

强化意识 落实整改 做好国家卫生城市巩固工作

本报讯(记者 刘伟)6月17日,市直卫生健康系统“创文”“创卫”工作推进会召开。会议传达学习了6月12日全市大走访活动现场会暨“创文”“创卫”推进会精神,重点传达了市委书记张建慧讲话精神,并听取了中心城区四区卫健委及市直卫生健康各单位关于巩固国家卫生城市

工作进展情况汇报。

会议指出,从各地各单位工作开展情况来看,国家卫生城市巩固工作取得明显成效,重视程度明显提高,工作机制更加完善,督导力度均有加大,“创文”“创卫”工作深入人心,群众的参与度与知晓率有了较大提高。会议强调,要提高思想认识。

想是行动的先导,要深刻认识做好国家卫生城市巩固工作的重大意义,从维护广大人民群众健康安全的高度出发,进一步增强责任感、紧迫感。要强化宣传力度。在高铁站、高速公路等处设置国家卫生城市标识;及时更新健康教育宣传栏,通过新媒体、微信公众号、微博、抖音等

媒介进行宣传,营造浓厚的宣传氛围。要着重问题整改。聚焦城乡结合部、拆迁工地、建筑工地、旱厕、农贸市场等重点部位,按照千分制全面排查,查漏补缺,抓好关键问题,提升工作水平。要强化责任意识。加大奖惩力度,对工作不力的单位、差的典型,进行通报批评。②15

市中心医院

全面推行“一章通办”服务

本报讯(记者 郑伟元)为加快推进河南省提升医疗服务十大举措和“便民就医少跑腿”七大举措落地见效,日前,市中心医院一站式综合服务中心全面启动14项盖章业务“一章通办”服务,得到了群众的高度认可。

据了解,目前患者在医院办理的所有需要审核盖章的业务均可以在一站式综合服务中心使用“周口市中心医院医疗业务专用章”办理,业务包含门诊诊断证明、门诊病历(7日内及未归档门诊病历)、住院费用清单、门诊费用清单、市城镇职工及居民重大疾病医疗保障登记备案表(门诊重大疾病)、市医保门诊特定药品申请表、省城乡居民重大疾病医保登记备案表(手术治疗重大疾病、住院白血病治疗)、市基本医保门诊重症慢性病申报

评审表(本院职工)、省基本医保转诊转院申请表、市中心医院门诊肾透析及肾并发症门诊治疗申报审批表、住院患者诊断证明、患者死亡证明、出院患者病历、门诊病历(7日外及已归档门诊病历),共14项。

“医务科、病案室、医保办、财务科等业务科室的对外窗口分布在院区各个地方。按照以往的工作流程,患者需要往返各个科室,有些业务会使用7个名称不同的印章,十分繁琐。现在整合之后,极大提升了患者就医幸福感和获得感。”医院相关负责人表示,“一章通办”提供一站式集成服务,实现了内部服务流程和各项服务内容的整合,提高了办事效率,推动了医疗卫生服务领域“最多跑一次”改革向纵深发展,切实为患者提供高质量的医疗服务。②15

营造人人参与“创文”“创卫”良好氛围

本报讯(记者 刘伟)为巩固国家卫生城市创建成果,推进全国文明城市创建工作,6月19日下午,周口市中心医院召开“创文”“创卫”工作推进会。

会议传达了市卫健委召开的“创文”“创卫”工作会议精神,对医院“创文”“创卫”工作和三甲医院复审工作

进行再安排、再部署,并对国家卫生城市复审现场评估迎检资料清单进行了分工,把任务分解到科室到人。

市中医院院长程维明表示,“创文”“创卫”是一件大事,与三甲医院复审工作一样,都是重中之重。各科室要增强责任感和紧迫感,按照任务分工,

对照测评细则,落实落细各项工作措施。要加大力度做好控烟禁烟工作,形成人人都是控烟员的良好局面,加强对不文明行为的劝导,组织全院开展卫生大检查,营造干净整洁的就医环境。要加强对电动三(四)轮车的管理,规范佩戴头盔,安装防盜识别码,做文明交通

的践行者。要做好分包路段、社区家属院的“创文”“创卫”工作,积极开展入户大走访活动,解决群众身边的热点难点问题,广泛征求群众意见,提高群众满意度、知晓率,营造人人参与创建的良好氛围,为巩固国家卫生城市创建成果、创建全国文明城市增光添彩。②18

市人民医院组织孕妈妈们共度端午节

本报讯(记者 史书杰)在端午节到来之际,为更好地服务广大孕妈妈们,6月20日,周口市人民医院孕妇产科举办端午节主题活动,让大家提前度过了一个意义非凡的端午节。

活动中,医护人员指导孕妈妈们要注意合理膳食,预防妊娠期并发症的发生。整个活动讲解和互动相结合,现场气氛热烈而温馨。

随后,妇产科医护人员与孕妈妈们

们一起包粽子,并解答她们提出的问题。大家还一起做手指操,降低压力、调节情绪。

市人民医院妇产科主任卫卫红表示,此次活动的开展拉近了医院与孕妈妈们之间的距离,让孕妈妈们

们树立了安全度过孕产期、顺利分娩的信心。下一步,医院将致力于让更多的孕妈妈们享受到专业的医疗护理服务,帮助她们建立自信心、缓解不安情绪,有效预防孕期风险,为她们的健康保驾护航。②18

市中医院

冬病夏治三伏贴即将开贴

本报讯(记者 郑伟元)6月21日是夏至,入夏后,气温较高,人体阳气较盛,适合在此时利用天时地利进行穴位贴敷,针刺等来驱除体内寒气,补充阳气。当日,记者从市中医院了解到,该院冬病夏治三伏贴即将开贴。

“根据入伏时间,今年三伏贴的贴敷时间表为7月1日~10日伏前加强,7月11日~20日头伏,7月21日~30日中伏,7月31日~8月9日中伏加强,8月10日~19日未伏。”市中医院治未病科主任刘俊宏介绍,夏季人体皮肤松弛,毛孔张开,药物更易经皮肤渗透入里以刺激相应穴位,起到疏通经络、调节脏腑、治病强身的功效。多数患者贴敷三伏贴后机体非特异性免疫功能增强,进而增强抗

病能力,达到中医“治未病”的目的。

据介绍,三伏贴起源于清代,其制作原料主要包括白芥子、细辛、甘遂、延胡索、姜汁等温热性中药,适应症主要有鼻炎、咽炎、慢性咳嗽等呼吸系统疾病,虚寒性胃肠疾病、慢性结肠炎等消化系统疾病,肩周炎、风湿性关节炎等疼痛类疾病,扁平疣、厌食、胃炎等儿科疾病,痛经、慢性虚寒型盆腔炎等妇科疾病,寒邪侵袭导致的其他疾病,也可用于增强免疫力。

刘俊宏提醒,虽然三伏贴可治疗诸多疾病,但贴敷局部有感染、溃疡、瘢痕、肿瘤的患者,精神病患者以及合并有严重肺心病、肺癌和心脑血管、肝肾和造血系统等严重危及生命的原发性疾病的患者禁用。②18



视觉新闻

6月20日,川汇区卫健委在区文化艺术中心门前举行以“普惠托育·共同行动”为主题的“规范托育服务中原行·川汇站”大型宣传咨询活动,为群众免费测量血压、血糖,普及婴幼儿生长发育及家庭科学养育等知识。活动共悬挂摆放宣传标语16条,摆放科普展板20余块,发放宣传资料5000余份,服务咨询群众360余人次,进一步普及了国家、省级托育政策,增强全社会对托育工作的认识和理解,促进托育事业健康安全有序发展。②18

记者 史书杰 通讯员 胡艳梅 摄

如何缓解焦虑引起的睡眠障碍

近日,周口市第六人民医院睡眠医学科接诊了一位15岁的女性患者,她自述近期学习压力较大,导致严重失眠1月有余。由于长期休息不好,她还出现了胸闷、注意力不集中等症状,导致其无法正常上课,家属带其到医院治疗。

该院睡眠医学科主任闫换妮详细询问了病情,了解到患者是名即将面临中招考试的考生。她对自己没有信心,而父母对她的期望较高,所以整日担忧考不上理想的学校,从而彻夜难眠。

根据检查结果和现阶段患者的

病情,闫换妮以睡眠障碍将其收入科室并安排了后续治疗方案。通过一段时间的睡眠监测、心理治疗和药物治疗,患者病情有所好转,睡眠质量得到改善。家属称患者现在愿意主动与人交流,精神状态好了很多,也能静下心来认真学习了。

闫换妮表示,由于生活节奏加快,人们普遍存在不同程度的睡眠障碍。除了常见的生理性或外物引起的睡眠障碍,焦虑也是引起睡眠障碍的高发因素,其主要表现有:心里有事,身体疲惫而大脑兴奋;入睡困难,睡眠浅,易惊醒;精神紧张,心

烦意乱;困倦乏力,多汗、心悸等。

如何缓解焦虑引起的睡眠障碍呢,闫换妮介绍了以下几种方式:

1.自我放松

如果觉得心事多,大脑过于兴奋,可以尝试深呼吸、冥想来缓解焦虑紧张,帮助自己入睡。

2.保持规律作息习惯

每天保持固定的起床和睡觉时间,调整生物钟,帮助身体逐渐适应作息规律,有助于缓解焦虑,提高睡眠质量。

3.找到焦虑和失眠的原因

焦虑睡眠障碍往往是由压力、人

际关系紧张或工作繁重造成的,只有找到焦虑的原因,才能采取正确的措施,从而改善睡眠质量。

4.适度运动

可以选择一些中低强度运动,如慢跑、散步等,每周坚持2~3次。适度运动可以缓解焦虑和失眠,释放内心的紧张情绪。

5.及时治疗

长期焦虑失眠不仅影响生活和工作,还危害身体健康。如果焦虑失眠长期持续,建议尽早寻求专业机构的帮助。②2

(记者 郑伟元)

卵圆孔未闭与经食管超声

过去,神经内科接诊过许多头痛、偏头痛的患者,他们经大量检查后并未发现神经和血管异常。现在研究发现,卵圆孔未闭是导致他们头痛的元凶之一。

卵圆孔是胎儿时期心房间隔的正常通道,此时来自脐静脉的营养血流向右房,再通过卵圆孔进入左房,卵圆孔上有开向左房侧的卵圆孔瓣,防止血液倒流。左房内血液进一步进入左室,把丰富的营养血提供给胎儿大脑及全身。在此期间卵圆孔始终处于开放状态。若出生后,因卵圆孔瓣发育不良、卵

圆孔过宽或出生后右房压较高,使得卵圆孔瓣与原发隔之间贴敷不良,仍处于开放状态,即可诊断为卵圆孔未闭。卵圆孔未闭的人在成人中约占26%的比例,在儿童中占比偏高。

卵圆孔未闭是较常见的先天性心脏病之一,大多数患者不会出现不适症状。但是如果卵圆孔未闭出现矛盾性栓塞(矛盾性栓塞是指由于久坐不动导致血流淤滞,血流缓慢所致的微血栓,经过卵圆孔到达主动脉及其分支),就会导致患者出现头晕、头痛、偏头痛、视物

模糊等症状,严重时还会造成腔隙性脑梗。

此病虽比较常见,但以往检查比较困难。近年来,经食管超声心动图的开展为此病提供了诊断依据。该技术将超声探头插在食管中段,此处距离心房间隔卵圆孔较近,超声频率较高,图像分辨率高,结构清楚,能清晰显示心房间隔卵圆孔的大小、走向,彩色多普勒还能显示血液分流情况,是卵圆孔未闭的诊断方式之一。此病根据卵圆孔的大小分为三型,卵圆孔直径在0~2mm为轻度,2~

4mm为中度,大于4mm为重度。卵圆孔的治疗主要根据卵圆孔未闭分流量的大小和病人症状而定。如果病人经常头痛、偏头痛,出现不明原因的脑卒中或晕厥,影响正常生活,就需要进一步治疗,一般采用卵圆孔封堵术,简单方便,花费较低。如果卵圆孔未闭情况属于轻度分流,症状不明显,一般不需要治疗,但平时要养成良好的生活习惯,避免长时间熬夜,同时适当运动锻炼,防止血液黏稠和动脉硬化。②15

(周口市中医院 姚龙)

太康县人民医院

为高龄患者成功施行腰椎手术

本报讯(记者 史书杰)近日,83岁男性患者李某在太康县人民医院成功接受“腰4/5椎管扩大成形+椎间植骨融合+椎弓根钉棒内固定术”,成为在太康县域内独立完成手术且享受脊柱耗材集采大幅度降价政策的高龄患者。

据了解,患者以“双下肢麻木伴间歇性跛行10余年”主诉入院,先前多次因年龄大、基础疾病多为由接受保守治疗,但效果不佳。经住院诊断,他患有腰椎椎管狭窄、腰椎滑脱、腰椎间盘突出、心血管硬化等9种疾病。患者自述,他行走10余米就感觉双侧小腿酸沉麻木,便不能再行走。

经相关检查、检验和讨论,该院骨科二病区团队认为,为患者进行手术是大大改善其生活质量、有效延长

生命的可行手段,在征得患者及其家属意见后,为其安排了手术。

手术为患者腰4、5双侧椎弓根分别植入万向椎弓根螺钉,切除扩大骨性椎管,再切除增生内聚的关节突关节、椎管两侧的黄韧带,扩大侧隐窝及神经根管,充分解除神经根,将腰4/5椎间盘摘除后行椎间植骨融合。手术后,患者恢复良好。

医院骨科二病区主任王保华介绍,“腰椎管扩大成形术+椎间植骨融合+椎弓根钉棒内固定术”主要应用于腰椎椎管狭窄症治疗,是一种非常成熟的技术。在骨科创伤及人工关节、脊柱统采后,骨科耗材降价约80%,大大减轻了患者经济负担,为许多长期卧床的患者带来了新的希望。②2



健康服务热线

健康热线:13949993566 13592285505

电子信箱:zkrbwsb@126.com