富硒紫阳绿茶。本发明专利的兰花香型富硒绿茶的加工方法对普通紫阳茶加工工艺进行了改进，生产的成品茶叶为条形，色泽黄绿，均匀一致，汤色黄绿明亮，独具浓郁的兰花香气，滋味鲜爽，味道回甘，饮后齿颊留香，且含有有益的硒元素，能起到抗癌防癌、提高人体免疫力等作用。