

新三院·新形象

高血压患者夏天五注意

1.常喝水
夏天,温度较高,出汗较多,可使血液浓缩。尤其是高血压患者,夏季出汗多,易导致血液黏稠度增高,所以要及时补充水分,防止血液过于黏稠而导致血栓或栓塞。因此,高血压病人要主动饮水,每次200~300毫升。

2.睡得足
夏天,气温较高,日长夜短,常使老人睡眠不足,这将影响血压的稳定。高血压患者在夏天应创造温度适宜而幽静的休息环境,除夜间有足够的睡眠时间外,每天还可午睡一个小时左右,这有利于保持血压的稳定。

3.饮食淡
夏天,高血压病人的饮食应以清淡为宜,适当增加富含钾、镁的食物,如新鲜蔬菜、水果中的芹菜、黄瓜、大蒜、绿豆及香蕉等。因钾和镁既可保护心血管,又可促进钠的排泄,有利于保持血压稳定。

4.防温差
夏季让人炎热难耐,大家都大部分时间都会选择在空调房里度过。但是高血压患者就要注意了,高血压患者使用空调时,温度一定不能过低,室内和室外温差不要超过8℃,防止温差变化促使脑血管不断收缩、扩张,引起血管破裂。

5.调药量
研究证明,人的血压是波动变化的,如一天血压波动变

化的规律是早上6点与下午6点血压最高,中午稍低,凌晨2点最低;一年血压变化的规律是夏天偏低。因此,高血压患者需要在夏天调整降压药物剂量,避免血压过低,诱发心脑血管疾病发作,特别要减少利尿剂及含有利尿成分的一些复合剂的应用。



专家链接
段继豪,市三院心内科副主任,副主任医师,漯河市第八批“专业技术拔尖人才”,曾在北京朝阳医院心

脏中心进修,开展高血压、高脂血症、冠心病、心力衰竭、心律失常、动脉粥样硬化性疾病的规范化诊治,特别是对ST段抬高性心肌梗死的早期溶栓和强化治疗,主动脉夹层的早期识别,处于技术领先的地位。擅长规范化诊治高血压、心律失常、心力衰竭、高脂血症等。

漯河市第三人民医院
(市妇幼保健院)
健康关爱 来自三院
地址:沙北黄山路与辽河路交叉口
健康热线:3134198

召陵区人民医院

便民惠民 助力脱贫攻坚

见习记者 刘彩霞
通讯员 张付民

召陵区人民医院在脱贫攻坚工作中,结合自身医疗行业特点,把方便患者就诊和提高贫困户医疗健康水平作为出发点,推出一系列便民惠民措施,着力解决农村贫困人口因病致贫和因病返贫问题,让群众看到医院在脱贫攻坚中的变化,切身感受到脱贫攻坚带来的实惠。

全面推广医联体新型服务模式

近年来,面对群众对优质医疗资源需求不断扩大和医院医疗服务能力不足之间的矛盾,召陵区人民医院积极发挥区级医院在分级诊疗工作中承上启下的作用,全面推进区域医疗联合体建设。

召陵区人民医院积极与区域内的召陵镇卫生院、万金镇卫生院、康利医院等十家医院组成区域医联体,明确工作目标、任务以及医联体各方的责、权、利,形成了贯通上下的医疗联合体。医疗联合体内成员单位可根据病人病情需求,在本单位开具各种医技检查检验申请单,到召陵区人民医院完成缴费后即可直接进

行检查,无须办理挂号、开单等手续。医院开通了24小时电话服务,对医疗联合体内基层患者转诊开辟绿色通道,做到优先派车、专家接诊、检查、住院,实现了乡镇卫生院与区人民医院之间的有效衔接,确保了患者病情能够得到及时救治。同时,待患者进入康复期后,可继续回到基层医疗机构诊疗,检查结果互认互通,无须重复检查,减轻了患者的看病负担,加强了医疗服务的协调性、连贯性、整体性。

作为二级综合医院,召陵区人民医院成立了内科、外科、妇产科、儿科、影像科、检验科等相关科室专业组,制订了医联体内统一的疾病诊疗常规标准,规范了各项考核检查细则标准,并在医疗联合体内部推广应用,确保医疗诊治更加规范化、标准化。医疗联合体各成员单位可确定1~2个重点建设专科(或专病),召陵区人民医院相关临床科室与其建立一对一帮扶,共同制订专科建设计划和实施方案,按计划分步骤进行逐步落实,提升医疗联合体内成员单位整体医疗诊治水平。同时,医院每月安排学科带头人或高年资主治医师以上职称的专家,到医疗

联合体各成员单位坐诊、会诊,开展巡回查房、疑难病例讨论和业务培训。专业技术人员在申报高级职称资格考试前,均安排到基层医疗卫生机构服务一年,医联体内的基层医务人员可定期到召陵区人民医院免费进修。

全面开展家庭医生签约服务

据了解,大多数贫困户中会有家庭成员患有不同程度的慢性疾病或重大疾病,常年医药费花销使得贫困家庭入不敷出、家徒四壁。因此,解决贫困户因病致贫、因病返贫问题,成为脱贫攻坚工作中一项不可忽视的问题。

在扶贫攻坚工作推进中,召陵区人民医院自觉强化政治担当,把开展家庭医生签约服务活动与扶贫攻坚有机结合,让广大群众特别是贫困群众享有更高质量、更加优惠的医疗服务。依托召陵区人民医院医疗联合体,该院与乡镇卫生院和村医形成“1+1+1”家庭医生签约服务模式,深入各镇(街道)开展家庭医生签约服务,家庭医生为居民进行免费体检、建立健康档案、健康咨询、用药指导等医疗

服务,居民可根据需求在召陵区人民医院、乡镇卫生院、村医这个组合内自行选择就医,包括其家庭成员都可享受健康管理、一般常见病及多发病诊疗、门诊预约等一系列服务。考虑到各镇、村普遍存在一些行动不便的留守老人、残疾人等,家庭医生会根据实际情况定期电话回访或提供上门就诊服务,并根据患者的病情需要,及时为患者办理就医、转诊等。同时,对签约家庭医生的贫困人员来院就医,实施门诊医技检查费减免20%,住院费用在新农合报销后,自费部分治疗费再减免20%的优惠政策。

积极推行便民惠民服务

便民惠民,重在落实。为了让广大群众享受到优质、高效的医疗服务,召陵区人民医院积极转变思路,大胆创新,通过考察论证、多方征求职工患者意见,打破以往“先交钱,后看病”的传统就医模式,推出了“先住院,后付费”零押金诊疗服务模式。对纳入新农合、城镇职工医保的病人,不交一分钱即可住院治疗。出院结算时,只需向医院

支付新农合、医保报销后的剩余费用。这种诊疗服务模式的推行,拉近了患者与医院、医生之间的距离,既彰显了医院的实力,也提升了医院的知名度、美誉度。

为了方便患者就诊,召陵区人民医院相继推出了方便轮椅、候诊座椅、便民针线包等各项便民设施,并针对医院新址过往公交车辆少,群众往返不便的问题,推出住院病人免费接送服务,并开通两辆28路终点站到东院区的免费接送车。

一系列的便民惠民举措,拉近了医院和群众之间的距离,和谐了医患关系,真正做到了“方便于民、让利于民”,让广大群众享受到了零距离、便捷、优惠的医疗服务。

金康万安医院请职工家属免费体检

本报讯(文/图 本报记者 齐放)“请家属免费体检,真少见啊!张冰在金康万安医院上班后,越来越孝顺了。医院说要给员工家属免费体检,他就请我和他姥爷来体检身体。我体检了十几项,各项指标都不错!”6月5日上午11时许,在市区长江路金康万安医院的彩超室里,72岁的李书贤和老伴儿刚做完多普勒检查,她激动又自豪地向记者夸奖着站在她面前的外孙。

回报员工奉献 医院免费体检

27岁的张冰已在漯河金康万安医院工作了近三年半,主要负责单位的消防安全、车辆派遣和各项设施、设备维护工作等。在自己的工作岗位上,张冰认真负责,兢兢



员工家属进行免费体检。

业业,各项工作井然有序。“像张冰一样,许多员工为医院的发展默默奉献着,他们有时为了工作,牺牲了休息和陪伴亲人的时间。”漯河金康万安医院院长王卫峰说,“投我以桃,

报之以李。员工们为医院发展做出了贡献,医院也会给他们良好的回报,感谢大家的真诚付出。”

6月初,为了回报员工,保障大家的身心健康,增强医院的凝聚力、向心力,充分体现医院

对员工的关心和关爱,增强员工的存在感、参与感和荣誉感以及员工的主人翁意识,医院预计投入费用约10万元,为职工和家属500余人进行免费健康体检。

弘扬孝慈文化 激发员工动力

6月5日上午,是漯河金康万安医院免费给职工及家属体检的第一天。当天淅淅沥沥地下着雨,许多员工利用不太忙的时间请自己的长辈到医院体检。

“王院长处处为我们职工着想,我们也会更加努力地工作,来回报他的厚爱。”张冰用坚定的话语告诉记者。

“拥有一颗爱家人、爱他人、爱社会之心,是金康万安医院对全体员工最基本的要求。”王卫

峰告诉记者,漯河金康万安医院把诚信建设作为医院的立院之本,以“孝、慈、仁、善”的企业文化为理念,加强员工素质,以更好地服务患者。医院通过开展“行孝道,扬正气,展风采,创品牌”等活动,助推“孝慈仁善”的企业文化发扬光大。

近年来,医院每月都给员工过集体生日,给入驻医院的老人过生日,给50公里内的员工父母送生日蛋糕;员工取得了荣誉,医院敲锣打鼓送奖品到家;每年春节或老人节,医院还举办叩拜父母和给老人洗脚活动;如果员工本人以及父母或者子女有病,医院派人慰问到病床前……这一切,极大地鼓舞了士气,并内化为员工倾心为医院谋发展的动力,促进了医院驶入发展快车道。

医专二附院健康教育专栏

孩子髋关节疾病早预防

发育性髋关节发育不良(DDH),又称发育型髋脱位,主要指孩子出生时髋关节发育不全并在出生后继续恶化的髋关节发育异常。初步统计,孩子出生时,髋脱位发病率为千分之一,髋臼发育不良和不稳定发病率为千分之十。

出生后,有些婴儿轻微的发育不良可自行消失,但是绝大部分未经治疗的髋部畸形会进行性加重,如不治疗,随着孩子发育,病变将继续发展,直至髋关节完全脱位或早期出现髋关节退行性变化,晚期出现并发症,如慢性疼痛、早期骨关节炎、步态跛行或鸭子步态和肢体短缩,诊治延误将导致肢体残疾,给个人、家庭和社会均带来沉重负担。

孩子DDH诊治,关键在于“早”。通过早期筛查以确诊,患儿可以得到有效治疗。DDH患儿尤其6月以下的婴幼儿患者,通过正确有效治疗,大部分可以恢复到接近正常解剖关系的髋关节。而大于2岁的患儿,即使得到了正确的治疗,仍然有可能出现髋关节残余畸形和早期骨关节炎。超声可以早期发现髋关节疾病,而且有以下优点:

- 1.无辐射,不需镇静,刚出生就能应用。
- 2.与X线平片不同,髋臼和股骨头软骨多,超声能很好将其与其他软组织区分。

3.能采用即时、多平面的检查,确定股骨头在髋臼中的位置。

4.能动态地随髋关节运动改变,而获得不同的信息。

孩子患髋脱位并不可怕,应早发现、早治疗,才能减少髋脱位带来的痛苦。



专家链接
贺喜顺,医专二附院副教授,医学硕士,副主任医师,骨三科主任,现为中华医学会河南省分会小儿骨科学组委员会委员,全国骨科转换与创新小儿骨科专业委员会委员。他曾在卫生部北京医院、苏州大学第一附属医院、天津市天津医院儿童骨科进修学习,在儿童骨科、创伤骨科、矫形外科等方面有独到之处,尤其擅长对儿童和成人的骨折、肢体各种畸形等的治疗。

科学组委员会委员,全国骨科转换与创新小儿骨科专业委员会委员。他曾在卫生部北京医院、苏州大学第一附属医院、天津市天津医院儿童骨科进修学习,在儿童骨科、创伤骨科、矫形外科等方面有独到之处,尤其擅长对儿童和成人的骨折、肢体各种畸形等的治疗。

全国百姓放心示范医院
漯河医专二附院
(市骨科医院 市五院)
先做病人的亲人 再做病人的医生
地址:市海河路西段 急诊电话:0395-6164120

“脑血管疾病的日常预防与保健”讲座

6月9日开讲

6月9日上午9时,市健康教育所将与本报联合举办漯河市健康大讲堂:“脑血管疾病的日常预防与保健”讲座,邀请市中心医院副院长谭占国讲解脑血管疾病的预防和保健,让市民了解、掌握、普及预防脑血管疾病的健康科普知识。请市民前来新闻大厦,欢迎您的参与。

专家链接
谭占国,市中心医院副院

长、博士后、硕士生导师、神经外科主任医师,全国卒中筛查基地医院专家委员,河南省神经外科专业委员会委员,漯河市医学会神经外科分会主任委员。从事神经外科临床工作近20年,对重型颅脑损伤、重症脑出血的临床救治以及脑与脊髓肿瘤、脑血管病的显微外科治疗积累了丰富的临床经验,开展的多项重大显微外科手术达到省内先进水平。

我市深入推进医疗卫生专业志愿服务

6月3日,22支医疗卫生专业志愿服务队集中行动,深入各个社区开展志愿服务活动,这标志着我市医疗卫生进社区志愿服务活动已全面铺开。

为持续深入推进医疗卫生进社区志愿服务活动,市卫计

委要求全市各医院要深入社区,开展义诊义治、医疗保健、疾病预防等活动,大力普及卫生健康知识、宣传健康生活方式、提供医疗卫生志愿服务,努力为群众排忧解难,诚心诚意地为群众健康服务。同

时,组织开展社区应急救援志愿者培训班,提高社区志愿者以及街道、社区工作人员、居民的自救互救常识和应急处置能力,提高社区突发公共卫生事件的预防和应对能力。

纪雨辰 谷东方

水痘高发需警惕

近期是水痘高发时节,易感儿童感染病毒后发病率超过90%,且水痘病毒的潜伏期短、极易传染,引起流行。

水痘的症状

- 1.皮疹会首先发生在头、面和躯干部位,继而扩展到四肢,末端稀少,呈现向心性分布的趋势,少数会出现在口腔、生殖器部位,伴有剧烈的痒感。
 - 2.最初的皮疹为红色斑疹和丘疹,继而变成饱满透明的水泡。24小时后,水泡开始变得浑浊,中央开始凹陷、干枯。
 - 3.水痘破溃后,大约2~3天会迅速结痂,周围皮肤的红晕会消失,几天后痂皮脱落。在同一部位,可能会出现皮疹、水泡、结痂同时存在的情况。
- 通常情况下,如果没有并发症,水痘会在两周左右自愈,预后一般良好。感染过后,可永久性免疫水痘病毒。

家庭如何护理

1.隔离。确诊后患儿就不要去上学或上幼儿园,而应在家隔离,隔离期为从水痘出现开始,至皮疹结痂脱落为止。

2.消毒。患儿换洗的衣物、毛巾、被褥、玩具等,也应视情况采取煮沸、暴晒等方法进行消毒。患儿脱落的痂皮要用卫生纸包好用火烧掉,同时注意室内要通风,保持空气清新。

3.止痒。为避免孩子抓挠,留下疤痕,家长要把孩子的指甲剪短,同时常给孩子用干净的毛巾擦干皮肤,保持皮肤的清洁、干燥,避免出汗过多而使皮疹痒。家长也可以给孩子长水痘的地方涂抹一些炉甘石洗剂来止痒。

接种疫苗很重要

水痘疫苗属于二类疫苗,是自愿自费接种的。建议1岁以

疾病预防
健康科普知识
主办:漯河市疾病预防控制中心
漯河市健康教育所

市食品药品监督管理局

切实保障师生饮食安全

为确保考试期间师生的饮食安全和身体健康,防止食物中毒等突发事件的发生,市食品药品监督管理局于近日下发通知,全面部署高考期间食品安全保障工作。

开展全面监督检查。对各考点学校的食堂及其小卖部进行全面巡查,认真排除各类食品安全隐患,重点检查学校食堂加工场所,保证内外环境整洁卫生、食品安全设施能够正常使用。

加强重点环节控制。重点检查考点食堂食品原料采购验收、储存管理、食品加工过程关键环节质量控制、从业人员健康状况及食品添加剂管理、餐饮具清洗

消毒、食品留样管理、食堂内外环境卫生等内容,督促学校食堂严格执行各项食品安全管理制度及有关工作规程。

检查各项制度的落实执行情况。重点检查各考点食堂是否严格落实食品、食品添加剂及食品相关产品采购索证索票、进货查验和台账记录制度,严查无证照经营、销售“三无”、过期、变质、假冒伪劣食品行为。特别检查考点食堂工作人员的晨检制度落实情况,防止“带病”上班。

对检查发现的餐饮安全薄弱环节和存在的问题,责令立即整改,对严重违法违规行为依法查处。

医,面对自己或亲人情绪上、性格上的一些异常表现,往往不愿意接受可能有心理疾病的事实,没有及时找心理医生进行诊断和治疗,结果耽误了最佳治疗时机。赵院长告诉王大娘要及时陪同女儿接受心理咨询和治疗,并和女儿一起直面压力,因为“直面压力才是解决压力的最好办法”。

如何防治情感性精神病

王大娘的女儿刘英(化名)22岁,经人介绍与陈某恋爱。三年后,当俩人准备结婚时,刘英发现陈某竟与另一名女子同居,之后精神受到严重打击。十几年过去了,好多人给她介绍对象,她连看都不看。眼看女儿37岁了还不嫁人,王大娘心急如焚。

关注心理健康
构建心的和谐
漯河市精神病医院(河南省精神病医院分院)
地址:市海河路西段(原粮食局) 急诊电话:0395-6164120