压实责任 加强防控

——市中心医院“防疫进行时”系列报道之四

■本报记者 杨三川
通 讯 员 张 岩

为进一步加强对全院新冠肺炎疫情防控工作的组织领导，压实疫情防控责任，确保各项疫情防控措施得到有效落实，市中心医院（漯河市第一人民医院、漯河医专一附院）在疫情防控常态化管理的基础上，制订并出台了《医院领导班子区域包干制度》，将全院划分为7个区域，分别制订了疫情防控工作标准。该院领导班子成员带领职能科室负责人深入分包区域，对照标准，每天4次对全院疫情防控工作落实情况进行“地毯式”排查、密集性督查，确保防疫各项工作具体到事、责任到人。

他们重点督查各区域疫情防控应急预案、制度、流程是否完善，一医一患一诊室、“一米线”防控、病区禁止探视、“两码”（健康码、行程码）查验、登记测温、第三方人员核酸检测等是否严格执行，消杀工作、流行病学调查、缓冲病房设置等工作是否落实，并对督查情况建立问题台账，现场发现问题、解决问题，并向医护人员提问疫情防控应知应会知识，对疫情防控工作措施落实不力、不及时整改的部门以及失职失责相关责任人进行责任追究和相应的处罚。

通过督导检查，该院职工紧绷防疫责任之弦，杜绝了麻痹松懈思想，各科室及时查漏补缺，防疫工作分工更细、责任更实，疫情防护网越织越密，防控体系更加完善，积极为群众就医提供一个安全、放心的诊疗环境。

打造微创治疗新特色

——记市三院普外科

■本报记者 刘彩霞
见习记者 潘潇添

随着工作压力与不良习惯的增加，越来越多的人患上静脉曲张。静脉曲张是一种常见的静脉系统疾病，对人们的生活造成了困扰。市三院普外科不断创新医疗技术，在今年4月开展静脉曲张微创射频消融技术，为广大患者带来了福音。

硬实力支撑科室发展

作为一个集医疗、教学、科研、康复于一体的综合性科室，市三院普外科坚持“强化诊疗质量，追求技术领先”的发展理念，不仅在常见外科疾病诊治方面经验丰富，还开展有胃肠穿孔及胃肠肿瘤的腹腔镜微创治疗、乳腺良性肿瘤的微创旋切、乳腺癌治疗术及保乳手术等微创技术。谈及科内新开展的静脉曲张微创射频消融技术，该科主任谌彦军表示，该项技术的开展，使饱受静脉曲张困扰的患者可就近享受到国家级的诊疗服务。

据了解，下肢静脉曲张主要是因为各种原因导致静脉壁的不健康、薄弱，进而导致静脉迂曲、扩张。该病临床表现为下肢浅静脉弯弯曲曲突起于表皮如同蚯蚓状，易引起腿部疲劳、疼痛、肿胀。大隐静脉曲张、小隐静脉曲张都属于下肢静脉曲张。“如果不及时治疗，静脉曲张就会越来越严重，长期的血液瘀滞会造成下肢皮肤营养不良，有可能会出现皮肤发黑，甚至溃烂，久治不愈。曲张血管内瘀滞的血液还可能会形成血栓，引起静脉炎，导致下肢深静脉血栓，严重影响患者生活质量。”谌彦军说。

为了帮助患者缓解病痛，今年4月，该科积极引进射频消融系统和设备，特邀北京大学第一医院介入血管外科副主任医师、外科学博士郭宏杰来市三院普外科，指导开展静脉微创射频消融技术。“郭宏杰在2005年博士毕业后从事血管外科临床诊治工作，已完成各种血管外科手术一万多例，尤其擅长大隐静脉曲张微创射频消融治疗。他也是漯河人，之前我市不少患者专门到北京找他看病。”谌彦军说，为了更好地服务我市及周边地区的患者，郭宏杰教授每月定时来医院，在手术、门诊坐诊及查房等方面给予指导，为广大静脉曲张患者提供高质量的诊疗服务。

新技术造福广大患者

该科开展静脉曲张微创射频消融技术后，许多患者前来治疗。一位37岁的女士从事财务工作，长期久坐导致双腿静脉曲张明显，常年穿长裤遮盖，严重影响其生活。今年7月，听说市三院普外科开展了静脉曲张微创射频消融技术后，该患者便通过电话预约就诊。接诊后，该科医护人员经过详细检查，确认患者的病症是大隐静脉合并小隐静脉曲张，郭宏杰教授为其制订个性化的治疗方案后进行手术，效果显著。

传统的静脉曲张抽剥术切口长、创伤大，患者痛苦大、住院时间长，而静脉曲张微创射频消融技术，不需要切除病变静脉，而是在彩超引导下，经患者膝关节附近穿刺大隐静脉，置入射频导管，到达隐股静脉交界处释放热能，作用于静脉血管的内膜，使血管壁变性、挛缩，致静脉腔皱缩，最终令血管纤维化永久闭塞。该技术的应用缩短了患者的住院周期，具有痛苦小、恢复快等优点。目前，该科在郭宏杰教授的指导帮助下，成功为二十多位大隐静脉、小隐静脉曲张患者完成了静脉射频消融手术。

市三院普外科主任谌彦军（左一）与郭宏杰教授（右一）在门诊为患者检查。 市三院提供

“目前，市民对于静脉曲张的健康知识了解甚少，不够重视，往往等到该病发展为重度、严重影响生活后才想到治疗。”谌彦军说，在生活中，市民要养成良好的生活方式，避免久站或久坐。他建议大家工作两个小时左右就要站起活动10分钟，可有效缓解下肢血液淤滞。对于静脉曲张的高危人群，如教师、售货员、厨师、医生等，由于他们长期站立，下肢血液会受重力影响而回流不畅，因此在日常工作中可以穿戴医用弹力袜或弹力绷带，减轻下肢静脉压力，预防静脉曲张。同时，下肢静脉曲张严重或有下肢沉胀感的市民，要尽早到医院进行专业的检查和治疗。

为眼病患者带来光明

——记漯河中西医结合眼科医院院长梁振华

梁振华为患者检查。 漯河中西医结合眼科医院提供

■本报记者 刘彩霞

提到漯河中西医结合眼科医院，漯河本地人以及周边地区的市民都有所了解，不少外地群众更是不远千里来院寻求治疗。近日，该院一位来自福建的患者张先生，向记者详细讲述了自己千里就医的经历。

今年46岁的张先生家住福建省莆田市仙游县。2020年6月，他在工作时，左眼突然视物模糊不清，当时并未在意。几天后，由于左眼依旧看不清楚东西，他才去就医。经检查，他被确诊为视网膜分支动脉堵塞。张先生到多地医院诊治，眼睛都未见好转，并被医生告知，其眼底细胞已经坏死，没有继续治疗的必要。于是，张先生决定放弃治疗。后来，他通过邻居得知漯河中西医结合眼科医院对眼部的疑难杂症有独特的治疗方法。今年5月份，他便抱着试一试的心态来到我市，找到了漯河中西医结合眼科医院院长梁振华。

在了解患者病情后，梁振华对其进行个性化治疗，采用口服中药配合针灸疗法从内而外地调理患者身体，促进眼部组织细胞恢复活性。两个月后，张先生的病情明显好转，对目前的治疗效果非常满意。“我一个外地人在漯河人生地不熟。住院期间，多亏梁院长和医护人员的悉心照顾，帮助我解决不少困难。”张先生感激地说，他觉得梁振华不但医术好，而且有一颗体恤患者的仁心。目前，张先生已经出院。梁振华通过微信随时关注张先生恢复情况并指导其用药。

梁振华说，该院开展多项眼部疑难杂症的治疗，他个人专攻眼底黄斑变性。眼底黄斑变性是国内外眼科界公认的最难治疗的致盲眼病之一，有年龄相关性黄斑变性和先天性黄斑变性。其中，年龄相关性黄斑变性多发于50岁以上的老年人，以视网膜黄斑区出血、出现玻璃膜疣等病理改变，导致患者中心视力严重下降，严重的会造成患者失明。

梁振华专攻眼科30余年，通过积极探索，运用传统中医针灸、穴位埋线，搭配特制的中药辨证方剂，并结合西医眼科的影像检查，屡屡攻克难关，为眼底黄斑变性患者带来福音。“眼底黄斑变性的预防比治疗更加重要。”梁振华说。

梁振华深知，医学要进步，不仅要依赖科学技术的发展，还需要人文精神的滋养，他将继续带领医护人员用仁心仁术为眼病患者带来光明。

健康快讯

市中心血站

筑牢安全防线 保障血液供应

连日来，市中心血站组织人员成立检查组，不定时对全市各无偿献血网点进行疫情防控专项检查，进一步筑牢疫情防控和采血安全防线。

在专项检查中，检查组按照疫情防控措施和《血站新冠肺炎疫情常态化防控工作指引》要求，重点对工作场所的清洁与消毒、医疗废弃物的处理以及工作人员的防护、查验进出人员“两码”（健康码、行程码）等方面进行检查，确保献血者和血站职工的身体健康、生命安全。同时，要求各献血点严格落实疫情防控各项措施，增加采供血环境消毒频次，让广大市民安心、积极献血，让广大患者放心、及时用血。

吕 颍

市中医院

医疗援疆工作受赞扬

本报讯（记者 刘彩霞）近日，市中医院收到来自河南省对口支援新疆工作伊吾指挥部发来的一封感谢信，对市中医院长期以来对援疆工作的大力支持表示感谢。

据了解，新一轮我市对口支援哈密市伊吾县以来，市中医院根据上级要求，积极选派该院内科医生介卫华、中医科医生陈昌立、麻醉科医生田鹏辉参与医疗援疆工作。援疆一年半以来，三位同志勇于担当、履职尽责，充分发挥党员的先锋模范作用，深入当地疫情防控一线，积极参与并落实疫情防控工作。在医疗工作中，他们将市中医院先进的诊疗技术和管理经验带到伊吾县人民医院，为该院培养了德才兼备、技术精湛的青年医生骨干团队，帮助伊吾县医疗事业实现高质量发展，赢得了伊吾县干部群众的高度赞扬。

健康体检与管理服务

随着生活水平和文化素质的不断提升，人们对身体健康越来越重视，很多人都做过体检，那么，大家对体检了解多少呢？

“体检就是我们通常说的健康体检，主要为了解受检者的健康状况、尽早发现健康隐患，也称之为预防保健性体检。”市六院健康管理中心主任马建红解释，如今，体检不只是对身体进行检查，还延伸到了后期的健康管理服务上，“体检不等同于诊疗，它更大的作用是收集身体健康指标信息，进而评定身体的健康情况。”

“由于性别、年龄、体质等因素的影响，不同的人体检的项目略有不同。”马建红说，男性主要进行体脂肪率、血脂、血糖、微量元素、甲状腺、肺功能、骨密度、前列腺、肿瘤筛查等方面的检查；女性主要进行子宫及附件、乳腺、骨密度、肿瘤筛查等方面的检查，有性生活的女性30岁以后，建议每年做一次宫颈刮片检查；老年人主要进行骨密度、心血管、眼底、动脉硬化、血糖、血脂、血流变等相关检查。不同职业人群的体检重点也不同，比如教师由于粉尘对肺部和咽喉部的刺激以及长期站立和不良坐姿对腰椎、颈椎的影响，应做胸片、腰（颈）椎正侧位片检查；销售人员由于饮食不规律、饮酒量大，易造成消化道疾患，可加做幽门螺旋杆菌、血糖、血流变等检查项目；长期伏案工作者颈部、腰部有不适症状就应做颈椎、腰椎方面的检查项目。如果有明确的某种疾病的家族史，应增加与之相关的体检项目。

多久体检一次才合适？体检间隔时间因人而异，要从实际出发，结合自己的年龄、性别、职业、健康状况和家族病史等综合考虑。健康状况良好的青壮年每年可进行1次～2次体检；体质较差，尤其是患有高血压、冠心病、糖尿病、精神病和肿瘤等带有遗传倾向疾病家族史的人，至少每年体检一次；中老年人患各种疾病的概率明显增加，因此，体检间隔时间应缩短至半年左右，特别是60岁以上的老年人，间隔时间应在3个月～4个月左右。如果条件允许，最好每次都能由固定的医生进行检查，以便全面、系统地掌握受检者的健康状况，并对受检者进行健康指导。

市六院提供

■相关链接

市六院健康管理（体检）中心是省卫健委首批准入的具有健康体检资质的医疗单位，总面积2000平方米，分为男宾、女宾两个体检区。该中心配备有80余台国内外先进的医学检诊设备，拥有一辆设备齐全的流动健康体检车。临床体检技术人员涵盖内科、外科、妇科、儿科、肿瘤科、影像科、超声科、检验科等二十多个科室。该中心可开展体检项目300多项，年体检量可达3万余人次，体检服务覆盖全市及周边地区200多家企事业单位，还可为受检单位制订健康管理方案，并为其提供一对一健康教育指导及上门体检等服务。

新冠病毒核酸检测的作用及检测时的注意事项

新冠病毒感染人体后，会在鼻腔、咽部、下呼吸道等处“定居”，并进行繁殖。通过采集人的鼻咽拭子、痰液等标本进行病毒核酸检测，可以判断人体是否感染了新冠病毒。在人群中开展新冠病毒核酸检测，对早诊早治、疫情防控具有重要的意义。在密切接触者及公众等人群中进行核酸检测有助于及早发现新冠病毒感染者，特别是及早发现那些已经感染了病毒，但尚未出现症状的人，从而有利于及早采取隔离和治疗措施，既可以避免传染他人，又可以减少自身疾病发展而造成重症的风险。因此，根据要求，科学合理地开展核酸检测，既有利于精准防控疫情，保护群众健康，又有利于保障人员合理流动，维护社会经济和生产生活秩序的稳定。

在有新冠疫情发生的地方，如有必要开展大规模的核酸检测，每个人都有责任和义务做好配合，这既是对自身健康负责，也是对他人和社会负责。

那么，参加核酸检测时，大家应该注意哪些事项呢？

一是检测前要带好身份证或户口本，佩戴口罩，另外准备一个备用口罩，提前把姓名、身份证号、现住址、联系电话写张纸条交给工作人员，听从现场检测人员安排，自觉排队，并始终与其他人保持一米以上距离，请勿拥挤。

二是核酸检测前2小时尽量避免进食，检测前30分钟不喝水、不喝酒、不吸烟、不嚼口香糖。

三是临近检查时要减少吞咽，不做清嗓子等动作。

四是检测过程中尽量不要触碰检测台等物品，与检测台保持适当距离，不要触碰采集人员防护服，更不要把自己的手机等物品放到检测台上。

五是被检测者采集口咽拭子时，头要后仰，尽量放松，做深呼吸，张口发出“啊”的音。部分敏感人员可能出现刺激性干咳、恶心、呕吐等症状，休息后即可缓解。

六是被检测者在采集鼻咽拭子过程中可能出现鼻部酸痒感，打喷嚏时要立即用纸巾或手肘遮挡，如有口腔水肿、充血等症状要避免采集鼻咽拭子，避免污染样本。鼻咽拭子采样后可能出现少量鼻腔出血，一般不需要处理。如果出血量较多，请及时到医院进行处理。

七是核酸检测前后要始终注意手部卫生清洁。采样后要立即洗手或用免洗酒精擦拭双手，带上备用口罩，将废弃口罩投入指定医用垃圾桶，不要在采集点周围吐痰扔垃圾。采样后立即离开现场，不必等待结果。

全员核酸检测人员多、排队等待时间长，大家难免会心情急躁，此时希望大家能够体谅坚持在各个卡点岗位上的医护人员、社区工作者和志愿者。让我们每个人自觉做好个人防护，众志成城，战胜疫情。

河南省卫生健康委员会
河南省疾病预防控制中心提供

献血科普园地

为什么不能空腹献血

很多人认为去医院体检抽血时要空腹，所以献血也需要空腹。其实不然，空腹采血是某些血液检测项目的要求，其目的主要是防止血液稀释、检测指标上升等问题以保证检测数据准确。

空腹易导致血糖相对降低，献血过程中血容量下降，容易造成献血者产生轻、中或重度献血反应。献血前10至12小时未进食，献血者会出现献血反应：四肢无力、头晕、脸色苍白、皮肤冰凉、大汗、恶心呕吐、脉搏缓慢并短暂性意识模糊。

餐后献血是目前无偿献血的主要做法。适量进食即可增加血糖浓度又可增加血容量，可大大减少献血反应特别是中、重度献血反应的发生。专家建议，献血者要餐后献血且献血前两餐宜吃素食，避免饮酒、过多吃肉，这样即可减少献血反应的发生，又可避免乳糜血等血液质量问题。献血后，要注重营养搭配，多吃些瘦肉、鸡蛋、豆制品、新鲜水果和蔬菜，多饮水，切忌暴饮暴食，也不用刻意进补。只要吃得科学合理，就能在短时间里恢复失去的部分血液。

市中心血站提供

前列腺增生有哪些症状

前列腺增生又被称作前列腺肥大，是中老年男性常见疾病之一。夜尿次数增多是前列腺增生的早期信号之一。如果男性以前不起夜排尿，现在夜间排尿一至两次，可能是前列腺增生引起的；如果起夜排尿次数从两次增加到四五次，甚至更多，说明病情加重了。

男性平时要留意以下症状：

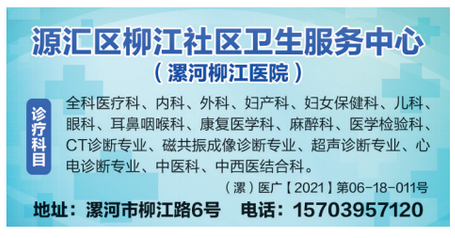
1.出现尿急症状，并且不能憋尿；

2.即使上厕所很久，还是感觉没尿干净；

3.排尿时需要等很久才能尿出来，而且尿液呈点滴状。

如果这几种症状频繁出现，要重视并及时就诊。不过，良性的前列腺增生不是癌症，也不会转化为癌症，但是和前列腺癌的早期临床症状相似。所以，患者一旦出现排尿困难的症状，要尽早去医院接受检查，不能大意。

赵 勇

■专家链接

赵勇，漯河柳江医院副院长、外科主任，主治医师，擅长肾结石、输尿管结石等泌尿系统疾病的微创治疗。他是我市第一届、第二届微创外科专业委员会委员，市首届血管外科专业委员会委员，市第二届、第三届显微外科专业委员会委员，曾先后在河南科技大学第一附属医院、省人民医院、郑州大学第二附属医院进修。