

市中心医院招才引智成果丰硕

本报讯(记者 杨三川 通讯员 谷运岭)10月26日~27日,第二届中国·河南招才引智创新发展大会、中国·河南开放创新暨跨国技术转移大会在郑州召开。会上,市中心医院(漯河医专一附院)院长王海蛟与美国知名心脏病专家、南加州大学凯克医学院罗伯特·沙迪教授签署了心血管疾病(心脏移植)项目,与上海张江医学创新研究院院长、中国工程院院士杨胜利团队签署了肠道微生态诊疗中心建设合作协议。

这是该院继2018年在全省首届招才引智大会上成功签约英国爱丁堡大学教授、国际知名骨科专家丹

尼·波特之后在技术引进方面取得的又一重大成果。罗伯特·沙迪教授现为美国南加州大学凯克医学院副院长、儿科主任,是美国心脏协会、美国儿科协会和国际心脏和肺移植协会及儿科研究协会会员,国际知名的心脏病专家。市中心医院与罗伯特·沙迪教授团队签约后,将加强在心脏移植领域、儿童心脏病领域的现代化治疗和临床研究等方面的合作与交流,进一步提升医院对心脏病患者的救治能力。

杨胜利院士是我国生物技术专家、上海张江医学创新研究院院长。市中心医院与杨胜利院士团队

签约后,将有效整合医院和上海张江医学创新研究院的医疗资源,建设肠道微生态诊疗中心,以肠道微生态临床诊疗技术的应用为导向,集聚基础研究、临床诊疗、大数据及人工智能和生物制剂领域的领军人才团队,积极构建肠道微生态前沿检测、肠道微生态创新诊疗临床示范应用、肠道微生态制剂制备三大技术体系,通过开展肠道微生态临床试验等形式开拓肠道微生态临床诊疗服务新领域和肠道微生态领域产、学、研合作,打造国内领先的肠道微生态领域新高地。

近年来,市中心医院高度重视人才引进与培养工作,先后邀请英

国爱丁堡大学骨科专家丹尼·波特教授、首都医科大学附属北京朝阳医院内科专家张建军教授等20余位国内外知名专家、教授定期到医院进行学术技术交流指导。医院先后与美国南佛罗里达州大学莫桑尼医学院、英国爱丁堡大学皇家医学院、英国剑桥大学医学院等国际知名院校建立了学术交流机制,选派多名业务骨干到美国哈佛大学医学院、南加州大学凯克医学院、英国剑桥大学医学院等深造和交流。美国华人专家会、加拿大白求恩医学发展学会、匈牙利埃斯特哈兹大学等国外专家、教授先后来院考察交流。

河南省中医药学会第二届青年医师急救大赛举行

市中医院急诊团队获佳绩



市中医院急诊团队正在比赛。

杨磊摄

本报讯(记者 刘彩霞)10月25日至27日,河南省中医药学会第二届青年医师急救大赛在安阳市中医院举行,漯河市中医院急诊团队斩获团体三等奖和多个个人奖项。成绩的得来不是一朝一夕,荣誉的背后凝聚着参赛者的努力和汗水。

全力以赴备赛

河南省中医药学会急救分会2019年学术年会暨河南省中医药学会第二届青年医师急救大赛是由河南省中医药学会主办、河南省中

院及安阳市中医院承办。10月11日,市中医院接到邀请函后,急诊科主任麻晓抱着找差距、钻技术的初衷,组队报名参赛。

此次比赛设有800道选择题,100个急救方剂,102个急救穴位,还有心肺复苏、创伤急救、针灸取穴及针刺操作、CT、X线、彩超、心电图判读。参赛项目随机分配,参赛角色随机组合……距离比赛仅剩十几天的时间里,要熟练掌握这么多内容,并非易事。

市中医院副院长陈来恩非常重视赛前准备工作,要求急诊科主任麻晓和护士长袁菲全力配合,对三

位队员进行全脱产集训,以最佳的状态迎接比赛,鼓励参赛队员全力以赴、赛出水平。

得到院领导的大力支持和鼓励后,队员们每天早上7点准时到院进行操作训练,为了节约时间,累了就趴在办公桌上午休,晚上回家后,继续熟悉操作流程并背诵理论知识,直到凌晨才入睡。

为了更快地提高参赛选手的专业技术水平,急诊科主任麻晓、副主任李强对队员们进行心肺复苏操作、心电图判读、影像学判读等针对性辅导。在领队李强的督导下,队员们每天完成十个方剂的背诵,每三天完成一项操作。随着时间的推移,队员们的知识储备越来越多,急救技能越来越娴熟。

荣誉背后是辛勤付出

10月25日,市中医院急诊团队与全省近20个代表队的百余名队员同台竞技,他们精神饱满、胸有成竹,反应迅速、技能熟练,一展我市急救青年医师队伍的自信和风采。经过三天的激烈角逐,他们在赛场上获得了可喜成绩:团体成绩第四名,荣获大赛团体三等奖;急救理论组冯晓芳、杨磊分别荣获二等奖及三等奖;心肺复苏组杨磊荣获一等奖;针灸组张冰荣获二等奖;创伤急救组冯晓芳荣获三等奖。队员杨磊被确定为河南省代表

队队员,准备参加明年举办的中华中医药学会青年医师急救大赛。

市中医院120急救站作为我市最早成立的四个急救站之一,科内急救设备齐全,30余名急救人员均是来自院内临床一线的优秀医生。该科曾多次组织急救人员赴国内知名医院进修,对内科常见病、多发病以及危重症的抢救有着丰富的临床经验。近年来,借着三甲医院复评的契机,市中医院急诊科不断完善绿色通道建设和危重症患者的救治流程,开展“每日一题”学习模式,加强日常急救技能的培训和考核,科内医生综合素质及诊疗技术水平不断提高。该科曾荣获全市2015年急救技术大比武团体一等奖、2016年全市院前急救机构法律法规知识竞赛一等奖、2017~2020年度省级青年文明号等荣誉。

此次比赛,选手们不仅为医院争得了荣誉,还在全省中医急诊平台上展现了青年医生扎实的理论基础、精湛的急救技能和默契的团队配合,彰显了该院青年医师在中医急救方面的实力。他们通过学习、交流急救知识与技能,了解了国际心肺复苏技术的新进展和新理念,达到了以赛促学、提高急救诊疗能力的目的。下一步,市中医院急诊科将继续提高院内急诊综合实力,培养优秀急诊青年人才,推动医院急诊工作迈上新台阶。

市中医院优质服务赢称赞

本报讯(记者 刘彩霞)“我患冠心病多年,大大小小的医院住了好多家,最让我感动的还是咱们中医院内二科。医院不但环境好,而且服务态度也好,就像到家了一样。”在市中医院内二科病房里患者陈先生说。

10月13日晚上,市民陈先生因感冒导致心衰发作到市中医院就诊。当时已是晚上11点左右,

内二科主治医师陈云和护士程辛璐紧急为其办理了住院手续,并把热水、水杯、床铺等都安置好。经过及时的治疗和细心照料,陈先生的症状很快得到缓解。

主治医生了解到陈先生曾因做彩超时间长受凉一事,主动为患者预约床旁彩超。彩超室医生韩萍放弃中午的休息时间为其进

行详细的检查,以患者为主的工作态度令陈先生感动。“另外一件让我感动的事,内二科主任李兰波在查看其他患者途中经过我的床边,主动询问我的情况,对我提出的问题及时答复。”陈先生回忆说,还有一次在输液过程中自己不小心碰到了手上扎的留置针,被护士巡房时发现回血后紧急处理……像这样的小细节还有

很多,患者陈先生都看在眼里记在心里,每当说起都对他们的服务态度称赞有加。在治疗之余,陈先生还经常与护士们聊家常,就像家人一样无话不谈。

“对待患者需要我们医护人员用真心换真情。可能我们所做的都是日常工作,但对于患者来说却令他们感动并记在心里。”内二科 相关负责人说。

幸福感离不开心理健康

心理健康是人在成长过程中,认知合理、情绪稳定、行为适当、人际和谐、适应变化的一种完好状态,是健康的重要组成部分。当前,我国常见精神障碍和心理行为问题人数逐年增多,个人极端情绪引发的恶性案(事)件时有发生。加强心理健康,有助于促进社会稳定和人际关系和谐、提升公众幸福感。要促进心理健康,作为家庭和个人要做到以下几个方面:

提高心理健康意识,追求身心共同健康。每个人一生中可能会遇到多种心理健康问题,我们要主动学习和了解心理健康知识,科学认识心理健康与身体健康之间的相互影响,保持积极健康的情绪,避免

持续消极情绪对身体健康造成伤害。倡导养德理念,提高心理复原力。在身体疾病的治疗中,也要重视心理因素的作用。当自我调节不能缓解时,可寻求心理咨询与心理治疗,及时疏导情绪,预防心理行为问题和精神障碍的发生。

学会使用科学的方法缓解压力。保持乐观、开朗、豁达的生活态度,合理设定自己的目标。正确认识重大生活、工作变故等事件对心理造成的影响,学习基本的减压知识,学会科学有益的减压方式,避免使用吸烟、饮酒、沉迷网络游戏等不健康的减压方式。学会调整自己的状态,找出不良情绪背后的

消极想法,根据客观现实进行调整,减少非理性的认识。建立良好的人际关系,积极寻求人际支持,适当倾诉与求助。保持健康的生活方式,积极参加社会活动,培养健康的兴趣爱好。

促进心理健康还要重视睡眠健康。每天保证充足的睡眠时间,工作、学习、娱乐、休息都要按作息规律进行,注意起居有常。了解睡眠不足和睡眠问题带来的不良心理影响,睡眠不足要及时弥补,出现睡眠问题时要及时就医。要在专业人士指导下用科学的方法改善睡眠,服用药物须遵医嘱。

培养科学运动的习惯对心理

健康很重要。选择并培养适合自己的运动爱好,积极发挥运动对情绪的调节作用,出现轻度情绪困扰时,可结合运动促进情绪缓解。(更多健康知识请关注漯河健康教育微信公众号)

市健康教育所

健康教育
主办
漯河市健康教育所 漯河健康教育微信公众号

国药控股漯河有限公司
提升药品供应保障水平 助推健康漯河建设
地址:漯河市源汇区湘江西路1006号

百次献血英雄榜

坚持献血 初心不改

——记无偿献血者周宏伟



■本报记者 刘彩霞

近日,记者在市区解放路006号献血屋见到了无偿献血者周宏伟。她正在参加献血宣传活动。

“1996年,我在老家黑龙江省佳木斯市参加过献血活动。我父亲是医务工作者,受到父亲的影响,觉得献血可以帮助很多患者。”周宏伟回忆说,后来,因家人

工作调动到漯河定居后一直没有机会献血。直到2013年1月,路过位于新天地的献血车后,她开始了定居漯河后的第一次献血,之后就一直参加献血活动。至今,她已经献血100次,其中血小板190个治疗量,曾获得2015年全国无偿献血金奖。

在献血活动中,周宏伟认识了无偿献血志愿服务队的成员,就加入了志愿服务队定期参加志愿活动,宣传无偿献血科普知识。在周宏伟的影响下,单位的同事和亲人都积极参与献血活动。“现在,我每天早上都沿河堤跑步锻炼身体。在身体允许情况下,我会一直坚持献血,直到超过规定献血年龄为止。”周宏伟说。

人人享有安全血液
漯河市中心血站
地址:漯河市天山路28号 热线:0395-3331389

漯河市康复医院·健康沙龙

膝关节滑膜炎的诊断和治疗

膝关节滑膜炎最常见的症状就是疼痛和肿胀伴局部皮温的增高。膝关节的肿胀主要原因是关节里面有“积水”。医生会从关节里面抽出好几管“水”,有的人抽积液休息一段时间就好了;有的人却反反复复,抽完积液没几天又复发了。

那么,滑膜有什么作用? 膝关节的结构复杂,如果把膝关节腔看成一个“房间”的话,滑膜就像房间里的“壁纸”。正常情况下,这层“壁纸”会分泌少量的润滑液,起到润滑关节和保护关节软骨的作用。

滑膜发生病变的原因是什么呢? 1.感染性滑膜炎:各种感染如细菌感染、结核菌感染等。小儿滑膜炎多属于病毒感染性滑膜炎。 2.原发性滑膜炎:类风湿性关节炎,色素绒毛结节性滑膜炎等。

3.继发性滑膜炎:半月板损伤、出血等,也会引发滑膜炎。意外损伤如外伤、关节长期慢性劳损、手术等。关节不稳定如新鲜或陈旧的韧带损伤引起关节不稳,或滑膜受到骨性压迫、刺激形成滑膜炎。此外,关节老化、退化、骨质增生、痛风等也容易诱发滑膜炎。

滑膜炎的治疗方法有哪些? 1.急性期少活动、多休息。休息是滑膜炎急性发作期最重要的治疗方式,一般需要坚持休息1~2周,期间可对肿胀部位进行冰敷。 2.运用消炎镇痛药与物理治疗。

药物治疗:在滑膜炎的急性期,疼痛严重时,可以口服一些非甾体抗炎药物进行镇痛治疗。

物理治疗:中药热敷、超短波、中低频电疗、蜡疗等,都是有效促进关节积液吸收的方法。 市康复医院提供

专家简介



张迪, 医专三附院(漯河市康复医院)住院医师,毕业于辽宁中医药大学杏林学院,曾在河南中医药大学第一附属医院进修,擅长运用针灸、推拿等方法治疗颈椎病、腰椎间盘突出症、失眠、头痛、骨性关节炎、肩周炎等疾病。

漯河市康复医院
(漯河医专三附院)
地址:漯河市大学路148号
电话:2924120 2112177

爱牙课堂

智齿一定要拔掉吗

智齿指的是上下颌骨的第三颗磨牙,一般在18岁到25岁之间萌出。智齿牙冠周围软组织的炎症叫作智齿冠周炎。智齿冠周炎是常见病,发生的原因主要有以下几点:

- 1.由于下颌智齿萌出最晚,下颌第二磨牙到下颌支前缘的距离不足以容纳下颌智齿,使智齿萌出受阻,在阻生智齿牙冠的周围包盖着一层软组织龈瓣,牙冠与龈瓣之间自然形成一条间隙,内藏食物残渣和细菌,而这里的温度和湿度都利于细菌的生长,在身体健康和机体抵抗力强时,智齿冠周软组织正常,一旦因感冒、劳累或其他原因引起全身抵抗力下降,就会引起牙冠周围发炎、化脓、疼痛等症状。
- 2.由于正常牙与邻牙之间常常形成间隙,容易嵌塞食物残渣,可引起附近的牙周软组织炎症。
- 3.智齿与颊侧黏膜组织常常接触紧密,其颊侧沟内积存的食物不易被清除,

常引起智齿颊侧软组织发炎。智齿是否拔除,要考虑以下情况:阻生智齿反复发作为冠周炎,应予拔除。如果是垂直阻生,且有对牙,病人又在萌出年龄,有足够间隙,估计可以萌出,也可考虑作远中龈瓣切除术,不必拔除。

智齿本身有龋坏或引起第二磨牙龋坏,或引起食物嵌塞时需要拔除。如果第二磨牙破坏较大,松动明显不能保留时,可考虑拔除第二磨牙。如果此时智齿未完全萌出,有可能向近中移动萌出而代替第二磨牙;如果智齿已萌出,有可能作为义齿基牙时,也可保留。

正畸治疗时,为预防前牙拥挤或正畸治疗后畸形复发,应拔除智齿。完全骨埋伏阻生的智齿,怀疑引起某些神经症状的时候,应该拔除。可能成为颞下颌关节紊乱综合征诱因的阻生智齿,应该拔除。

啄木鸟牙科提供

漯河啄木鸟口腔门诊部
电话:2690120
地址:漯河市人民东路479号(人民路与解放路交叉口西行50米路北)