

市三院“最美职工”风采展

用行动诠释医者誓言

——记市三院重症医学科医生耿玲



■本报记者 刘彩霞
耿玲是市三院重症医学科的一位医生，从事临床工作8年。她始终坚持“医者父母心”的原则，急患者之所急、忧患者之所忧、想患者之所想，把患者生命安全放在第一位。

重症医学科(ICU)与普通科室不同，家属不能时刻陪在病人左右，医护人员看到最多的就是家属焦急、担忧的目光。作为一位医生，耿玲觉得自己所能做的就是认真救治每位病人，耐心为病人及家属做好病情解释工作。ICU内收治的都是危重症病人，病情复杂多变，时刻危及患者生命。为更好地服务患者，耿玲不断加强专业知识学习，全面掌握各学科的知识，以便更精准地救治每位患者。

6月的一天，市三院重症医学科收治了一位患有糖尿病、慢性肾功能不全的患者。患者送到ICU时已经陷入昏迷，心率每分钟仅22次，严重高钾危及生命。了解患者基本病情后，耿玲与医护人员对患者输液降钾，进行床旁血滤。每次血滤都要持续十

余小时，其间需要反复监测患者各项指标并及时置换液配比。该患者因病情不稳，需要多次血滤，为稳定患者病情，耿玲加班守护病人，经过3次血滤治疗后，患者意识清醒，精神好转，随后转入普通病房。“对于每一个人来说，生命是最珍贵的，我们都应该珍惜和尊重。作为医生更应该时时刻刻心里装着病人，处处为病人着想，竭尽全力挽救每一位病人的生命。”耿玲用简单、朴实的语言表达出了众多医生

对“大医精诚”精神和高尚医德医风的追求。“除人类之病痛，救死扶伤。”是每位医务工作者的目标，正是因为有了这盏明灯，广大医务工作者才有了努力的方向并持之以恒。每位医务工作者用自己的实际行动诠释这份承诺，耿玲也是如此。她默默坚守在岗位上，以饱满的精神状态、高尚的职业道德、务实的工作作风，兢兢业业地做好自己的工作，用行动谱写医者誓言。

突发心梗如何急救

一提起心梗，很多人胸口会一阵阵发紧。毕竟是突然发生、死亡率很高的疾病，救治可谓刻不容缓。早一分钟到医院，不仅多一分生还的希望，同时对于减少心脏破裂、室壁瘤、致命性心律失常等并发症，提高生活质量，具有重要意义。“时间就是心肌，时间就是生命”。

患者如既往有冠心病(曾有心绞痛或心肌梗死)病史，或有较多的危险因素，如高血压、糖尿病、高血脂、吸烟、冠心病家族史等，出现胸痛可以先平卧(或坐位、背部有依靠)，身边的人尽快拨打急救电话。有条件者可测量血压、脉搏，如血压不低90/60mmHg，典型的胸痛呈压榨性、伴胸闷、有时向左肩或左后背放射、伴大汗，不典型的可表现为腹痛、颈痛、牙痛等(以前曾有类似发作，多有活动或用力诱发、休息或含服硝酸甘油后迅速缓解)，可舌下含服硝酸甘油一片，10分钟无效可再含服一片，无硝酸甘油也可含服速效救心丸(有助于缓解胸痛与紧张)。

如已有明确的冠心病史，心绞痛症状典型(或之前有心肌梗死、心肌梗死时症状相近)，含服硝酸甘油无效，胸痛持续超过15分钟，近期无消化道溃疡、出血病史，可以嚼服阿司匹林300毫克。如伴有血压明显增高，可选用硝苯地平缓释片或控释片，或卡托普利等降压药物使血压平稳。如血压不低但脉搏超过每分钟90次，或脉搏不齐，可口服倍他乐克25毫克。如有胸闷、憋气、大汗、不能平卧症状，血压不低，可口服托普司利改善心功能。

患者常常误认为自己得的是胃炎、消化性溃疡、胆囊炎、甚至阑尾炎等，满不在乎，即便到医院就诊也是看胸外科或普通外科，经过一系列血常规、B超、X线等检查却找不出病因，反而延误了心绞痛或心肌梗死的最佳治疗时机。如心脏病高危人群突然出现腹部疼痛，必须及时进行心电图等检查(几分钟即可出结果)，在排除冠心病、心绞痛或心梗的情况下，再进一步进行其他检查。(更多健康知识请关注漯河健康教育公众微信号)

市健康教育所

首届“金康万安杯·魅力老爸老妈”评选活动 网络投票截止到明日24时

本报讯(记者 刘彩霞)近日，为庆祝“老爸老妈俱乐部”成立一周年，漯河日报社启动首届“金康万安杯·魅力老爸老妈”评选活动，为全市年龄50周岁以上、身心健康且有才艺的老爸老妈们搭建一个展示自己的舞台。

活动报名截止后，老爸老妈俱乐部工作人员立即对报名者按评选原则进行初选，制作投票链接准备开始投票环节。得票总数前40名的参与者，将在重阳节前举办的颁奖晚会上授予“魅力老爸老妈”称号，并现场进行颁奖；本活动参与者可获得纪念奖一份；得票总数前40名可获得价值100~500元不等的奖品；前10名还将在魅力老爸老妈专栏展示风采。

本次活动奖品由漯河市大参林医药有限公司、谢志胜口腔诊所、河南源隆生物科技有限公司、乐邦家政赞助提供。微信投票活动时间为10月9日0时~10月11日24时。想要给老爸老妈投票的市民请按照以下步骤操作：先扫一扫下方二维码关注“老爸老妈俱乐部”微信公众号，然后在微信公众号内回复“投票”两字，获得投票链接，点击链接可进入投票。

每个微信号每天可以投票10票(每天同一选手只能投票一票)。对于违反规则的投票，主办方有权封IP，剔除非正常投票。参与投票的老人如有以下情况，可持相关资料来新闻大厦一楼找工作人员进行申报，增加微信总投票数(各项可累加)；漯河日报社老爸老妈俱乐部持证会员微信投票数+20票；凡个人形象或事迹、作品在《漯河日报》《漯河晚报》、漯河名吧、网等《漯河日报》旗下任一媒体刊登过的老人微信投票+10票(同一内容仅计算一次)。赶快扫描下方二维码，来为老爸老妈投一票吧。

生态环境，还会给医生判断造成干扰，甚至延误治疗的最佳时机。所以，孩子咳嗽时家长要仔细观察有无其他症状，并及时就医。不同原因的咳嗽处理方法大相径庭：若为呼吸道感染，需要注意上、下呼吸道感染特点，搞清感染病原是病毒还是细菌，再规范、足疗程治疗；若为气道异物引发的咳嗽，要立即就医，尽快取出异物；若为过敏性咳嗽，要明确导致咳嗽的过敏性疾病，才能对症下药。

饮食健康

桂花玫瑰茶祛胃寒

胃寒是指脾胃阳气虚衰、过食生冷或寒邪入侵，导致阴寒凝滞于胃腑的症候。其主要表现有胃脘疼痛、受寒加重、得温痛减、呕吐清涎、消化不良、口淡喜热饮等，治疗应暖胃散寒。

这里推荐一款祛胃寒的药茶：取桂花、玫瑰花各3克，开水冲泡饮服，每日2~3次。方中，桂花性温味辛，可煎汤、泡茶或浸酒内服，有温中散寒、暖胃止痛、化痰散瘀的作用，对食欲不振、痰饮咳嗽、口臭等有一定疗效。《本草汇言》记载，桂花“散冷气，消痰涎。凡患阴寒冷气，腹内一切冷病，蒸热布裹熨之”，说明桂花可治腹内冷疾、胃寒。玫瑰花性温味甘，具有理气解郁、和血散瘀的功效，可治胸胁及胃脘胀痛、经期乳房胀痛、损伤瘀阻疼痛以及消化不良、月经不调等症。《本草再新》记载玫瑰花可“治腹中冷痛，胃脘积寒，兼能破血”。两味药材清香纯净，芳香甘美，均能温胃而无过燥之弊，冲泡代茶饮服，能起温胃、理气、散寒、止痛之效，尤其对寒邪伤胃(或寒凝血瘀)引起的胃脘冷痛、胸膈闷气、消化不良等效果较好。胃寒常见于慢性胃炎、胃溃疡、胃肠神经官能症患者，只要符合上述胃寒表现，均可用本方一试。

养阴防燥吃银耳

进入秋季，人的烦躁情绪逐渐收敛，但燥邪伤人，容易阴虚内热、口干便秘、皮肤干痒。因此，饮食方面应养阴防燥，清甜滋润的银耳正是极好的选择。阴虚内热，银耳雪梨汤。阴虚内热者主要表现为两颧红赤、形体消瘦、潮热盗汗、五心烦热(手心脚心)、口燥咽干、舌红少苔、脉细数。可取银耳50克、雪梨1个、冰糖40克、百合少许，先将银耳泡发，去除发黄的根部，雪梨去皮切小块，百合洗净。锅中放入适量清水，大火烧开后放入银耳，再次开锅后，转中小火煮20分钟。放入冰糖、雪梨块，煮20分钟后加入百合，再煮15分钟关火，不要马上打开锅盖，继续焖10分钟便可食用。

胃火过盛，银耳百合羹。胃火过盛、口干便秘者，应当清泻胃火。可取银耳40克、百合10克、冰糖10克。先将银耳、百合洗净后，用温水浸泡1小时，砂锅内倒入适量清水，加入百合、银耳，开锅后小火煲1小时，最后放入冰糖融化后关火出锅。气血两虚，银耳红枣羹。气血两虚者表现为面色淡白、少气懒言、自汗眩晕、心悸失眠，调理应补气养血。取银耳50克、百合20克、红枣8枚、冰糖10克，先用凉水浸泡百合、银耳30分钟，红枣去核。锅中放入适量清水，将银耳煮沸，转至小火慢炖30分钟，再加入冰糖、红枣，煮约40分钟，银耳羹黏稠即可。肝肾亏损，银耳枸杞羹。肝肾亏损的主要表现为腰酸膝痛、头晕耳鸣，调理应当重视滋阴补肾。取银耳50克、枸杞20克、冰糖适量，将银耳洗净泡发，去除根部，枸杞用清水泡10分钟，锅中倒入适量清水，放入银耳，煮沸后转小火煲1小时后加入枸杞，以适量冰糖调味即可食用。

何首乌功效虽多 吃对了才养生

提起何首乌，很多人自然地将其与乌发联系在一起，认为何首乌有补肝肾乌须发的作用。然而近几年不断有服用何首乌导致肝损伤的病例报道出来，一时间生出关于何首乌的种种疑问：何首乌真的会导致肝损伤吗？如果会，又该如何避免？

健康知识

孩子反复咳嗽原因多

咳嗽是一种呼吸道常见症状，几乎所有人都有过咳嗽的经历，儿童咳嗽更令家长焦虑不安。咳嗽是机体的一种重要防御机制，有利于清除气道外来异物和过多分泌物，同时也是许多疾病的信号。咳嗽分为正常咳嗽和特异性咳嗽，正常咳嗽即非病理性咳嗽；特异性咳嗽，指有基础疾病并有相应临床表现的咳嗽，当去除基础疾病，咳嗽症状随之缓解。儿童咳嗽按持续时间分为急性和慢性。急性咳嗽通常症状不超过4周，慢性咳嗽症状大于4周，病因更复杂。

儿童咳嗽常由呼吸道感染、异物、物理或化学性刺激引起，常见原因与成年人不同。孩子患病理性咳嗽时，伴有其他全身或局部症状，如流鼻涕、打喷嚏等上呼吸道感染症状，下呼吸道感染则有气促、面色、唇周青紫和呼吸困难的。若孩子突然呛咳、面色发青、呼吸困难的，还要想到是否为吸入异物。

有的家长未明确孩子咳嗽原因就主观认为是呼吸道感染，往往会误诊、漏诊，错误用药不仅可能导致菌群失调，破坏孩子体内正常微生态环境，还会给医生判断造成干扰，甚至延误治疗的最佳时机。

据《广州日报》

为啥年纪轻轻总忘事

话到嘴边突然想不起来要说什么，满屋子找揣在兜里的钥匙，与人聊天时走神许久才缓过神来……“脑子不好使”的情况在生活中比比皆是。这些间歇性注意力涣散、记忆力衰退、精神恍惚的状况在年轻人中越来越常见，由于与老年痴呆认知功能下降的某些典型症状十分相似，很多人调侃自己得了“青年痴呆”。

从认知心理学角度来看，上述现象的实质是注意执行控制的问题。从事各种活动都需要认知资源的投入，越是复杂的任务需要越多认知资源，而自动化任务对认知资源要求相对较少。人的认知资源是有限的，当你在某些方面投入了过多资源，在其他方面的投入就相应减少。当认知资源不足时，就增加了迷糊与差错的发生概率。

注意力受多种因素干扰，心智游移就是重要原因。心智游移指我们的意识常常会不自觉地转移到与当前任务无关的一些内部思维、想象或体验中去，从而干扰当前任务。对于当代年轻人而言，特别值得一提的是，对手机的高度依赖成为心智游移效应的时代特征。心理学研究也证实，手机依赖与网络成瘾者有更高频率的心智游移，出现更多的认知失误。

立邦 为你刷新生活

不用你动手

墙面漆 木器漆 艺术漆
专业施工服务+专业刷新服务

漯河服务专线: 133 0395 1687

国家税务总局漯河市税务局稽查局 关于公告送达税务行政处罚事项告知书的公告

国家税务总局漯河市税务局稽查局公告2018第1号

根据《中华人民共和国税收征收管理法实施细则》第一百零六条之规定，现将税务行政处罚事项告知书公告送达，自公告送达之日起满30日，即视为送达。

联系电话:0395-2928657
特此公告
附件:涉税企业名单及送达文书文号

序号	纳税人名称	纳税人识别号	送达文书文号
1	漯河市康盛通纺织有限公司	91411102MA3XA9YK11	漯税稽罚告[2018]8号

2018年10月10日

公告

漯河市不动产公告(2018)第711期

根据房屋产权人卢向勇的申请，登记在漯河市金建房地产开发公司名下的土地分割转让登记证遗失，宗地坐落：漯河市金建房地产开发公司3号楼住宅楼405室，用途：城镇住宅用地，类型：划拨，面积：55.91平方米。我中心已初步审查，现予以公告，有异议者请自公告发布之日起15个工作日内持书面材料到我中心提出申请，逾期没有提出异议的，我中心将注销原证书，并办理补办手续。

漯河市不动产登记中心 2018年10月10日

遗失声明

411102614058535)丢失，声明作废。
●临颍县焕卿五金销售部开户许可证(核准号:J5042000291901)丢失，声明作废。
●编号为H411371934，姓名为卢雨轩，出生日期为2006年12月21日的出生医学证明丢失，声明作废。
●爱清诊所开户许可证(核准号:J5040001555901)丢失，声明作废。
●河南省烟草公司郾城县公司企业法人营业执照正本(注册号:4111001300086)丢失，声明作废。