

平煤神马医疗集团总医院康复医院：

# 打造“康复+健康”双优质平台

**本报讯** 投身健康管理事业，让百姓在科学的健康理念中受惠，平煤神马医疗集团总医院(以下简称总医院)康复医院以模块化优势打造具有鹰城特色的“康复+健康”双优质平台。

该院重点特色科室有一个门诊(康复治疗)、两个病区(康复医学科两个病区共开设160张床位)、四个中心(健康体检中心、妇幼保健中心、眼视光中心、高新区矿工路社区卫生服务中心)。该院有工作人员236人,包括管理人员39人、医生62人、护士95人、医技人员40人,其中副高级以上职称21人,中级以上职称80人。

## 健康体检中心： 提供有精度有温度的健康服务

总医院健康体检中心每年承担4万职工和群众的健康体检工作。该中心秉承人性化、优质服务理念,为广大鹰城市民打造私人专属的“健康银行”。通过全方位的特色体检和风险筛查,该中心医护人员让健康管理先人一步,普惠鹰城百姓。

“在健康体检机构遍地开花的背景下,我们不断向精度体检方向发展。”该中心主任李晖说,中心依托三级甲等医院的综合实力,集现场体检、健康风险评估、健康会诊、健康指导、健康咨询、健康教育、电子健康档案管理于一体。中心拥有高端彩超、数字X光机、双能X线骨密度检测仪、动脉硬化检测仪等高端先进设备,可提供脑卒中风险评估、个性化基因用药监测、消化系统早癌筛查等个性化健康检测项目。近年来,该中心依托总医院新增的高精尖设备——PET-CT、3.0T核磁共振、256排CT、胶囊内镜等,开展了精细化体检项目,精度体检能力持续领航全市,并跻身省内一流行列。

2020年11月,在全国高级别的健康管理学术会议上,总医院健康体检中心入选全国中心建设名单,成为平顶山区域唯一

一家“国”字头的“健康管理学科建设与科技创新中心”。

“接过‘国’字头的牌匾,就意味着我们要继续前进。随着全民健康的新要求,居民的身心健康正在纳入常规体检。”李晖说,去年疫情后,总医院健康体检中心就与平煤神马集团各单位工会联合探索“心理健康小屋”项目,为企业发展保驾护航。

当年不被重视的职业心理健康测试和指导,通过医院与各单位工会的共同努力,现已完成3200余名职工的测评。以“心理健康小屋”为纽带,近200名因工作或家庭因素而产生心理问题的职工得到了科学的测评和及时的心理干预指导,11位重度心理疾病患者及时得到筛选,从而调整工作岗位,避免了“反社会倾向”心理问题可能造成的危害。

总医院健康体检中心今年计划完成两万余人次的“职工心理健康指导”。截至3月底,该中心邀请的国家权威心理健康讲师李春红教授已分别走进天通电力、总医院康复医院、平煤神马集团运销公司及铁运处等4家单位,为3000余名职工开展了心理健康讲座。

## 妇幼保健中心： 妇幼健康的“守护神”

总医院妇幼保健中心是享誉鹰城的妇女儿童“健康家园”。每年在该中心进行健康体检的女性达3万余人次,万余名儿童通过体检筛查获得健康护航。

“我们切实守护妇幼健康,践行医护人员的初心使命。”总医院妇幼保健中心主任郭洁道出了中心成立40年来在妇幼健康体检领域的使命和追求。该中心开展“四癌”(宫颈癌、子宫内膜癌、乳腺癌、卵巢癌)筛查,每年为3万余人次进行“精准”筛查诊断,护航每一位参与体检的女性健康。

在总医院妇幼保健中心规范建档的

“四癌”筛查数据库里可以看到,宫颈癌前病变的筛查率为0.23%,宫颈癌筛查率为0.019%,子宫内膜癌前病变筛查率为0.023%,子宫内膜癌筛查率为0.0187%。也就是说,在精准筛查下,早筛早诊让女性及早发现癌前病变,避免疾病的发展以及对生命健康造成的威胁。

作为平顶山市最早成立的专业妇幼保健单位,总医院妇幼保健中心切实以守护妇幼健康为己任,多年来经过转型升级的跨越式发展,不断提升守护妇幼健康能力水平,不断扩大为妇女儿童服务覆盖面。去年8月,总医院妇幼保健中心在全市首次将女性盆底筛查纳入体检项目,全年完成3164例女性盆底肌功能筛查,护航产后女性健康。

如今的妇幼保健中心依托总医院康复医院的实力,打造“体检筛查+治疗康复”的一站式服务体系,带给患者全新升级的就医体验。

## 眼视光中心： 专业技术呵护“心灵之窗”

20岁的蓓蓓(化名)初中时眼睛近视。此后6年,她的近视度数并未增加。蓓蓓说,这是因为她在总医院眼视光中心接受了“角膜塑形术”——角膜塑形镜,延缓了近视度数的增长。

总医院眼视光中心主任、学科带头人李慧俐说,该科自2014年开展“角膜塑形术”,目前验配数量已有1000余只镜片。近视人群夜间佩戴角膜塑形镜,白天可获得视力清晰的“无近视”效果,从而控制近视发展速度。目前,该科正着手开展最新的CRT设计角膜塑形镜验配,为近视人群提供舒适性更好的佩戴体验。

及早科学干预是近视防控的重要手段。自2017年起,总医院眼视光中心开展了“视觉关爱——校园行”,通过公益医疗活动,为全市数十所小学、幼儿园3万余名

儿童提供免费视力检查、屈光检测等,通过医校联手综合防控儿童近视。

作为全市最早的眼视光专科,总医院眼视光中心发展已逾20载。眼疾病诊治、弱视治疗、眼镜验配是其三大重点专业方向。李慧俐带领团队持续走在河南省眼视光诊疗专业前沿,为广大患者提供专业的视觉健康服务。该中心现有医技人员18人,其中副主任医师1人,国家一级验光师2人,二级验光师2人,中级职称5人,初级及其他技术人员8人。中心建立至今,共发表国家级期刊论文30余篇,获得市科技进步一等奖1项,二等奖3项。2019年,该中心成为省视光中心“河南省视光学联盟单位”。

## 新华区矿工路社区卫生服务中心： 辖区居民的健康“守门人”

位于新华区豪景湾小区的矿工路社区卫生服务中心内干净整洁、布局完善,总面积1877平方米。该中心配备了全自动生化分析仪、五分类血细胞分析仪、全自动酶免一体机、微量元素分析仪、彩超、心电图机等设备。

“我们是新华区唯一一家拥有6个社区卫生服务站的中心,同时也是总医院康复医院下属卫生服务单位,为居民架起了基本医疗与康复医疗连接的桥梁。”该中心负责人介绍说。

该中心集医疗、预防、康复、保健于一体,承担着辖区4万余名居民的基本医疗和基本公共卫生服务。“工作扎实、服务完善”这八个字概括了新华区矿工路社区卫生服务中心多年来的工作宗旨。因辖区居民众多,该中心成为全市首家对辖区居民全年开放的免费体检单位,全年免费体检人数4000余人次。在忙碌的日常医疗工作之余,该中心不忘服务全民健康的初心使命,多渠道、多方式开展健康宣教、义诊筛查等活动。

(李莹)

## 吃素也能吃成脂肪肝

**本报讯** 有些人认为吃素是解决一切疾病的良药。事实果真如此吗?首都医科大学宣武医院健康管理科护师王艳丽日前表示,营养师经过多年的临床统计发现,长期单一食用素食者患高血脂、脂肪肝的状况并不优于普通饮食者。究其原因,是因为素食的口感太差,素食者往菜里添加的植物油和调味料太多。

真正的清淡饮食指的是在食物多样化的基础上,合理搭配,特点就是尽量保持食物原有的味道,口感清淡,营养丰富,易于消化。长期单一的素食会引起蛋白质摄入不足,这时人体就会动用身体里原来的脂肪成分,通过肝脏代谢来满足身体需求,反而会使脂肪堆积在肝脏。因此清淡饮食不是限制饮食,而是要摄入尽量全面的食材,特别是富含优质蛋白质的食物。(北报)



## 呼吸道疾病患者增多

4月13日,一些患者在新华区人民医院内科就诊。

据该科主任李忠吉介绍,近期气温忽高忽低,冷暖无常,导致呼吸道疾病患者增多。他提醒,天气多变,市民应注意适时添减衣服。

本报记者 姜涛 摄

市计生科研所不孕不育门诊医生提醒：

## 当心黄体功能不足挡“孕气”

**本报讯** “我们已结婚3年多了,但到现在我的肚子都没动静,也不知道到底是什么原因?”近日,在市计生科研所不孕不育门诊,30岁的张女士正急切地向门诊医生刘伟娜。经过诊断,医生发现张女士是因黄体功能不足引起的不孕症。

“婚后我就发现月经量越来越少,有时

候两天就过去了,有时候还会推迟或者不来。我根本没想过它会致不孕。”说起身体的这些症状,张女士后悔没有早点重视起来。据刘伟娜介绍,黄体功能不足约占不孕病因的3%-8%,病因可能是垂体促性腺激素分泌功能欠佳,也可能是子宫内膜的雌激素增殖作用准备不足或内膜对黄体

激素反应欠缺,部分原因可由高催乳素血症引起。其临床表现一般有月经周期过短、经前淋漓出血、生育期妇女不孕或习惯性流产等。

刘伟娜说,判断是否为黄体功能不足,一般需测基础体温。如黄体期体温短于12天,或体温上升较慢,幅度小于0.5℃,或黄体期体温波动较大,均为黄体功能不足的表现,并应连续测定3个月经周期,方可确定。此外,月经来潮12小时内取子宫内膜,若表现为分泌不良,也可作为参考。“对黄体功能不全所致不孕的患者,可在医生指导下采用黄体酮补充治疗或克罗米芬、绒毛膜促性腺激素治疗,通过增加下丘脑和垂体促性腺激素释放激素和促性腺激素的分泌,使排卵前卵泡恢复正常功能并排卵,形成反应良好的黄体及子宫内膜以利于受孕。”刘伟娜提醒女性朋友,黄体功能不足对女性不孕的影响不可忽视,建议适龄女性定期做妇科检查,以便能够及时发现病情、及时治疗。

(牛瑛瑛)

市第一人民医院房颤中心提醒：

## 小心房颤这一“温柔杀手”

**本报讯**(记者魏应钦)房颤是临床常见的心律失常病症之一。因其发病隐蔽、公众认知度较低,很多人甚至不知道这也是一种心脏疾病,更不知道房颤会导致卒中中等严重后果。“与令人谈之色变的冠心病、脑梗死不同,房颤可以说是一个‘温柔杀手’。它的危害是一点加剧的,慢慢地来损害人们的健康。这种常见疾病可导致中风、心功能减退以及生活质量下降。”4月11日,市第一人民医院房颤中心主任张铁须表示,不少人刚开始有房颤时往往不重视它。因为房颤发作的时候虽然比较难受,但忍一忍也就过去了。患者如果拖到出现持续性房颤或者更严重的情况,就会错失治疗的良机。

60岁的刘女士去年经常出现胸闷、气短、喘气等症状,被诊断为阵发性房颤。其

患有冠心病,经常诱发心绞痛,不适合放支架、搭桥等手术治疗。刘女士到该院房颤中心就诊,该中心为其实施了射频消融术。术后,患者不适症状明显缓解。

该中心还让60多岁的患者王先生恢复了基本生活能力。王先生心功能不好,时常喘不上来气,严重影响了生活质量。他到市第一人民医院就诊后,造影显示其没有冠心病,为阵发性房颤。该中心为其实施了射频消融术,并进行药物优化治疗。术后,患者恢复良好,基本可以正常生活。

张铁须说,以上两位患者都是有了不适症状后及时到医院治疗,才没有导致严重的后果,并且基本恢复正常生活。房颤也许相当长一段时间都不会有难受的感觉,或者发作的时候症状较轻,患者觉得可以耐受。这个疾病是进展性的,它会越来越

严重,可能导致严重后果甚至致命。

“曾有一名50多岁的女性患有房颤,但由于症状不明显,她一直没有给予重视。”张铁须说,患者后来病情越来越严重,出现5次脑梗,最终不能说话,瘫痪在床,生活质量很差,给家庭造成沉重的经济负担。

还有一名50多岁的男性患者,其左腿发凉、疼痛,左脚发黑。他到市第一人民医院就诊后,被诊断为长期房颤引发下肢血栓,左膝下部已完全坏死。患者最终只能截肢。

张铁须说,不少人对房颤重视不够,一方面感受不到症状,以为病情不严重;另一方面感觉房颤对自己的生活影响不大,也不太放在心上。其实,房颤的危害并不取决于症状的轻重。长期的房颤会使患者心脏负担加重,最终发生心力衰竭甚至死亡。此外,房颤还容易并发血栓和栓塞事

件,严重的会导致中风、瘫痪、截肢。房颤患者应该进行脑卒中的风险评估及抗凝治疗的出血风险评估,对于脑卒中风险高、出血风险低的患者应该尽早启动抗凝治疗。其中,华法林是房颤卒中预防及治疗的有效药物。

“房颤并不可怕,跟高血压、糖尿病等慢性病一样,只要进行规范治疗,坚持规律监测、定期复诊,保持健康的生活方式和心态,是能得到有效控制的。”张铁须提醒,房颤可导致脑卒中、心力衰竭、猝死等严重后果,老年人特别是患有高血压、糖尿病、心脏衰竭等的人群更要注意。患者如果出现心慌、气短、胸闷等症状,往往是房颤的先兆,千万不要掉以轻心,更不要以为忍忍就过去了,应尽快到医院检查,早诊断、早发现、早治疗。

**本报讯**(记者魏应钦 通讯员王文璐)“能够遇到你们这群有爱心的医护人员,我们真的十分幸运。谢谢你们对孩子的精心救治和捐助,你们的恩情我会永远记在心里。”4月7日上午,早产儿陈宝(化名)的父亲陈先生激动地对汝州市第一人民医院新生儿科主任闫启良和护士长李文萍说。

据了解,陈先生的妻子李女士患有先天性小儿麻痹,生活不能自理,并伴有严重后遗症。尽管经过多次的保胎治疗,李女士还是在35周就有了生产的迹象,他们迅速来到汝州市第一人民医院住院。

3月16日上午,在该院产科周密的准备下,手术如期开始。新生儿科值班医生连利纳早早来到手术室,守护着孩子的出生。宝宝出生后脸色青紫,不会哭,体重仅1.9千克。经过抢救,宝宝复苏后转入NICU(新生儿重症监护中心)。

这时,陈先生夫妻俩心情非常复杂。虽然有了自己的孩子是件高兴事,但宝宝是早产,而且宫内发育迟缓。陈先生平时靠收破烂维持家庭生计,他很发愁孩子的住院治疗费用。

NICU的医生透过胸片,看到宝宝还不成熟的双肺。孩子小脸青紫、发吭、呼吸费力,遂紧急给予呼吸机辅助呼吸,气管插管给予肺表面活性物质应用,促肺成熟。3天至5天,宝宝呼吸稳定。5天至7天,宝宝由鼻饲转为经口喂养。陈宝在新生儿科医护人员的精心治疗下,顺利度过了呼吸关、喂养关、感染关,早产儿的黄疸、心肌损害、脑损害、电解质紊乱也一一得到控制。

因为疫情防控需要,陈先生夫妇无法看到孩子。为了安慰患儿的父母,每当治疗过程中看到孩子进步和改变,连利纳都会用手机拍照保留下来,发送给他们看。经过医护人员20多天的精心照料,孩子体重达到了2.6千克,黄疸退了,吃奶量达到40ml。4月7日上午,陈先生和亲属一起来接孩子出院。

早在出院前的几日,连利纳在科室发起募捐。在闫启良和李文萍的带领下,大家纷纷伸出援助之手,为宝宝捐赠衣物及婴儿用品。该科还为其减免了将近2000元的住院治疗费用,同时捐赠了600元的现金作为生活费用。

据介绍,汝州市第一人民医院新生儿科是汝州市最大的新生儿危急重症救治单位。科室由全封闭式无陪护病区与母婴陪护病区两部分组成,设有NICU、早产儿病房、足月儿病房、感染隔离病房及母婴陪护病房。其中,NICU为垂直层流净化病房,拥有优美洁净的环境、雄厚的技术力量和一流的仪器设备。

## 宝丰县医疗健康集团 成功挽救一急性心肌梗死患者

**本报讯** 对于急性心肌梗死的患者来说,抢救生命就是与时间赛跑。4月8日,宝丰县医疗健康集团人民医院,商酒务分院(胸痛救治单元)接力合作,上演了一场与死神赛跑的生死竞速,成功挽救了一位67岁的急性心肌梗死患者。

当日清晨6时50分左右,宝丰县医疗健康集团人民医院胸痛中心收到商酒务分院胸痛救治单元蒋赏医师发来的一张心电图,诊断该患者为急性心肌梗死,情况危险。蒋赏立即拨打一键启动电话,该院胸痛中心医务人员迅速反应、密切配合,线上指导分院的医护团队,并立即启动导管室。

据蒋赏介绍,该患者因胸痛3小时于当日6时43分到达商酒务分院就诊。6时49分首份心电图完成,6时51分心电图诊断结果回传,确诊为心肌梗死。

该院积极指导商酒务分院胸痛救治单元排除禁忌症后立时给予胸痛“一包药”及“肝素”治疗,转出医院D-TO-D时间26分钟(国家标准30分钟内)。转运过程中,救治单元医师与病人及家属沟通,同意做急诊PCI治疗。该院胸痛中心立即启动导管室,并指导该胸痛救治单元救护团队绕行急诊科及CCU直达导管室行PCI术。到达导管

室后立即行CAG检查,造影结果提示:右冠中段严重狭窄,可见血栓影,血流2级。患者病情极其危重,生命体征不稳定,术前出现血压、心律失常等情况;术中曾行电除颤及心肺复苏。经过医务人员积极的救治,最终患者右冠脉严重狭窄解除,恢复3级血流,D-TO-W时间45分钟(国家标准90分钟内)。目前,患者生命体征稳定、一般情况良好,目前继续康复治疗中。

“急性心梗是严重危及患者生命安全的心脏危急重症,救治心肌梗死患者关键在一个‘快’字,稍有耽搁就会危及生命。”该院胸痛中心医疗总监朱亚军说,患者之所以能得到快速有效的救治,得益于胸痛救治单元与胸痛中心院前院内的无缝衔接。

据了解,像这种急性心肌梗死患者的救治在宝丰县医疗健康集团人民医院胸痛中心时常上演。为了让更多胸痛患者得到快速诊断和及时、规范、高效的救治,打通胸痛救治起跑的“第一公里”,宝丰县医疗健康集团高效推进了胸痛救治单元建设。目前,宝丰县医疗健康集团已有3家胸痛救治单元接受中国胸痛中心总部专家现场验收。

(牛瑛瑛 吴菲)

## 舞钢市人民医院 名医专家故乡行活动启动

**本报讯** 4月8日上午,舞钢市人民医院名医专家故乡行活动启动仪式在八台镇中心卫生院举行。郑大一附院赵燕霞博士、八台镇及舞钢市人民医院相关负责人等40余人参加活动。

为解决群众的医疗需求,舞钢市人民医院推进名医专家故乡行活动,以乡镇卫生院为基地,以“派出一支队伍、提升一项能力”为总要求,进行学科对接、新技术传授。

舞钢市人民医院党支部书记、院长杨星奎介绍说,该院将经常派出名医和专家助力基层医疗卫生事业的发展,把先进的健康理念和医疗技术带回故乡,联网10个乡镇卫生院进行帮扶并充分结合地域因素,重点强化对偏远乡镇的帮扶对接,助力舞钢市医疗卫生事业健康发展。

启动仪式后,舞钢市人民医院专家深入乡镇卫生院开展了门诊坐诊、查房、学术讲座等活动。

(牛瑛瑛)

健康周刊联系电话

18317631155