

走路稳当了，心里亮堂了！

通讯员 张云

“我今年才30多岁，孩子又小，想着一辈子不能正常行走，我整天以泪洗面，连做梦都经常哭醒。”回想起当初的情形，家住岚皋县城关镇四坪社区的魏磊依然心有余悸。

3个月前，魏磊在工作时突然出现言语不清、嘴角歪斜的症状，被家人紧急送到市级医院救治，诊断为脑出血，后又转到唐都医院，经过ICU治疗，命是保回来了，但神经功能受损，肢体无力，平衡功能差，坐轮椅都非常困难，日常生活重度依赖家人。

“听说我们县上也有康复中心，我就决定转回来做康复，一家老小都在岚皋，照顾起来也方便些。”魏磊说道。岚皋县中医医院康复中心主任卢红从事康复治疗十多年，经验非常丰富，耐心谈话后，发现魏磊像其他类似患者一样，“一半在外伤，一半在心理”，已有严重的焦虑症和心理障碍。找准病根后，卢红带领康复师、联合内科医护团队，对他进行了全面的评估，制定了详细的康复计划。

治疗师给予魏磊认知功能、肢体综合训练，并结合针灸等中医药特色疗法，辅以脑循环、神经肌肉电刺激理疗及心理疏导。在医护人员的细心照顾下，经过一个疗程的专业训练，他的手功能和协调能力得到了明显改善，能够完成用筷子夹小石头、自主进食等精细动作，这巨大的进步让患者和家人欣喜不已。

备受鼓舞的他全身心投入到训练中，慢慢地，双腿也有了力。当他在众人的鼓励下，扶着轮椅站起来的时候，康复大厅里响起了掌声和欢呼声。随后，从双拐、单拐到独立行走，前后只用了两个月。

“现在的我走路稳当了，心里都亮堂了！”魏磊激动地说。

为了尽快回到工作岗位上，他仍然坚持训练，状态也一天比一天好，而这种看得见的进步，让他更有勇气和信心坚持下去。

“脑出血患者一定要尽早的进行康复治疗，配合专业指导，才有利于肢体功能更好的恢复，早日回归家庭和社会。”卢红说。

“康复一个患者，幸福一个家庭。”岚皋县中医医院康复中心大厅正墙上这句话格外引人注目，2022年该中心被列为省级中医药特色康复示范中心，中心以中医诊疗技术为特色，结合现代康复方法，每年为1000余名心脑血管及颈肩腰腿疼患者提供特色康复治疗。

陕南医疗专家走进市人民医院观摩

本报讯(通讯员 尹明明)近日，来自商洛、汉中的8家市、县级医院专家及陕西省中西医结合学会烧伤与创面修复专委会20余人，走进市人民医院开展烧伤与创面修复暨再生医学专科技术观摩活动(陕南片区)。

专家一行先后来到病区换药室、重症病房、护理治疗室、烧伤与创面治疗门诊，参观了重点治疗单元及科室整体布局，对部分医疗设备功能进行了解，并对创面规范化换药过程进行观摩学习。

整个活动过程气氛热烈，大家真诚交流各自治疗经验及心得体会。专家们指出，安康市人民医院的烧伤与创面修复学科建设走在了全省前列，尤其是诊疗水平、烧伤与创面修复中

心的整体建设布局及医、护合作的运行模式，有许多值得学习和借鉴的地方，同时也对创面治疗学科的进一步发展提出了宝贵的指导性意见。

在随后召开的座谈会及技术推广活动上，安康市人民医院烧伤显微外科副主任唐章强、汉中市城固县医院付彦杰主任分别围绕“再生医学用于各类型创面治疗体会”作了专题讲。以授课的形式来院观摩学习的同仁进行了深入探讨和互动交流。

此次观摩活动的成功举办对陕南地区的烧伤与创面修复学科建设提供了动力、指明了方向，为更好地服务于陕南地区广大人民群众打下坚实基础。

市妇幼保健院组织现场教学汲取奋进力量

本报讯(通讯员 罗超)10月27日，市妇幼保健院党委组织部组织院党委班子成员、各党支部书记到安康烈士陵园、安康博物馆(中国共产党第七次全国代表大会专题展)开展“见证初心之旅·追寻红色记忆”现场教学活动，感悟红色精神，汲取奋进力量。

在安康烈士陵园，大家怀着崇敬的心情，拾阶而上，缓步来到烈士纪念碑前，整齐列队，肃立默哀，敬献花篮、整理缎带，瞻仰烈士纪念碑，深切缅怀革命先烈。在重温入党誓词后，集中参观了牛蹄岭战斗展览馆和三线学兵事迹展厅，现场接受了一堂深刻的革命传统教育和爱国主义教育的实践课。

在安康博物馆(中国共产党第七次全国代表大会专题展)，集

秋冬交替，需警惕呼吸道传染疾病

市疾控中心 赵廷

随着11月的到来，我市进入了秋冬交替的季节。在这个时期，天气逐渐变得寒冷，早晚的低温现象也愈发常见，我们需警惕呼吸道传染疾病的发生。此外，冬季是心脑血管疾病的高发时期，广大市民朋友们要适当调整生活方式，降低发病的风险，确保身体健康。

流感是一种由流感病毒引发的急性呼吸道传染病，主要症状包括发热、头痛、全身不适，体温高达39至40℃，并伴有畏寒、寒战，以及全身肌肉关节酸痛、乏力等明显症状。此外，患者还可能出现食欲减退、咽痛、咳嗽，以及鼻塞、流涕、胸骨后不适、颜面潮红、眼结膜充血等症状。

预防流感，要注意勤洗手、保持环境清洁和通风。在流感流行季节尽量减少到人群密集场所活动，避免接触呼吸道感染患者。保持良好的呼吸道卫生习惯，咳嗽或打喷嚏时，用上臂内侧或纸巾、毛巾等遮住口鼻。咳嗽或打喷嚏后洗手，尽量避免触摸眼睛、鼻或口。出现流感样症状应注意休息及自我隔离，不要带病上班、上学，前往公共场所或就医过程中需要佩戴口罩。建议儿童、老年人及有基础性疾

病的人群，可前往各级接种门诊自愿、自费接种疫苗。

水痘是由水痘一带状疱疹病毒引起的急性传染病，秋冬季天气多变，气候干燥，正值水痘高发季节，婴幼儿和学龄前、学龄期儿童发病较多，在学校和托幼机构易引起聚集性疫情。

家长可以带1岁以上的适龄儿童就近到预防接种门诊接种水痘疫苗，能起到很好的免疫保护效果。托幼机构和学校要落实晨午检，因病缺课学生病因追查与登记报告工作，并做好疑似病例的管理，发现水痘疑似病例要及时隔离治疗，切实做到早发现、早诊断、早报告、早隔离、早治疗。患病学生必须离开幼儿园和学校，居家隔离治疗，直到全部皮疹结痂为止，一般不少于病后2周。对接触水痘疱疹液的衣服、被褥、毛巾、敷料、玩具、餐具等，根据情况分别采取洗、晒、烫、煮等方式消毒。同时还要勤换衣被，保持皮肤清洁。家长要教育小朋友养成良好的卫生习惯，饭前便后要洗手，勤换衣服，健康饮食，适量运动，增强体质，若出现发热、出疹、皮肤瘙痒等不适要及时到医院就诊。

手足口病多发生于学龄前儿童，多数宝宝突然起病，临床表现主要是发烧，随后会出现疱疹，集中在手、脚和口腔周围。3岁以下儿童托育机构和托幼机构容易发生手足口病聚集性疫情。要养成良好的卫生习惯，牢记“勤洗手、吃熟食、喝开水、勤通风、晒太阳”15字防病口诀。在手足口病的流行季节，家长尽量少带孩子去人员流量大的地方，防止交叉感染。接种肠道病毒71型(EV71)灭活疫苗，可以预防由EV71病毒感染引起的手足口病，可减少重症、死亡病例的发生。托幼机构、学校等集体单位，应加强晨午检、消毒、健康观察等日常防护工作，发现疑似病例应及时隔离并通知家长带去就诊。

冬季寒冷，血管尤其是冠状动脉最容易收缩、痉挛，引发心脑血管疾病，如脑出血、脑梗、心梗等。一般来说，如果冬天里数日有乏力、头晕、胸部不适，活动时心悸、心绞痛或心绞痛发作频繁、剧烈、持久的情况，就要警惕心脑血管疾病了。

老年人尤其有心脑血管基础疾病的人勿用冷水洗脸、洗衣，以免寒冷刺激导致血压升高。冠心病、高血压病等患者尤其要放宽胸怀，避免精神紧张、情绪激动、过度劳累、生活无规律、失眠、焦虑等，这些因素可使脂代谢紊乱，进而增加患病风险。适当增加膳食纤维摄入，减少脂肪、胆固醇的摄入，多饮水，戒烟限酒。进食要注意不宜过多或过饱，尤其晚餐不宜过饱。保证充足的睡眠及休息时间，劳逸结合，避免情绪起伏过大及精神过度紧张。适当运动可减少心脑血管疾病风险，但要合理安排运动时间和控制好运动量。

如果有高血压、糖尿病、高血脂等基础疾病的慢性病患，需要做好居家监测，规律服药控制好血压血糖等，如果出现胸闷、憋气、头晕目眩和头痛等症需及时就医。50岁以上中年人、肥胖者、有高血压、糖尿病、高血脂症等基础疾病者、有心脑血管疾病家族史、长期吸烟者都属心脑血管疾病高危人群，应定期全面体检，早期发现不良因素，及时治疗，降低心脑血管疾病发病风险。

致血压升高。冠心病、高血压病等患者尤其要放宽胸怀，避免精神紧张、情绪激动、过度劳累、生活无规律、失眠、焦虑等，这些因素可使脂代谢紊乱，进而增加患病风险。适当增加膳食纤维摄入，减少脂肪、胆固醇的摄入，多饮水，戒烟限酒。进食要注意不宜过多或过饱，尤其晚餐不宜过饱。保证充足的睡眠及休息时间，劳逸结合，避免情绪起伏过大及精神过度紧张。适当运动可减少心脑血管疾病风险，但要合理安排运动时间和控制好运动量。

如果有高血压、糖尿病、高血脂等基础疾病的慢性病患，需要做好居家监测，规律服药控制好血压血糖等，如果出现胸闷、憋气、头晕目眩和头痛等症需及时就医。50岁以上中年人、肥胖者、有高血压、糖尿病、高血脂症等基础疾病者、有心脑血管疾病家族史、长期吸烟者都属心脑血管疾病高危人群，应定期全面体检，早期发现不良因素，及时治疗，降低心脑血管疾病发病风险。



汉阴院校携手推动医学生招聘无缝对接

本报讯(通讯员 刘勇 谢益侠)为进一步加强医学人才梯队建设，推动医院可持续发展。10月27日，由汉阴县委组织部、县人社局、县卫健局组织三所县级公立医院参加西安医学院2024届毕业生秋季现场招聘会，面对面宣传医学人才引进优惠政策，接受毕业生咨询，引进医学本科毕业生到该县医疗机构就业。

招聘会上，三所公立医院招聘小组负责人详细介绍了医院的基本情况、发展规划和需求专业，并就医学生关心的工资福利待遇、职称晋升、规范化培训等问题进行细致解答，现场学生纷纷与工作人员咨询交流。

“我是渭南市华阴县人，2016年6月自西安医学院公共事业管理专业毕业，2016年11月招聘到汉阴县人民医院工作至今，由一名医学生成长为现在的科室主任，这是我自己学习奋斗的结果，更是医院重视人才、培养人才的真实写照，希望你们能为

汉阴的医疗事业发展添砖加瓦。”该县人民医院教科科主任王珂以学长的身份，将在汉阴的工作经历和生活娓娓道来。据统计，招聘当日共收到69份应聘材料。待应聘人员毕业后，通过笔试、面试、体检、考察合格后，予以聘用，并优先纳入三所公立医疗机构编制备案制管理。

近年来，汉阴县将从医人才队伍建设摆在卫生健康工作战略高度，把人才兴院作为推动高质量发展的重要抓手，出台了一系列引才育才优惠政策，为人才成长搭建平台，让莘莘学子愿来、想留、能发展。县卫健局与县直公立医院自筹资金，每年设立100万元的“汉阴县卫健人才基金”，对新招聘录用的博士、硕士研究生、本科生分别奖励8万、5万、3万元，通过真金白银奖励和配套服务措施，切实解决引进人才的后顾之忧，协助做好配偶就业、子女上学等实际问题，确保人才引得来、留得住、发展好。

职业危害因素

汉滨监测工作场所

本报讯(通讯员 邹军)为扎实做好职业病防治工作，督导用人单位落实主体责任，强化职业病危害源头治理，保护劳动者身体健康。近日，汉滨区卫生健康局对辖区重点行业及用人单位开展工作场所职业病危害因素监测工作。

本次监测，汉滨区卫健局通过政府购买服务形式实施监测项目，区疾控中心、区卫生计生监督所全程参与指导。通过前期调查评估，选择了矿山、水泥制造、化工、玻璃加工等有代表性的20家企业作为监测对象。检查中，对存在重点危害因素的重点岗位进行现场检测，掌握其重点职业病危害因素种类及其浓度(强度)。现场核对了接触粉尘、化学毒物和噪声的劳动者数量，并对企业有关职业病危害申报、职业卫生培训、职业健康检查等工作开展情况进行指导。针对用人单位职业病防治存在的问题，业务人员现场指导，得到企业认可。

此次监测，旨在进一步规范用人单位职业病危害因素监测工作，提高其职业卫生防范意识，降低职业病危害，维护劳动者健康权益，促进职业健康水平有效提升。



我市举行医疗保险经办服务技能练兵竞赛

为扎实开展“三个年”活动，进一步提高医保经办服务水平，加强全市医保系统干部队伍建设，提高全市医保经办服务质效，我市于8月至11月举办了全市医疗保险经办服务技能练兵竞赛。并于11月1日举行了决赛，最终白河县代表队获得团体一等奖，张小伟等10人获得个人风采奖，熊晓芳等10人获得服务能手奖。

据悉，来自全市医保经办一线的2800多名选手参加了本次练兵活动。经过21场县(市、区)预赛选拔，共有13支代表队52名选手进入决赛。通过实践技能、理论知识、现场竞赛三场比赛，角逐团队和个人的优胜。

记者 罗伟 通讯员 王丹 文/图

小儿肺炎支原体感染，家长该如何应对？

呼俊涛

今年入秋以来，全国各地肺炎支原体肺炎患儿明显增多，且有很多患儿病情进展迅速，短期内发展成为重症肺炎，在家长中引起了恐慌。那么，面对小儿肺炎支原体感染，家长们该如何应对才好？

大多数家长对“肺炎支原体”既熟悉又陌生，认为感染了肺炎支原体就是肺炎支原体肺炎，实则不然。肺炎支原体是介于细菌与病毒之间的一种常见的病原微生物，主要引起人类呼吸道感染，以儿童和青少年常见。肺炎支原体感染可以引发支气管炎、肺炎等，还可以引起皮肤黏膜、神经系统、心血管系统、消化系统、血液系统等多器官、系统的损害。而肺炎支原体肺炎(MPP)则是由肺炎支原体(MP)感染引起的肺部炎症，可以累及支气管、细支气管、肺泡和肺间质。只有临床诊断

的肺炎是由肺炎支原体感染引起的，才可以诊断为肺炎支原体肺炎。

肺炎支原体肺炎的临床表现主要为感染后可从无症状到上呼吸道感染、气管支气管炎、细支气管炎、肺炎等。发热高低不一，可高达39℃以上。呼吸道症状主要表现为阵发性刺激性咳嗽，咳少量黏痰，发热可持续2至3周。肺炎支原体患者是主要传染源，主要通过飞沫经呼吸道传播，也可通过接触传播。各年龄人群均易感，好发于5岁以上儿童和青少年。一般情况下，血常规显示白细胞总数常在正常范围内，分类以中性粒细胞或嗜酸粒细胞稍增多为主。

肺部影像学表现多样，常成游走性浸润，表现为结节状或小班片影、磨玻璃影、支气管壁增厚、马赛克征、树芽征、支气管

充气征、支气管扩张、淋巴结大、甚至胸腔积液及节段性肺不张、肺实变等。临床上，如果患儿表现为持续高热、咳嗽剧烈、呼吸困难、肺部啰音比较明显，且全身症状明显，提示病情较重。肺炎支原体肺炎可合并胸腔积液、肺不张、气漏综合征、坏死性肺炎等。

西医治疗肺炎支原体肺炎主要使用抗生素。首选大环内酯类抗生素如红霉素、阿奇霉素等。但要根据医生建议进行服用或静脉滴注，一般疗程为2至3周。同时要针对咳嗽、发热、胸痛等症状进行对症处理。一般经治疗后都能有所好转。儿童支原体肺炎在中医中归属于“肺炎喘嗽”范畴，以发热、咳嗽、痰壅、气促为临床主证。中医认为小儿肺炎喘嗽发生的原因，主要有外因和内因两大类。外因责

之于感受六淫邪气，内因责之于小儿形气未充、肺脏娇嫩、卫外不固。其病位在肺，病机关键为肺气郁闭。常见的辨证分型：“风寒闭肺”“风热闭肺”“痰热闭肺”“毒热闭肺”“阴虚肺热”“肺脾气虚”等。对肺炎喘嗽的治疗，中医以开肺化痰、止咳平喘为基本法。治疗方法多样，除中药颗粒剂外，还包括推拿、穴位贴敷、针灸疗法等。

目前，还没有肺炎支原体疫苗来预防其感染，所以在流行季节，要注意室内通风，尽量避免到人群密集、通风不良的公共场所。去过公共场所回家后，要认真洗手、洗脸，注意手卫生。学校、幼儿园也要注意室内通风，一旦有孩子患病，尽量让孩子居家休息、治疗，直到症状消失再返校。

紫阳县医院成功实施子宫内膜癌分期术

本报讯(通讯员 袁绪铭)近日，紫阳县人民医院妇产科顺利为一名患者实施了腹腔镜下子宫内膜癌分期术，此项手术的成功开展，标志着该院妇科肿瘤微创治疗水平取得了新突破。

患者江某，因绝经后阴道出血排液，辗转治疗无果后来该院妇产科接受救治。医务人员为其进行宫腔镜检查及诊刮术，术后病理诊断为“子宫内膜癌”。经与患者及家属沟通后，邀请市级妇科专家会诊、指导，最终为患者成功实施了腹腔镜下全子宫+双

侧附件切除术+盆腔淋巴结清扫术。患者术后恢复良好，现已顺利出院。

子宫内膜癌在中国居女性生殖系统恶性肿瘤的第二位，为女性生殖道三大恶性肿瘤之一，对女性危害极大。紫阳县医院妇产科将继续通过邀请上级医疗专家来院会诊、指导、授课等方式，不断提升医务人员业务水平，让患者享受到优质、安全、便捷的医疗服务，为女性朋友生命健康保驾护航。