

白衣天使情 无悔援疆路

——我市援疆医生圆满完成任务载誉归来



市第一人民医院援疆医生曲冲宇(右一)圆满完成援疆医疗带教工作。

10月17日,四平市第一人民医院普外科专家曲冲宇圆满完成为期三个月对口支援新疆阿勒泰地区吉木乃县人民医院医疗带教工作任务返回四平。医院领导、相关科室负责同志到现场迎接。

7月份进疆后,曲冲宇同志迅速进入工作角色,主动融入吉木乃县人民医院这个大家庭,敢于担当,讲政治、讲纪律、讲团结、讲奉献,全身心投入到医疗带教工作中。期间,曲冲宇同志还被聘为吉木乃县人民医院普外科名誉主任。三个月来,曲冲宇同志共参加教学

指导实施外科手术30余例,危急重症病人抢救2例,均为夜间急诊手术治疗。同时,为不断提高当地医务人员的医疗水平,让年轻的医生尽快成长起来,积极开展教学查房、会诊和医疗带教工作,并参加外科专家门诊坐诊,满足人民群众就医需求。曲冲宇同志不忘初心、甘于奉献,从白山松水来到金山银水,履行健康使命,实实在在地为患者解除病痛,赢得了当地广大干部群众的认可,更增进了民族团结和城市间兄弟般的感情,为建设和谐稳定的美丽新疆贡献力量。(徐伟平)



市妇婴医院援疆医生鲁秀玲凯旋归来。

10月17日,四平市妇婴医院儿科三病区援疆医生鲁秀玲圆满结束了为期三个月的援疆任务回到了家乡。医院领导、相关科室负责人以及儿科三病区的医护人员迎接援疆医生鲁秀玲回家。

今年7月鲁秀玲医生带着四平市卫健委、四平市妇婴医院领导和同事的嘱托,来到新疆吉木乃县开始了为期三个月的援疆工作。任职期间,鲁秀玲医生担起责任、拼搏奋斗,将先进的医疗技术和崇高的医疗精神送到新疆,她发挥专业技术才能,开拓

新疆吉木乃县的医疗领域,为当地医疗事业留下宝贵的财富。她付出了与家人的团聚,但收获了新疆当地人民的深厚友谊,受到当地政府和群众的一致好评,为医院树立了形象,赢得了赞誉。

四平市妇婴医院领导对鲁秀玲医生圆满完成医疗任务归来表示祝贺,表扬她舍小家、顾大家的奉献精神,赞扬她以奋发有为、脚踏实地的作风,出色完成了援疆任务树立了医院的良好形象,也为新疆吉木乃县医疗事业发展增添了新动力。(陆其竹)

让百姓在家门口享受专家门诊

本报讯(通讯员 李鸿志)近日,应四平盛大胃肠病医院诚挚邀请,武警后勤学院附属医院消化科主任、医学博士邓全军来平出诊,邓全军主任系武警部队消化内科专业青年委员会副主任委员、天津市医学会消化病学分会青年委员。他主持及参与省部级科研课题多项,于国内外发表SCI及核心期刊论文三十余篇,先后被单位评为院级感动人物、优秀共产党员、优秀带教教师等称号。

当日一早,市区及周边胃肠病患者纷纷慕名而来,在胃肠病医院的门诊大厅有序排队候诊。门诊王主任说,“有的是对邓全军主任慕名而来,有的是上次错过了北京李婕琳教授,有的是门诊日常患者。”

“是孩子在网上查到了这个专家。”一位来自梨树的李阿姨说。

“上次北京专家来,我错过了,这次早早挂了号”来自叶赫的王女士说。

邓全军教授满负荷工作了两个工作日,检查治疗患者累计六十余人次,带教完成镜下贲门2×3.5cm大腺瘤切除术、镜下荷包缝合止血两例高难度操作。当28岁贲门巨大腺瘤患者张力(化名)心里一块石头落地,他深有感慨地说,“没想到,四平盛大医院给我们解决了大难题。”

在交流中,邓全军教授表示,四平盛大胃肠病医院在胃肠病诊治方面具有较强实力而且发展空间较大。日后,他非常愿意和医院保持技术合作,与医院的技术团队一道开展内镜下早癌剥离术(ESD)、食管裂孔疝修复术、难治性反流性食管炎及内镜治疗等新技术新疗法。

近年来,为进一步提高胃肠疾病的诊治水平,实施“专家治专病”的办院理念,尽力满足广大患者的就医需求,四平盛大胃肠病医院定期特邀北京、天津、长春等大医院胃肠病专家来院带教出诊,以此架起了各医院之间、医院和社会之间沟通的桥梁和纽带,既可以去四平人到外地就医舟车劳顿与高额费用,也让百姓真正体验到家门口看专家不再一号难求。

遏制安全生产事故发生 确保医院健康运行

本报讯(记者 刘莉)为有效防范和坚决遏制医院安全生产事故的发生,确保医院在安全稳定的形势下健康运行,日前,市传染病医院召开安全生产暨廉洁警示教育大会。

会上,相关院领导强调,疫情防控依然是当前重中之重,全体职工务必紧绷疫情防控之弦,严格落实落细疫情防控各项工作,最大限度确保医院医疗和生产安全。院长刘清明传达了国家、省、市卫健委关于安全生产相关文件,要求全院职工提高政治站位和思想意识,压实主体责任,要持续做好维稳工作确保医院各项工作正常顺利进行。

院领导要求全院职工,要强化“两个安全”,即强化医疗安全和自身安全,严格遵守十八项核心制度,做好医疗、护理工作,确保病人安全;要遵守“两项纪律”,即严格遵守疫情管控和医院各项规章制度;要做到“两个确保”,即确保疫情需要和医院平稳运行。同时指出,全院职工要时刻保持备战状态,疫情防控思想不能麻痹松懈,各司其职,慎终如始,坚决巩固来之不易的防控成果,假期及休息日更是考验我们的重要时刻,希望全体职工要履职尽责,确保医院健康运行。

心系老人 爱暖重阳

本报讯(通讯员 李鸿志)为弘扬尊老爱老的传统美德,服务老年人的身体健康,10月13日,四平盛大胃肠病医院组建爱心团队走进城东乡社会福利中心开展“心系老人,爱暖重阳”公益活动。为老年人免费做了身体检查,向他们讲解了胃肠病预防常识,并为老人们送去了大米面粉等节日慰问品。

爱心团队的到来,为老人们带来了快乐和温暖。老人们微笑着接过慰问品,紧紧围着医护人员咨询健康保健知识。爱心团队认真地老人们测量

血压、测血糖,动作轻柔,操作标准。回答老人们的咨询问题,他们细雨轻声温柔体贴。黄庆林医生代表医院向老人们致以节日的祝福和问候。他关切地询问老人们的健康情况及生活情况,并嘱托老人们要养成良好的饮食习惯积极预防胃肠病。社会福利服务中心泰利主任对爱心团队的到来表示热烈欢迎和诚挚谢意,他说“重阳节,医院送物送健康的爱心行动,给这个节日增添了无限暖意。”

四招来区别鼻炎与感冒

是否发热
过敏性鼻炎的症状集中在鼻部,如鼻塞、打喷嚏、流鼻涕,而普通感冒除了上述症状,还会表现出咽干、咽痛、咳嗽、发热等,流行性感冒的发热、肌肉酸痛、四肢无力等全身症状则更为明显。因此,如果发热明显,基本不会是过敏性鼻炎。

周围人是否也得病
流行性感冒具有较强的传染性,所以多数为群体,如家庭、学校、工作环境等;过敏性鼻炎不传染,但可以遗传,所以如果有血缘关系的亲属有过敏性鼻炎,包括过敏性鼻炎、哮喘、皮肤过敏、药物过敏等过敏史,发作的可能性更大。

打喷嚏次数
感冒的打喷嚏、流鼻涕等

鼻部症状往往是持续性的,会连续几天,随着对感冒病情的控制,症状逐步减轻,最后缓解。而过敏性鼻炎发作则呈阵发性,一天中可能仅发作一次或数次,以清晨或受异味等刺激后更为明显,发作过后如常人。另外,过敏性鼻炎的喷嚏频频、清水样鼻涕,而感冒时喷嚏较少,鼻塞不明显,鼻塞明显而且持续,鼻分泌物可由清涕或黏性转为脓性。

患病时间长短
感冒病程较短,通常1~2周就能痊愈。而过敏性鼻炎病程较长,常年反复发作,如果你通过上述差异仍然不能区别时,就应该及时去变态反应科就诊,让医生通过检查来帮你确诊。(傅颖)



为了进一步落实优质服务,提升护理人员业务水平,近日,市中心人民医院内科系统开展护理查房活动,在呼吸内科重症监护室,呼吸内科护士长王庆对患者进行细致的查体,带领大家集思广益,探讨患者急性发作的护理措施、并发症及健康教育,解决患者在治疗过程中使用无创呼吸机出现人机不协调的护理问题,营造了浓厚的学术氛围,启发了护理人员的临床思维。

完全有办法让六七十岁人的骨头像二三十岁时一样——

骨质疏松重在早筛早防

王美华

上了年纪的人,最怕什么?跌倒。在中国,跌倒是65岁以上人群因非故意伤害死亡的首要原因,而跌倒与老年人的骨密度下降、骨量降低有密切关系。骨质疏松不是自然现象,而是一种可防可治的疾病。

每年的10月20日是国际骨质疏松日。由国家卫健委疾控局、中国健康教育中心和记协办公室等联合发起并指导的中国健康知识传播激励计划——2021年健康骨龄大会日前在京召开。会上,中华医学会骨质疏松和骨矿盐疾病分会正式宣布2021年度国际骨质疏松日中国主题:骨量早筛查,骨折早预防。

骨密度越低、骨量越低,越容易骨折

“青春是骨量快速增长时期,30岁左右到达峰值,而后随着年龄增长,骨量随之下降。”北京协和医院内分泌科主任夏维波教授强调,骨质疏松不是自然现象,而是一种可防可治的慢性病,如果尽早开始预防,比如发现有骨质疏松症就开始治疗,完全有办法让六七十岁的骨头像二三十岁时一样。

夏维波指出,中老年人应该从生活方式入手预防骨质疏松,首先要均衡饮食,

增加饮食中钙及适量蛋白质的摄入,钙质的摄入对于预防骨质疏松症具有不可替代的作用。而嗜烟、酗酒、过量摄入咖啡因和碳酸饮料会增加骨质疏松的发病风险,应尽量避免。其次要规律运动,尽量避免或少用影响骨代谢的药物。再者要保证充足的日照。

“我国饮食结构中所含维生素D非常有限,经常接受阳光照射会对维生素D的生成及钙质吸收起到非常关键的作用。”夏维波强调,正常人平均每天至少需要20分钟日照。

“骨密度越低、骨量越低,骨量越低,越容易骨折。”上海交通大学附属第六人民医院骨质疏松和骨病专科主任章振林教授提醒,早筛查才能了解自己的骨量状态,一旦发现有骨质疏松,就要及早干预,这样才能预防骨折。

“强烈建议花100元,40岁先做一次骨密度检测,了解自己的骨量处于什么状态,50岁以后每年检测一次。”章振林强调,了解自身骨量状态,发现骨质疏松症后进行有效治疗,可预防50%以上的脆性骨折。骨质疏松症引发的脆性骨折可防可治,降低其风险最有效的方法就是对高风险患者进行正规的骨质疏松症治疗,包括基础措施、康复治疗、药物治疗等方式。

专家强调,相对于不治疗而言,骨质疏松症任何阶段开始治疗都不晚,但早诊断和早治疗会大大受益。

50岁以上人群有近半骨量减少

“全国骨质疏松流行病学调查研究显示,50岁以上的人群中有1/5已经患上骨质疏松症,如果要到疾病的早期即骨量减少开始进行防治,50岁以上的人群中已经有46%的人骨量减少。”北京协和医院内分泌科副主任医师李梅教授建议,骨量要早筛查,以预防后续的脆性骨折等相关危害。

如何早期识别骨质疏松的症状?李梅介绍,骨骼疼痛、身高变矮、轻微外力下骨折、骨骼变形,都可能是骨质疏松的表现,也有许多骨质疏松患者在疾病早期没有明显的感觉。

“倡议女性绝经以后,男性50岁就要开始关注骨量筛查。”李梅说,倡议骨密度检查纳入常规体检,尤其倡议女性65岁以上和男性70岁以上者、女性65岁以下和男性70岁以下有一个或多个骨质疏松危险因素者、有脆性骨折史的成年人、各种原因引起的激素水平低下的成年人、X线影像已有骨质疏松改变者、接受骨质疏松治疗并进行疗效监测者、患有影响骨代

谢疾病或使用影响骨代谢药物史者、IOF(国际骨质疏松基金会)骨质疏松症一分钟测试题回答结果阳性者等重点人群一定要知晓自己的骨密度,学习骨质疏松症知识,防骨松、防骨折。

老年人居家时避免穿露脚趾的鞋

骨关节是骨骼重要的枢纽,关节相关疾病同样可以预防。北京协和医院外科学系主任翁习生教授指出,骨关节炎的晚期临床症状表现为疼痛、僵硬、活动受限,当关节出现怕风、怕上下楼、怕下蹲的早期症状时,需要警惕并及时就医。翁习生结合临床经验强调,居家跌倒是老年人骨折的重要场景。对此,他建议老年人居家时要避免穿露脚趾的鞋,以避免鞋前部插入地毯、防滑垫后发生跌倒。

“预防跌倒意义重大。”中国疾病预防控制中心慢病中心伤害预防室主任段蕾蕾提出防跌倒的12字口诀——“要锻炼,要服老,要适老,早治疗”。她表示,老年人任何时候开始适合自己的功能性锻炼都不错,同时要服老,善于借助拐杖等用具。同时,提倡家庭进行适老化改造,避免摔倒,老年人如有不适提倡尽早治疗。