

漯河医专二附院重奖科研“尖兵”

单项奖励10万元, 合计奖励50余万元

本报讯(记者 杨三川) 3月26日, 漯河医专二附院(市立医院、市骨科医院)召开2021年卫生健康工作会议, 会上表彰了医院先进科研团队。其中, 骨科医师刘雅普带领团队完成“老年骨质疏松性骨折综合预防和治疗”项目, 获得10万元奖励资金。

2020年7月, 刘雅普及其团队在院的大力支持下, 积极推进“老年骨质疏松性骨折综合预防与系统治疗”项目。该项目入选2020年度中央引导地方科技发展专项项目库, 获得中央引导地方科技发展资金100万元。参照《漯河医学高等专科学校科研奖励与资助办法》, 经院领导班研究决定对其进行表彰和奖励。

该项目的实施, 构建了覆盖“市、县、乡、村”四级示范点的老年骨质疏松症防治知识宣传教育体系、监控体系, 建立区域骨质疏松症“预防—控制—治疗”三位一体的综合防控体系, 进一步提升了医院的科研创新能力, 推动优质医疗资源下沉, 让先进诊疗手段惠及更多基层群众。

在当天的会议上, 该院还对2020年度获得科研项目奖、实用新型专利、科技论文奖、医学科技奖, 以及开展院内新技术项目、发表论文、取得硕士研究生导师资格的相关人员进行了表彰, 发放奖励资金50余万元。近年来, 漯河医专二附院大力实施“科技兴院、专科带院、质量立

院、人才强院”战略, 把科技创新能力、重点学科建设、人才队伍培养作为重点工作来抓。院在积极倡导创新精神同时, 不断完善创新机制, 营造尊重知识、尊重人才、尊重创新的良好氛围。

同时, 大力推进《学科建设及人才培养“双十”“双百”实施方案》, 即创建市级以上重点专科10个、引进及培养硕士研究生导师10名, 培养“双师型”专业技术骨干100名、引进及培养硕士及以上学历研究生100名。对各级重点学科在人力资源配置、基础设施建设、科研经费投入等方面给予大力支持。对专业技术人员定期安排全员培训, 到国外及国内知名医院参观学习、短期轮训、进修学习。加大人才引进力度, 鼓励在职专业技术人员攻读硕士、博士学位, 通过引进国内知名医院硕博、博导定期来院坐诊、讲学、查房、手术, 指导科研及教学工作, 充分调动各级各类人才投身医院建设的积极性。目前, 已成功引进了湘雅医院唐举玉教授、北京积水潭医院武勇教授等一批

国际、国内知名专家, 对医院的高质量发展起到积极的前瞻性和科学性作用。

2020年, 该院成立了漯河市自身免疫疾病血清学诊断实验室, 成功申报了漯河市微创修复伤口造口专科重点实验室和漯河市血液透析通路建立与维护工程技术研究中心。创伤骨科被市科技局评为漯河市3D打印辅助髌关节翻修创新型科技团队。全年开展新技术新项目26项, 获河南省医学科技奖2项、省教育厅科技论文二等奖4项, 获得国家科研项目立项2项、省科研项目立项2项。在SCI、中华系列“双核心”期刊发表国家级、省级论文百余篇。

重视科技创新, 重奖科研“尖兵”体现了医院对科技人才的重视, 极大激发了临床医护工作者的技术创新积极性。新的一年, 漯河医专二附院将重点加强一流学科建设, 提升人才培养和科研教学质量, 完善教研奖励与资助机制, 深入挖掘全院职工科研创新潜力, 为医院持续高质量发展增添不竭动力。

漯河医保·保障民生

市医疗保障局

开展“一把手坐窗口”活动

本报讯(记者 刘彩霞) 按照全市“一把手体验服务日”活动的要求, 3月30日上午, 市医疗保障局党组书记刘爱民及市医疗保障中心主任杨怀举在黄山路行政服务大厅医保窗口坐班, 深入了解窗口工作实际情况, 要求工作人员要以让群众满意为工作的出发点, 深入了解办事群众的诉求, 听取群众的意见, 特别是群众反映的看病难、转诊难等问题。

刘爱民在窗口体验时, 市民李秀香向她反映了自己的困难。李秀香患有视网膜脱落, 先后到两家医院求医, 均被告知无法治疗。就诊医院表示可以给李秀香请省级专家治疗。李秀香不同意并要求转到郑州的医院, 但就诊医院不予出具转诊单。刘爱民详细了解李秀香的情况后非常重视, 针对转诊转院方面的问题要求经办机构根据群众具体情况具体解决。

推进“医疗、医保、医药”三医联动 保障人民群众就医用药需求
主办: 漯河市医疗保障局

献血小常识

献血前应尽可能保障充足的睡眠。献血前一天的晚餐不要喝酒, 不吃高脂肪、高蛋白的食物, 以免影响化验结果和血液质量。献血后要立即用三个手指压紧采血针眼上的棉球约5~10分钟, 直至不出血为止。献血后休息15~20分钟, 无异样感觉方可离开。献血后针眼处要保持干净。献血后补充营养不可过量, 切勿暴饮暴食, 以免影响肠胃功能。可以进食新鲜蔬菜、瓜果、豆制品、奶制品以及新鲜的鱼、虾、肉、蛋等, 但不要过量, 以免消化不良。春天天气变化快, 献血后注意及时增减衣物, 防止感冒。

献血科科普园地

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

创新引领发展 品质铸就品牌
漯河医专二附院(市骨科医院、市五院)

诚信二院·健康万家

市二院眼科全市首家引进

4D数字化斜弱视视功能矫治系统

弱视在儿童眼病发病率中排名第二, 发病率为3%。传统的弱视矫正方法主要是佩戴视力矫正眼镜, 同时配合遮盖、工具训练等方法治疗。但这些治疗方法的重点在于恢复视力, 忽视了双眼视觉功能的建立。

为有效帮助弱视儿童恢复良好的双眼视觉功能, 市二院眼科特别推出4D数字化斜弱视视功能矫治系统。

4D数字化斜弱视视功能矫治系统是提升斜弱视治疗的新科技。为每个患者量身定做个性化的训练参数, 并在训练过程中随着视力的变化而变化, 使训练具有针对性。该训练方法是把多媒体游戏与传统的弱视训练方法结合起来, 将过去枯燥的弱视治疗变成集治疗、娱乐、智力开发于一体的趣味化训练过程, 符合儿童心理特征, 从而达到更好的治疗效果。

优势一: 大大缩短治疗时间, 快速恢复视觉功能, 减少反弹; 突破12岁以后弱视治疗无望的年龄界限。

优势二: 4D系统实现人机对话。在游戏中完成治疗, 符合弱视儿童的心理特点, 解决弱视儿童治疗的依从性的问题。实现不同等级的患者分级训练。实现个性化, 不再是千篇一律。

优势三: 4D系统精细刺激的训练, 实现了定量阈值训练。先检测, 根据患者的精细分辨率, 给予相应的刺激, 精细训练的同时, 给予多色光的刺激, 实现了精细训练与视觉刺激同步, 检查与训练同步。加大了

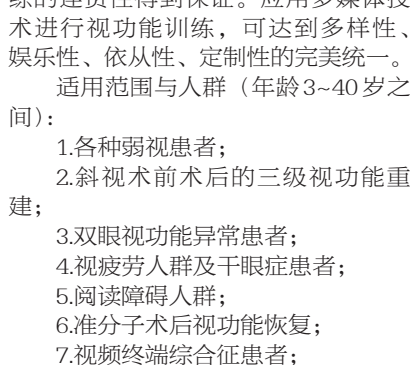
弱视训练量, 缩短了治疗时间。打通了从精细到刺激, 从刺激到融合, 从融合到立体的三个通道, 使斜弱视训练的连贯性得到保证。应用多媒体技术进行视功能训练, 可达到多样性、娱乐性、依从性、定制性的完美统一。适用范围与人群(年龄3~40岁之间):

1. 各种弱视患者;
2. 斜视术前术后的三级视功能重建;
3. 双眼视功能异常患者;
4. 视觉疲劳人群及干眼症患者;
5. 阅读障碍人群;
6. 准分子术后视功能恢复;
7. 视频终端综合征患者;
8. 功能性视力下降;
9. 假性近视及低度数近视人群;
10. 特殊行业体检: 招飞、隐形超标配。

市二院眼科推出的4D数字化斜弱视视功能矫治系统应用一段时间以来, 家长普遍反馈良好, 觉得新训练

方法更具趣味性, 孩子依从性加强了, 恢复效果也更好。

李立



李立, 市二院眼科主任、副主任医师, 河南省眼科医师协会会员、市医学会眼科分会会员、进修于天津市眼科医院、河南省人民医院眼科(河南省眼科研究所)。在眼科常见病、多发病的诊断与治疗上经验丰富, 尤其擅长白内障超声乳化手术、青光眼手术、翼状胬肉、泪道疾病、小儿斜弱视的诊治以及早产儿视网膜病变筛查。

中医·健康

漯河市第二人民医院

漯河市交通路201号

漯河市中医院
地址: 漯河市交通路649号
电话: 5757120 5757399
(豫) 中医广【2021】第01-20-018号

什么是颈椎病

颈椎病又称颈综合征, 是颈椎骨关节炎、增生性颈椎病、神经根综合征、颈椎间盘突出症的总称。是一种由于颈椎长期劳损、骨质增生, 或椎间盘脱出、韧带增厚致使颈椎脊髓、神经根或椎动脉受压, 导致的一系列功能障碍临床综合征。头晕是椎动脉型颈椎病病人的常见症状。

一、劳损。长期使头颈部处于单一姿势, 如长时间低头工作, 易患颈椎病。

二、头颈部损伤。50%髓型颈椎病与颈部损伤有关。一些病人常因颈

椎骨质增生、颈椎间盘突出、椎管内软组织病变等使颈椎管处于狭窄临界状态而出现各种不适。

三、不良姿势。如躺在床上看电视、看书以及高枕睡觉等; 坐在车上睡觉, 由于睡着时肌肉保护作用差, 刹车时易出现颈部损伤。

四、慢性感染。主要是咽喉炎, 其并发症有: 牙周炎、中耳炎等。

五、风寒湿因素。外界环境的风、寒、湿因素可以降低机体对疼痛的耐受力, 使肌肉痉挛、小血管收缩、淋巴回流减慢, 造成软组织血液循环障碍, 继而产生无菌性炎症。

六、颈椎结构发育不良。先天性小椎管、颈椎退变等是一些颈椎病的基础病因。

在生活中,

症状较轻的市民可进行自我锻炼治疗或预防颈椎病。

颈部运动: 头向前倾10次, 向后仰10次, 向左倾10次, 向右倾10次, 然后缓慢摇头, 左转10次, 右转10次。

摆动上肢: 左臂摆动20次, 再右臂摆动20次。

抓空练指: 两臂平伸, 双手五指做屈伸运动50次。

局部按摩: 可于颈部、大椎穴、风池穴附近寻找压痛点、硬结点或肌肉绷紧处, 在这些反应点上进行揉按、推掐。

远道点穴: 在手背、足背、小臂前外侧、小腿外侧寻找压痛点, 并按摩这些反应点。

擦掌摩腰: 将两手掌心并擦热, 随即双手摩擦腰部, 可上下方向摩擦, 做50次。

掐捏踝筋: 两手交替掐捏足踝后大筋。

掐人中穴: 用拇、食指掐人中穴。提揉两耳: 用手提拉双耳, 然后搓揉, 待耳发热为止。

以上方法每日可自行锻炼一次, 手法由轻渐重, 以能忍耐为度, 一般1~2月即可见效。

罗高国



罗高国, 市中医院针灸科主任, 主任中医师, 毕业于河南中医药大学, 擅长针灸、小针刀、臭氧及射频微创治疗颈椎病、腰椎间盘突出症、腱鞘炎、

偏瘫、面瘫、脑瘫、肩周炎以及各种急慢性扭挫伤、强直性脊柱炎、半月板损伤、风湿及类风湿性关节炎、痛经、偏头痛, 尤其擅长小针刀治疗各种颈肩腰腿痛疑难杂症。

如何预防骨质疏松

骨质疏松常见于老年人, 是一种全身性骨代谢性疾病, 可导致骨骼脆性增加, 引起全身疼痛、骨折等, 给患者生活带来不便。其治疗收效慢, 一旦骨折将进一步增加患者痛苦。因此, 做好预防显得十分重要。在这里, 特别强调要落实三级预防。

一级预防: 应从儿童、青少年做起。要合理膳食, 多食用鱼、虾、牛奶、乳制品、鸡蛋、豆类、杂粮、绿叶蔬菜等。坚持科学的生活方式, 如坚持体育锻炼, 多接受日光浴, 不吸烟, 不饮酒, 少喝咖啡、浓茶及碳酸饮料, 少吃糖及食盐, 动物蛋白也不宜过多。哺乳期不宜过长。尽可能保存体内钙质, 丰富钙库, 将骨峰值提高到最大值是预防生命后期骨质疏松的最佳措施。有家族病史的高危人群应尽早防治。

二级预防: 人到中年, 尤其妇女绝经后, 骨量丢失加速。此时期应每

年进行一次骨密度检查, 对骨量快速减少的人群, 应及早采取防治对策。近年来, 欧美各国多数学者主张在妇女绝经后3年内, 即开始长期雌激素替代治疗, 同时坚持长期预防性补钙, 以安全、有效地预防骨质疏松。

三级预防: 对退行性骨质疏松症患者应积极进行抑制骨吸收、促进骨形成的药物治疗, 还应防止摔倒。对中老年移位骨折, 在患者全身情况允许的情况下, 应积极手术治疗。

魏新宽

孩子为何爱发脾气

市民王女士反映, 自家孩子在幼儿园表现很好, 到家后就像变了一个人, 说脏话, 走路不规矩。跟他讲道理, 效果不明显。尝试惩罚他, 也没有效果。该怎么办?

市精神病医院心理咨询师冯玉霞表示, 父母要寻找自身原因, 不要一味地责骂孩子。不少家长往往因为工作忙、压力大, 没时间陪孩子, 有的甚至当着孩子的面吵架, 这些都会影响孩子的心理健康。家长可尝试以下办法:

多些关心: 家长每天留出一些时间与孩子相处, 任何时候都不要忽略孩子的感受。比如耐心听孩子讲在幼儿园发生的趣事, 随时与其互动。

及时引导: 一旦看到孩子有发脾气的迹象, 要设法安抚, 耐心引导孩子说出原因。

给予奖励: 表扬孩子好的行为比惩罚错误的行为有效。比如, 不说脏话给1颗星, 累积5颗星可以拥有一样玩具, 累积8颗星可以去郊游等。

适当惩罚: 如果孩子行为出格, 可以没收其玩具或缩短看动画片的时间。需要注意的是, 把孩子独自关到屋里可能导致其更激烈的行为。

如果家长按照上述建议去做仍然

没有效果, 建议家长到幼儿园了解情况, 还可以求助心理医生。

冯玉霞



冯玉霞, 主治医师, 国家二级心理咨询师, 漯河市精神病医院心理科兼精神科男病区主任。从事精神科临床诊疗20多年, 曾在江苏省苏州广济医院及河南省精神病院进修, 临床经验丰富, 可以对精神分裂症、双向情感障碍、酒依赖及酒精所致精神障碍进行早期干预及诊断治疗。擅长治疗抑郁症、焦虑症、强迫症、失眠症、老年期各类精神障碍及儿童孤独症、多动症、抽动障碍。

关注饮水安全

水是生命之源, 是人体不可缺少的成分。由于环境的影响和每天运动的消耗, 人体内的水分和盐分会大量流失, 此时人体需要通过喝

水补充足够的水分。体内缺水时, 皮肤最先受到影响。水分可以让皮肤光滑、有弹性。饮水不当则会引起中毒或其他疾病。

生活饮用水是指供人生活的饮用水和生活用水。我国现行的《生活饮用水卫生标准》(GB5749-2006) 对生活饮用水水质有严格的卫生要求: 1. 感官性状良好, 透明、无色、无异昧和异臭, 无肉眼可见物; 2. 流行病学上安全, 不含有病原微生物和寄生虫卵; 3. 化学组成对人体无害, 水中所含的化学物质对人体不造成急性中毒、慢性中

毒和远期危害。

日常生活中可以通过以下几个步骤, 简单进行水质辨别:

一看: 用透明的玻璃杯接满水, 对着光源看有无悬浮在水中的细颗粒物。静置数小时后观察杯底是否有沉淀物, 如有则表明水中悬浮杂质较多, 水质不良。

二闻: 用玻璃杯接一杯水, 用鼻子闻一闻是否有漂白粉(氯气)的味道。若能闻到淡淡的漂白粉味道, 说明自来水中含有微量余氯存在, 这是因为自来水做了消毒处理, 是正常现象, 可放心饮用。

三观: 把自来水烧开后泡茶, 数小时或隔夜后观察茶水颜色。如变黑则可能自来水中的铁、锰含量偏高。

四品: 喝白开水时, 口感如有涩涩的感觉, 表明水的硬度可能偏高(但不一定超标)。

五查: 检查家里的热水器、开水壶、热水瓶内壁有无结一层黄垢。如有则说明水中的钙、镁盐含量偏高。水垢一般无须特殊处理。(了解更多疾病预防知识, 请关注“漯河市疾病预防控制中心”微信公众号)

市疾病预防控制中心

疾病防控
漯河市疾病预防控制中心

健康简讯

●3月29日, 市中心血站主要负责人员带领有关人员到帮扶村召陵区召陵镇付庄村走访, 提出了下一步帮扶计划。

刘艳

●近日, 市中医院组建临时接种点, 为漯河职业技术学院两万多名学生接种新冠肺炎疫苗。

赵爱花