

总医院儿科重症监护病房全面升级

新病区已投入使用

本报讯 (记者魏应钦)历经数月的精心准备,平煤神马医疗集团总医院(以下简称总医院)儿科重症监护病房近日搬迁至3号楼6楼,新病区已于1月15日正式启用。2月9日上午10时许,记者来到升级改造后的总医院儿科重症监护病房,只见这里宽敞明亮、舒适温馨,监护区、工作区和生活区井然有序,各种设施摆放整齐有序。在这里,最大的特点就是安静,耳边响起的多是监护仪器的声音;在这里,医护人员时刻都在用真心真情守护着每名患儿的生命,扮演好“临时父母”的角色。

软硬件设施全面升级

“目前,儿科病房设床位80余张,重症监护病房设置30个多功能暖箱。新病区面积有700多平方米,可看护30多名患儿,还专门将监护区、工作区和生活区分开设置。”总医院儿科主任张鹏告诉记者,儿科重症监护病房成立于2003年,经过此次全新规划、设计和升级改造,病区环境焕然一新。新病区拥有新风系统和中央空调,室内处于恒温、恒湿和恒氧状态。监护区也分成3个区域,分别对一般患儿、早产及重症患儿和感染、发烧、腹泻患儿进行针对性救治。

住在重症监护病房的孩子,要么早产,要么急性起病。为了给他们更好的诊疗和服务,新病区还特地设有袋鼠式护理间、婴儿洗澡间、奶具清洗室等。何为袋鼠式护理?该科护士长张丹介绍说,这主要是针对早期新生儿的一种护理方式,是指住院或较早出院的低出生体重早产儿在出生早期开始同母亲进行一段时间的皮肤接触。

小宝(化名)就是住在这里的一名新生儿。他孕30周早产,出生时仅重1400克。其母亲患有妊娠高血压、心功能不全等疾病。小宝出生后缺氧窒息,在手术室进行复苏抢救后,被转运到儿科重症监护病房,接受进一步救治。在重症监护病房,孩子经历了呼吸、喂养、感染、出血和黄疸等多个关口考验,经过重症监护病房医护人员的通力合作和抢救,最终转危为安。为了让孩子更好地康复,同时缓解其母亲的焦虑心情,经评估,孩子可以进入袋鼠式护理间和妈妈见面,进行袋鼠式



总医院儿科主任张鹏在查看患儿情况。

本报记者 魏应钦 摄

护理。

“袋鼠式护理能够帮助早产儿改善临床指标,增长体重,减少住院时间,增进母子感情,并对早产儿的长期心理和智力发展有促进作用。”该科副主任王润智说。

新病区还将在监护区设置移动摄像头,借助该系统,家长可以与医护人员通过视频进行沟通交流,也可以与病床上的宝宝进行“远程互动”。

除了宽敞舒适和科学设置的就医环境,新病区还引进配备了目前国内外先进的医疗设备,包括高频呼吸机、CPAP呼吸机、双水平呼吸机、飞利浦心电图监护仪、长颈鹿暖箱、辐射抢救台、微量输液泵、黄疸治疗仪等。

先进的医疗技术引领发展

总医院儿科在技术方面也位于我市各大医院前列。该科于2017年10月在我市首次开展脐静脉置管技术,新生儿PICC置管、新生儿换血术、LISA技术应用等均在我市率先开展。据介绍,脐静脉置管术是利用出生一周内新生儿自然通畅的脐静脉这一通向人体重要血液循环通路,为药物注射、抽血、监测血压、换血等提供一条方便有效的路径,是儿科重症监护病房一项非常实用的核心技术。该技术是将导管通过脐静脉直接植入下腔静脉,是抢救新生儿的重要手段,用于输注药物、输入静脉营养、中心静脉压检测、换血等,为新生儿救治提供了有效途径。

注重科室人才培养

科室的发展离不开优秀的人才,目前,总医院儿科重症监护病房拥有一支技术精良、医德高尚的医疗队伍,其中医生10名、护士25名,包括副主任医师4名、主治医师4名、住院医师2名、主管护师9名。作为科室负责人,张鹏特别注重科室人才培养,他经常鼓励优秀的医护人员外出进修学习,使他们更好地成长。他的工作理念是:快乐工作,健康生活。在这种观念的影响下,科室整体氛围活跃,充满了活力和战斗力。

“我们要以新病区的投入使用为契机,进一步引进先进的设备和技术,促进科室更快发展,更好地守护患儿的健康。”面对未来,张鹏对科室的发展充满信心。

市卫生计生监督局慰问帮扶户

本报讯 2月4日上午,市卫生计生监督局一行人来到鲁山县张良镇杨李沟村,看望慰问帮扶户李国营一家。当日上午,慰问人员走进李国营家,与他促膝交谈,详细询问他现在的身体、经济收入等情况,以及生产生活中面临的困难,鼓励他主动投身生产活动,树立积极、开朗、自信的生活信念,并为他送去春联、慰问品和新春祝福。

当得知李国营去年种植的大葱急需销售时,该局局长刘凌云当即动员职工按市场价购买,剩余的由职工食堂购买,解决了他的后顾之忧。“你们不仅购买了我的大葱,还送来慰问品,我真的十分感激。”李国营说。(牛瑛瑛 路易峰)

鲁山县人民医院开展大脚骨微创无痛治疗术

本报讯 近日,多名患者在鲁山县人民医院骨科三病区接受了拇外翻(大脚骨)的微创手术治疗,术后便可下地行走。此项技术的成功开展,大大减轻了患者的痛苦,开创了该病治疗的新模式,得到了患者的高度认可。

拇外翻,俗称大脚骨,指拇趾骨和第一跖骨之关节倾斜超过15度。据介绍,拇外翻是较为常见的一种前足畸形疾病,畸形形成后拇趾跖趾关节内侧骨性凸起,形成疼痛性滑囊,即滑囊炎,影响穿鞋行走,经常伴有其余足趾的畸形和足

痛等症状,如锤状足、疼痛性跖趾、跖趾关节脱位和小趾内翻。拇外翻的发生有遗传因素,也有后天穿鞋不当导致的致病因素。鲁山县人民医院骨科三病区采用中西医结合微创手术整复术治疗拇外翻,不仅具有损伤小、切口小、不缝合、不打石膏、不做内固定、愈合快、痛苦少、术后即可下地行走的优势,同时融合医学美足理念,矫正大脚骨的同时改善足部形态,迈大步进一步到位,治疗后穿鞋自然美观。(牛瑛瑛 刘海军)

市计生科研所不孕不育诊治中心医生提醒:不少人对男性不育检查存在认识误区

本报讯 2月9日,市计生科研所不孕不育诊治中心医生席文举介绍说,精液检查是不育夫妇男方首先要进行的一项常规检查,以了解男方精液的数量、精子的数目、精子的存活率、活动率和精子的形态是否正常等。在多年的临床不育症治疗中,他发现不少患者对精液检查的认识存在误区。

误区一:身体一直很健康,精液检查没必要。受传统思想影响,觉得生不出孩子是女方的事,丈夫总怪妻子。所以,有许多不育夫妇治疗多年,但一直是女方在医院奔波,男方不愿做最基本的检查。

误区二:精液检查结果正常,就是女方有问题。有许多丈夫是带着忐忑不安的心情等待精液检查结果的,一旦被告知此次化验结果指标在正常范围内,他就会说是妻子的问题。

这种非此即彼的判断其实是错误的,因为精液检查结果正常不等于可以生育。精液常规检查结果只可以对精液的量、气味、颜色、液化时间和精液中精子的数量、活动力、活动率、形态有一个大致的了解,而精

子内部结构是否正常、受精能力和遗传物质是否完整是无法得知的。另外,在所有的不育夫妇中,约有10%属于原因不明性不育,也就是说,夫妇双方目前可以做的所有检查都是正常的,但是不能怀孕。所以,如果精液检查结果正常,女方经进一步检查后确定基本正常,那么男方还要做进一步的检查。

误区三:精液检查一次就行了。在不育门诊中经常发现,有些患者在拿到第一次的精液常规检查报告后,就急于要知道自己的情况好不好,可不可以使女方怀孕。其实这时下结论为时过早。我们知道,男性精液的状况受其他因素的影响非常大,与取精和上次射精的间隔时间,取精前两周有无洗桑拿、有无服用影响精子活力的药物,检验人员和仪器等都有密切的关系。

一次精液检查有时不能完全正确反映精液的真实状况,世界卫生组织特别要求精液常规检查要在两周内连续检查两次以上才可以根据结果下诊断。因此,我们在拿到检查报告后不要急于下结论,特别是结果不正常的,有时要连续检查3次后才能确定。(牛瑛瑛)

舞钢市人民医院开展节前廉政谈话

本报讯 2月7日上午,舞钢市人民医院召开2021年春节前廉政谈话会,该院领导班子及重点部门负责人参加。会上,该院党总支书记、院长杨星奎着重强调了“十个严禁”:严禁以过节为名赠送或收受名贵特产和礼品、礼金;严禁巧立名目违规发放津贴、补贴或福利;严禁传播新冠疫情不实信息、违反疫情防控常态化强制性规定;严禁未按规定执行外出请示报告制度;严禁借节日之机违规公款吃喝、餐饮浪费;严禁违规出入私人会所及“一桌餐”等隐蔽场所;严禁大操大办、借机敛财等违规操办婚丧喜庆事宜;严禁公车私用、私车公养;严禁组织或参加公款支付及管理服务对象提供的高消费娱乐健身等活动;严禁违规组织、参加自发成立的老乡会、校友会、战友会。提醒院领导班子及全体干部员工,要严格遵守相关纪律,杜绝借过节之机公款吃喝、送礼、公车私用等违纪违规行为的发生。杨星奎希望大家提高思想认识,严明纪律规矩,坚决杜绝违纪违规现象发生。(牛瑛瑛)

安利平顶山创客中心开门迎客

本报讯 全新升级的安利平顶山创客中心于2月3日开门迎客,这是安利在全国范围内开设的第71家创客中心。在崭新明亮的安利平顶山创客中心,现代化的装修风格让整个大厅充满设计感。创客中心将以更科技、更智能、更时尚的体验模式继续为营销伙伴和消费者提供优质服务。“纽崔莱品牌创立于1934年,至今已有87年历史,其创始人是卡尔·宏邦先生,他的灵感源于对中国居民饮食的观察和思考……”工作人员在体验区为参观的顾客详细讲解。

“每个体验区都将给消费者提供一个非常好的体验感受。”工作人员介绍,“除了体验区外,我们也会整合各个区域,通过美食、美颜、健康塑形、悦享美妈等线上线下无缝对接的社群活动,带给消费者更加完美的体验。”

自2014年安利推出体验战略以来,安利将其遍布全国的267家自营店铺升级改造为线下体验设施。安利平顶山创客中心的落成标志着安利体验战略在平



工作人员现场教大家制作早餐。牛瑛瑛 摄

顶山落地,创客中心将为安利营销人员及消费者提供一站式的产品、品牌、服务、社群等活动体验,集品质生活、社交、个人成长、轻松创业于一体,打造场景化、定制化、多元化的体验系统,并通过好玩、有颜、有料的社群推广活动,为平顶山的发展持续注入新活力和新动能。

今后,安利平顶山创客中心将通过完善的功能设施、丰富的社群活动,借助新的技术、新的商业理念,焕发新的生机,带给顾客良好的体验,让消费者更喜欢、更信赖安利,同时支持安利创业者轻松、高效展业。(牛瑛瑛)

市第一人民医院卒中中心专家提醒:

脑卒中可防可控可治

本报讯 (记者魏应钦)脑血管疾病作为威胁人们身体健康和生命安全的一类严重疾病,具有发病率高、死亡率高、致残率高、复发率高和治疗费用高等特点。世界卫生组织的研究表明,我国心脑血管疾病的发病率正以每年8.7%的速率上升。发病者中约30%的人死亡,70%的生者多有偏瘫、失语等后遗症。根据《中国卫生统计年鉴》报告,我国每年有将近400万人死于卒中。更为严重的是,高血压、糖尿病、血脂异常、吸烟、肥胖人群居高不下,这类人群更易发生脑卒中。

脑卒中可防可控可治

“国内外众多研究表明,脑卒中可防可控可治。”2月5日,市第一人民医院卒中中心办公室副主任林磊告诉记者,及时针对脑卒中危险因素和高危人群进行积极有效的干预,可以明显降低脑卒中发病率、死亡率、复发率、致残率和治疗费用。

记者了解到,市第一人民医院自2015年成为脑卒中防治中心,该院积极发挥技术支持单位作用,开展全市脑卒中筛查与干预项目,目前已完成院外筛查建档42903人。

积极进行筛查和干预

“开展脑卒中流行病学调查,是做好

卒中防治工作的有效手段之一。”林磊说,为及时掌握我市卒中疾病患病率、发病特点、地区分布、危险因素和伴随疾病情况,按照国家脑卒中筛查和防治工程实施推进和我市健康扶贫工作的安排,该院于2018年在我市6个县(市、区)完成筛查20000余人,并对筛查出的高危人群启动干预和随访服务,主要研究成果汇编成《平顶山市农村贫困地区40岁以上人群脑卒中患病率及相关危险因素的调查研究报告》。2020年,该院在各县(市、区)开展了12653人的高危因素筛查,其中高危率为27.26%、脑卒中患病率为7.52%,均低于2018年的筛查数据。

通过2018年的筛查,发现有脑血管病者2184人,其中1854例为脑梗死(84.9%)、150例为脑出血(6.9%)、127例为短暂性脑缺血发作(5.8%)、30例为脑梗死合并脑出血(1.4%),其他23例。从各年龄段卒中患病趋势看,随着年龄增长,卒中患病率增加,并在70岁至79岁年龄

组达到最高峰。高血压和血脂异常等是主要危险因素

林磊说,脑卒中有八大危险因素:高血压、高血脂、高血糖、房颤、抽烟、酗酒、少运动和肥胖,只要符合其中3点,就属于高危人群。2018年通过对脑卒中常见危险因素的分析,他们发现高血压为最常见的暴露因素,其他依次为血脂异常、心脏病和糖尿病。另外,不良生活方式也是卒中发生的主要危险因素。在不良生活方式中,少食水果的暴露率最高,占到47.1%,其他依次为超重或肥胖、多食肉食、缺乏运动、吸烟、口味偏咸、少食蔬菜和饮酒。2020年,脑卒中危险因素从高到低依次为:1.高血压;2.血脂异常;3.超重或肥胖;4.脑卒中家族史;5.吸烟;6.糖尿病;7.缺乏运动;8.房颤。

“因此,卒中预防应从危险因素入手。举例来说,卒中发病率、死亡率的

上升与血压升高关系密切,高血压患者应注意血压管理。平常要注意合理膳食,减少富含油脂和高糖食物的摄入,改变吸烟、过量饮酒等不良生活习惯。”林磊说。

2018年的筛查数据显示,40岁至49岁年龄组脑血管患病率为2.4%,50岁至59岁年龄组脑血管患病率为6.5%,脑卒中年轻化趋势明显。

“脑卒中严重威胁人们的健康,是因病致贫、因病返贫的重要因素。”林磊说,针对这种情况,需要进一步加强全市卒中体系建设,构建脑卒中全程管理模式;进一步加强脑卒中筛查项目管理,保障项目持续深入开展;进一步普及规范化诊疗模式,提升脑卒中救治能力;同时开展脑卒中健康管理师培训;进一步创新宣教模式,持续开展人群健康宣教工作,全面提升卒中“防、治、管、康”综合服务内涵,普及卒中中等慢性疾病预防知识,倡导健康文明的生活方式。

睡觉总被“抖醒”可能是身体发出的警报

本报讯 长沙周女士最近睡着后经常身体突然一抖,有时像脚下突然踩空,然后从睡梦中惊醒。家中老人说这是缺钙,周女士连着吃了一一段时间的钙片仍未好转。医生表示,偶尔抖一抖翻身继续睡就行了,但如果抖得太频繁了,很有可能是身体发出的警报。

湖南妇女儿童医院疼痛门诊主任医师开垠介绍,快睡着时的突然一抖是一种正常的生理现象,医学上称为“临睡肌抽跃症”。临睡肌抽跃症是指人在即将入睡时肌肉的不由自主抽动,而且通常会伴随着一种跌落或踏空的感觉。有数据表明,大约70%的人在睡梦中抖过。

不过,如果睡梦中抖得太频繁了,可能是身体出现了以下几种情况。第一是身体过度疲劳,工作压力、长时间加班容易引起身心疲劳、精神紧张,会使大脑神经处于持续兴奋状态,在睡觉时引起身体发生一系列反应,比如会不由自主

地出现抽搐。第二是缺钙,这种情况在学生以及发育期的孩子身上比较多见。正在长身体的孩子,如果体内的血钙紧缺,会导致肌肉、神经兴奋性亢进,从而引起痉挛抽搐。第三是脑部疾病,如果伴有头痛、头晕、恶心等症,应尽快去医院做脑部CT或磁共振检查,明确病因。

开垠建议,如果不想总被“抖醒”,首先生活作息要规律,避免熬夜、晚睡。睡前应放松精神,可以适当做一些舒缓的瑜伽、拉伸动作,缓解肌肉紧张,能够减少临睡肌抽跃症的发生。其次是少喝咖啡、茶,过量摄入咖啡因会造成神经敏感、焦虑失调,从而影响睡眠。再次是适当补钙,补钙不只是孩子和中老年人的事,年轻人也应注意钙的摄入,减少因缺钙引发的人睡抽动。最后是避免趴睡,这种睡姿会使胸腔被直接压迫,呼吸容易受到阻碍,从而让人入睡抽动的概率更高。(徐媛)

睡太多也是睡眠障碍

本报讯 睡眠充足身体好,可是你知道吗,睡多了也可能是睡眠障碍的早期征兆,尤其是怎么睡也睡不够,明明比往常睡得多,却还觉得不解乏,那就要注意了。广东省中医院心理睡眠科专科主任李艳近日表示,睡眠障碍有时只是表象,很可能背后还伴随着其他疾病,比如焦虑抑郁等精神心理问题。

李艳介绍,在广东省中医院睡眠专科门诊接诊的患者中,虽然有60%的患者为中青年群体,但这并不代表青少年和老年群体的患病情况少,因为这两个群体的就诊率

可能远远低于10%。老年人的睡眠障碍往往是从睡眠时间短、早醒开始。“但其实人群中各个群体都可能不同程度地睡眠障碍。抗压能力差、过度辛苦、本身睡眠不规律的群体,更容易发生睡眠障碍。”李艳说,来到医院求助的,往往是症状已经十分明显的,已经影响患者的日常生活。她表示,睡眠障碍其实是可以提前干预的。最早期的睡眠障碍可能是从睡眠时间延长开始的,如果发现睡眠的时间越来越长,却总有一种睡不够的感觉,那就要引起注意了。(周洁莹)