

漯河卫健·健康漯河

我市启动2022~2026年度临床重点(培育)特色专科建设

11月18日,由市卫健委组织的市2022~2026年度临床重点(培育)特色专科建设启动会召开。会上宣读了2022~2026年度漯河市临床重点专科、重点培育专科和特色专科目录的通知,并为91个重点(培育)、特色专科代表单位授牌。随后,市中心医院、市骨科医院(医专二附院)负责人分别代表专科建设单位发言。

会议充分肯定了全市临床重点专科建设取得的成绩,指出了存在的问题。会议强调,当前我市临床专科能力建设面临重要发展机遇,国家出台《“十四五”国家临床专科能力建设规划》,从国家、省、市、县不同层面分级分类开展临床重点专科建设,实施临床重点专科“百千万”工程,促进临床专科均衡、持续发展;河南省持续优化资源布局,引导优质医疗资源扩容延伸、区域布局协同发展,构建完善优质高效的省、市、县三级医疗服务体系,推进省辖市“十大专科”建设;全市大力实施名医带名科、名科促名院、名院育名医“三名联动”战略,制订了《漯河市临床专科能力提升工作方案》,不断提升全市

医疗卫生机构建设发展水平。会议要求各县区、各单位认清发展形势,紧抓加强临床专科能力建设的重要机遇,通过以下措施推动全市临床专科能力持续提升:

科学规划实施,全力推动临床专科能力建设落地见效。专科建设是医院发展的核心,抓好临床专科能力建设要以国家、省、市临床重点专科建设项目为推动力,积极探索,主动工作,做好专科发展建设近期谋划和长远规划。

加强过程管理,压紧压实临床专科能力建设主体责任。要更好地把握医疗服务技术发展方向,引入竞争机制,加强动态管理,通过加强重点专科建设,带动医院整体医疗服务水平的提升,满足群众多层次的就医需求。

强化保障措施,营造临床专科能力建设的良好氛围。要立足现实,锚定长远,落实重点专科建设优惠政策,实行“四优先”(经费投入优先、科研立项优先、设备购置优先和人才培养优先),确保各项配套政策和资金投入及时落实。

李龙飞



市中心医院疼痛科团队。

■本报记者 尹晓玉

近日,市中心医院疼痛科收治一名男性患者。该患者一个月前患上带状疱疹,经治疗,疱疹虽消退,但神

——记市中心医院疼痛科

该患者疼痛感消失,康复出院。

疼痛是人们生活中常见的感受,有时会随着疾病好转而消失,但也有不少人在病情好转的同时,疼痛并没有随之消失,而是转为慢性疼痛,严重影响生活质量。疼痛科则专门为这类人群提供诊疗服务,为他们解除疼痛的折磨。

由于很多人对疼痛科不了解,近日,记者便到市中心医院疼痛科进行采访。市中心医院疼痛科始建于2001年,目前已成为豫中南最大的综合性疼痛诊疗中心。该科现已开放病房床位15张,拥有便携式超声、低温等离子微创手术系统等一批国内外先进的治疗设备,有医护人员13名,其中副高以上职称医生2名、硕士研究生3名。

自该科成立以来,已为3万余名患者解决了疼痛。目前,该科年接诊病人达8000人次。该科主任汪庆汀擅长以微创介入手段治疗以顽固性腰腿疼痛及以三叉神经痛、带状疱疹后遗神

经痛为代表的神经病理性疼痛和晚期癌痛。近年来,在他的带领下,该科共开展新技术新业务30余项,其中25项填补了我市空白。该科开展的三叉神经半月节微球囊压迫术等技术水平位居我省前列。

汪庆汀表示,该科在为患者采取药物治疗及神经阻滞、臭氧水注射、手法松解、银质针、小针刀等疗法的基础上,提供颈椎间盘射频及臭氧联合消融术、关节腔臭氧水灌注术等国内前沿的多元化微创诊疗服务。

“疼痛既是一种症状,也是某些疾病的预警信号,患者千万不可忽视,否则可能会错过最佳治疗时机。所以,出现自己无法处理或原因不明的疼痛时,不要一味地忍耐,要及时到医院就诊。”汪庆汀说,为疼痛患者创造无痛的轻松生活是市中心医院疼痛科全体医护人员努力的方向。他们将继续锐意进取,为居民健康做出更大贡献。

诚信二院·健康万家

运动能否缓解脖子疼

生活中,很多人曾出现脖子疼痛的问题,这与我们不良的工作方式和生活方式相关。颈椎上承头颅、下接躯干,既是脊椎中活动最多部位,也是神经中枢最重要的部位,更是心脑血管的必经之路,一旦发病后果严重。

如果长期有颈肩部酸痛的症状,或已被医生诊断为颈椎病的人群,简单进行运动锻炼有效果吗?市二院中医针灸科副主任康复治疗师陈莉介绍,颈型颈椎病症状较轻也较常见,神经根型颈椎病、脊髓型颈椎病以及不典型表现的椎动脉型颈椎病、交感型颈椎病则比较严重。

“要明确颈椎病理类型后再判断是否能够进行运动锻炼。”陈莉解释,一般来说,只有单纯的颈肩部酸痛的颈型颈椎病患者是可以进行运动锻炼的,出现下列情况则禁止运动:1.明确有病理改变(如颈椎间盘突出);2.出现神经压迫症状(如胳膊疼痛、麻木、腿部无力);3.颈椎病急性发作期;4.运动后症状加重或第二天起床后出现新发症状。“颈椎病的发病原因是多元化的,结合个人症状,有针对性地进行综合治疗,才能取得良好的治疗效果。出现上述症状时应及时就医,在医生指导下进行治疗。”陈莉说。

市二院提供



■专家链接

陈莉,市二院中医针灸科副主任康复治疗师。她是河南省康复医学会物理治疗分会常务理事、漯河市康复医学会常务理事、漯河市康复医学会物理治疗分会副主委。她擅长骨科康复、运动损伤康复、脑卒中后遗症康复、截瘫康复以及颈肩腰腿痛、肩周炎、周围性面瘫、三叉神经痛、网球肘、肥胖等疾病的治疗。她发表国家级论文12篇,获市级科技成果1项,参与省级课题2项。



漯河市第二人民医院

冬季养生 中医有妙招

桃、板栗、桂圆等;黑米、黑豆、黑芝麻、黑木耳、乌骨鸡等黑色食品能入肾、强肾。

起居调养

《黄帝内经》中指出,冬季养生要“早卧晚起,必待日光”。立冬时节应当增加睡眠时间,早睡晚起。早睡可养人体阳气,晚起能养人体阴气,但晚起并非赖床不起,应以太阳升起的时间为度。

衣着厚薄要合适,以防寒保暖。衣着过少过薄易感冒又耗阳气;衣着过多过厚则腠理开泄,阳气不得潜藏,寒邪易于侵入。

何为眼底黄斑变性

人之所以能看到东西,主要是眼底视网膜感光细胞(视细胞)的作用。黄斑区位于视网膜中心凹部,面积只有针头大小,是感光细胞集中区域。黄斑区是人能看到物体的关键部位,一旦发生病理改变,感光细胞(视细胞)就会失去功能而致人失明。黄斑变性是国际眼科界公认的最难治的眼病之一。

眼底黄斑变性临床上分为萎缩型老年性黄斑变性和渗出型老年性黄斑变性,两者临床表现有所不同,病理发展也不同。萎缩型老年性黄斑变性的患者多在45岁以上,双眼同时发病,视力下降缓慢;渗出型老年性黄斑变性患者的视力会急剧下降。

眼底黄斑变性是一种慢性眼病,可引起不可逆的中心视力下降或丧失。老年性黄斑变性多发生在45岁以上,年龄越大,发病率就越高。中老年人平时生活中要注意避免造成黄斑区损伤的因素,一旦视力出现改变或视物变形,要及时就诊,明确病因及诊治,保护好视功能。

漯河中西医结合眼科医院提供



■专家链接

梁振华,漯河中西医结合眼科医院院长,市第六、第七届人大代表,市知名中医专家,河南省健康促进会委员。他是我省较早采用中西医结合诊治眼部疾病的专家之一。他从事眼科临床工作30余年,在治疗黄斑病变、眼底病变、视网膜病变、眼底出血等方面有独到之处。



运动调养

“冬天动一动,少闹一场病;冬天懒一懒,多吃药一碗。”冬日虽寒,仍要持之以恒地坚持锻炼。冬季宜选择轻缓的运动,如八段锦、太极拳、散步等,应在向阳的地方锻炼,运动强度以微微出汗为宜。

情志调养

《素问·四气调神大论》曰:“冬三月,此谓闭藏……使志若伏若匿,若有私意,若已有得。”意思是欲求精神安静,必须控制情志活动,尽量恬淡安静、寡欲少求,这样可以使神气内收,利于养藏。切忌情绪激动及与人争吵,

会动怒伤肝。

经络调养

立冬养生离不开滋阴潜阳、保养肾脏。下面给大家分享两个补阳养肾的方法,简单有效。

八段锦第六式(两手攀足固肾腰):前屈后伸,双手攀足,使身体与腰部得到拉伸牵扯,调理腰背的肌肉,以达到强肾健体的目的。

五禽戏-虎戏-第二式(虎扑):虎戏的虎扑式运动腰及脊柱四肢骨关节,主练肾与骨,按摩肾脏,疏通肾、膀胱经,固肾壮骨。

市中医院中西医结合副主任医师 常新勇

怎样检查泌尿结石

在临床上怀疑泌尿系有结石的患者,需要通过以下方法检查是否有泌尿系结石。

尿常规检查。看是否存在感染的情况,它的表现为可有血尿或者是镜下血尿。

泌尿系超声。因为超声是无创性的,所以一般作为首选。典型的结石在B超下是强回声,在其后方常伴有声影。但因为肠道气体的干扰,比较小的结石和输尿管中段的结石不容易被发现。

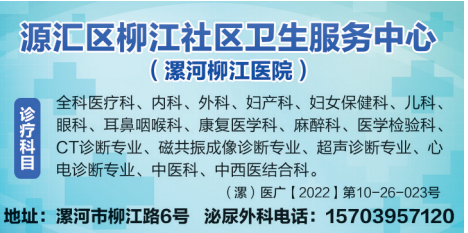
腹部X线平片。它可以发现含钙比较高的结石,通俗一点讲就是比较硬的结石。

泌尿系CT检查。在临床上,CT检查是常用的检查方法,可以发现5毫米以下的小结石。该项检查既可以看有没有结石,也可以判断结石的大小、部位、密度,还可以判断是否有肾积水以及肾积水的程度。 赵 勇



■专家链接

赵勇,主治医师,漯河柳江医院(柳江社区卫生服务中心)微创泌尿外科、介入超声微创诊疗康复中心主任、业务副院长。他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,曾获市“优秀百名医师”称号。他擅长肾、输尿管、膀胱及尿道结石腔内微创碎石取石术及前列腺增生症、膀胱肿瘤等疾病的腔内微创手术治疗。



漯河医保·保障民生

市医疗保障局

多措并举助企纾困

本报讯(记者 刘彩霞)近期,市医疗保障局持续深化医疗保障领域改革,结合实际出台一系列助企纾困举措,优化营商环境,助力企业发展。

阶段性实施缓缴职工医保单位缴费政策。自2022年9月起,对符合条件的中小微企业实施阶段性缓缴职工医疗保险(含生育保险)单位缴费政策,免申即享,实施时间为3个月。

保障退休职工待遇。退休职工医保待遇不受单位在职职工医保缴费影响,确保缴费困难企业退休人员及时享受待遇,解决困难企业退休职工难题。

持续落实门诊特殊用药“双通

道”管理。参保者购买门诊特殊用药不需要垫资,定点药店获取其信息后即可实时结算,助力药店进一步拓展经营业务、拓宽经营渠道。

落实医保资金结余留用及医保基金预付政策。对落实药品带量采购的医疗机构执行医保资金结余留用政策。截至目前,全市共拨付结余留用资金89.3万元,全市预付医保基金1885.94万元。

同时,市医疗保障局将持续完善医疗保障制度,以打造“审批材料少、办事流程优、工作效率高、服务质量好、企业获得感强”的营商环境为目标,努力为医保服务对象提供更优质的服务。



预防流行性出血热

流行性出血热(法定乙类传染病),国际上又称肾综合征出血热,是一种经鼠传播、由汉坦病毒引起的,临床上以发热、出血和肾损害为主要特征的急性传染病。该病起病急、进展快,若救治不及时可导致死亡;尤其是姬鼠所携带的汉坦病毒感染,住院患者病死率高达10%以上。该病四季均可发病,我市近年来发病高峰期每年10月至次年1月。

流行性出血热的传染源

流行性出血热是自然疫源性传染病,野栖的黑线姬鼠和家栖的褐家鼠是主要宿主动物和传染源。汉坦病毒对外界环境抵抗力低,加热及常用含氯消毒剂等可灭活病毒。

流行性出血热是怎么传播的

鼠类感染汉坦病毒后为无症状持续性感染,长期携带病毒、持续性排毒,在鼠尿液、粪便和唾液中均可检出病毒。

人感染的途径主要有以下三种:

1.当含有汉坦病毒的鼠尿液和粪便被搅起漂浮到空气中时,人通过吸入含汉坦病毒的气溶胶而感染;

2.人通过被携带病毒的鼠咬伤,或接触含有病毒的鼠尿液、粪便或鼠窝,再触摸自己的眼睛、鼻子、嘴巴等黏膜而感染;

3.进食被鼠类携带病毒的排泄物所污染的食物,可经口腔或胃肠道黏膜感染。

什么人容易感染流行性出血热

每个人均可感染流行性出血热相关病毒,不同人群发病的情况与接触传染源机会多少有关。男性青壮年农

民、牧民和工人发病率较高,病后可获得稳固而持久的免疫力,极少见到二次感染发病。

感染后会有哪些临床表现

人感染汉坦病毒后潜伏期通常为7天~14天,因就诊早晚和治疗措施的不同,临床表现各异。典型临床表现具有三大特征,即发热、出血和肾损害,还可表现为头痛、眼眶痛、腰痛和面、颈、上胸部充血潮红,呈酒醉样貌。如果出现上述症状,应及时就医。“三早一就”(早发现、早休息、早治疗和就近治疗)是该病预后好坏的决定因素。

怎么预防流行性出血热

1.灭鼠、防鼠是预防肾综合征出血热的主要措施。

2.避免与鼠类直接接触或与其排泄物、分泌物接触。处理鼠排泄物、死鼠及清理脏乱杂物和废弃物(如稻草、玉米秸秆等)时必须戴口罩、帽子和手套等。

3.食物或粮食要采取防鼠措施,不吃生冷食物或被鼠类排泄物污染的食物。

4.尽量不在野外食宿。

齐亚辉 赵桂壮

