

提高医疗水平 服务辖区群众

——记召陵区万金镇卫生院



召陵区万金镇卫生院团队。

■文/图 本报记者 刘彩霞
召陵区万金镇卫生院始建于1966年9月，是一家集医疗、预防、保健、健康教育、康复指导于一体的综合性医院，肩负着该镇7.6万人及周边群众的医疗工作。该院多次被市、区卫健委评为老百姓放心医院。2018年，该院被国家卫健委评为群众满意的乡镇卫生院。2020年，该院在国家卫健委开展的“优质服务基层行”活动中表现突出，被国家卫健委、国家中医药局通报表扬。2021年，该院被市卫健委评选为“六好”医院。

目前，召陵区万金镇卫生院有职工116人，其中专业技术人员93人，副主任医师3人、主治医师32人，具有本科学历30人。该院占地面积9600平方米，开放床位150张，分内科、外科、骨科、妇产科、儿科和中医康复科六个病区，设置内科、外科、骨科、妇产科、儿科、中医理疗科、耳鼻喉科、手术室、公共卫生科等相关科室，并设有核磁共振室、螺旋CT室、检验科、超声科、多普勒室、心电图室、碎石科等医技科室。该院拥有美国进口彩超2台、DR摄影机、全自动生化分析仪、全自动血球分析仪、尿尿仪、血凝仪、电解质分析仪、多普勒、心电图机、心电监护仪、多功能自动颈椎牵引床、胎儿监护仪、波姆光治疗仪、电动洗胃机等设备，满足乡镇居民基本就医需求。

作为一家基层卫生院，要想为更多的患者提供优质的医疗服务，就必须在实践中创新、在创新中发展。该院扎实开展各项基本公共卫生服务工作，着力加强基础设施建设，发展特色专科，培养专业技术人才，不断开发新技术、升级医疗设备，切实提高医院综合服务水平。同时，该院积极推进分级诊疗，加强医联体建设，为患者提供全面的保障。目前，该院已与漯河医专一附院、漯河医专二附院、市二院、市六院、召陵区人民医院签署医联体合作协议，邀请上级医院专家定期来院坐诊，解决患者疑难病症，并指导院内医护人员开展手术。经过近几年的发展，召陵区万金镇卫生院医疗专业技术水平有了大幅度提高，能够完成本地常见病、多发病和部分疑难重症的诊疗任务，积极开展优质护理工作，为患者提供全面、全程、专业、人性化的护理服务，群众满意度不断提高。

召陵区万金镇卫生院相关负责人表示，该院医护人员将继续坚持“全心全意为人民健康服务”的宗旨，加强人才队伍建设，努力提升专业医疗技术水平，竭诚为辖区群众提供优质、高效、便捷的医疗卫生服务。

市中心医院 积极推行会诊转诊一站式服务



市中心医院远程会诊中心。 本报记者 张晨阳 摄

本报(记者 张晨阳)在急危重症和疑难复杂疾病的治疗中，患者和家属往往辗转多家医院、多个科室，不仅费时、费钱、费力，还容易错过最佳治疗时机。为破解患者“多跑路”难题，市中心医院推行会诊转诊一站式服务，优化诊疗流程，为患者提供精准的治疗方案。

“以前看病需要辗转多个科室，现在只要挂一次号，专家就聚在一起为我们提供系统的诊疗方案。”近日，在市中心医院消化内科病区，准备做手术的李先生感慨地说。

李先生就诊时被诊断出患了癌症且癌细胞已转移。市中心医院立即组织胃肠外科、转化医学病区、消化内科、肝胆外科、影像医学科、病理科、心胸外科、内镜室等科室专家会诊，综合会诊意见决定先实施转化治疗。转化治疗结束后，经过评估，李

先生达到手术条件，于是医护人员立即为李先生预约了胃肠外科和心胸外科手术。

“整个过程中患者不用再到相关科室挂号和办理各种手续，只需要配合医生的诊疗方案就诊即可。”市中心医院消化内科病区负责人告诉记者，患者的每一步诊疗都要经过团队的会诊和评估。

为了方便患者就诊，市中心医院MDT(多学科会诊)服务包括门诊MDT和住院MDT。门诊患者可以主动提请MDT会诊，接诊医师可以发起MDT会诊。门诊患者或其亲属要求会诊的，可直接到该院MDT诊疗中心，由诊疗中心工作人员按流程为患者安排会诊。目前，该院已有危重症、复杂肠道疾病等几十个MDT团队。

根据患者病情需要及实际需求，管床大夫提出申请、预约会诊时间，专家远程会诊并反馈会诊意见……为贯彻落实省、市卫健委推行“便民就医少跑腿”七大举措决策部署，市中心医院成立远程会诊中心，针对疑难

复杂病患者，充分发挥远程医疗协作网协调联动作用，及时完成线上会诊。这是该院积极推行会诊转诊一站式服务的又一次成功实践。

市中心医院远程会诊中心是提升优质医疗服务可及性的重要抓手。该院远程会诊中心上联北京协和医院、河南省人民医院、郑州大学第一附属医院等国家级、省级医院开展远程会诊，同时全面覆盖医联体内各成员单位，利用网络技术平台将牵头医院的专家技术资源共享给基层医院，并实现了市、县、乡三级同时远程会诊的功能，让患者在基层医疗机构就能够享受三级医院的诊疗服务。

为了更好地服务基层，市中心医院定期举办基层医疗机构医务人员培训讲座，提高内、外、妇、儿等临床常见病和多发病的诊治水平。

针对需要上转的危重症患者，市中心医院按照分级诊疗要求，开辟双向转诊绿色通道，开通医联体双向转诊热线，打造了线上双向转诊平台，为转诊病人提供一站式便民服务。



扩大覆盖范围 惠及更多群众

——市中心医院“心电一张网”基层实践之一



郭坤峰为村民穿戴心电图检测设备。

■文/图 本报记者 刘彩霞
全市“心电一张网”是市中心医院承担的2022年市定民生实事，当年免费向基层医疗机构发放心电图机100台用于基层群众心电图监测。项目运行一年多来，该院已无偿为基层医疗机构诊断心电图8000余份，筛查出心肌梗死、严重心律失常患者千余人，大幅缩短了急性心梗、恶性心律失常患者的救治时间，提高了救治率，收到了良好的社会反响。今年，该院再次购置心电图机200台，由院长刘东亮带领心血管内科团队向基层医疗机构免费发放，并讲解使用方法、开展心

电诊断服务，进一步扩大“心电一张网”覆盖范围，让更多患者受益。

“医生，我这两天有点儿胸闷。”“过来坐下，我用心电图检测设备给您检查一下。”6月21日上午，在召陵区万金镇郭庄村卫生室，郭坤峰医生正在给一名村民进行心电图检查。他为此名村民穿戴好设备后，拿出手机打开软件，心电图随即生成。他将基本信息补充完整后，将此心电图上传至市中心医院“心电一张网”诊断中心。5分钟后，专家远程读图出具结果，提示该村民心电图情况正常。

交谈中，郭坤峰告诉记者，这套穿戴式心电图检测设备是在5月25日参加市中心医院举办的第二期医联体基层医疗机构“心电一张网”培训班时免费领取的，目前已为二十多名村民进行心电图检查。5月30日8点，76岁的村民董大爷来到村卫生室测量血压并表示呼吸困难。郭坤峰发现董大爷血压偏高，立即对其进行心电图检查。5分钟后，检查报告显示董大爷二度二型房室传导阻滞且心率慢，需要立即就医。董大爷选择自行到户口所在地医院住院治疗。6月10日晚上9

点多，村民王大娘因胸闷、胸痛到村卫生室就诊，郭坤峰立即对其进行心电图检查。检查报告提醒部分心电图波段有异常，建议进一步检查。郭坤峰立即帮助王大娘联系万金镇卫生院，使其得到了及时有效的治疗。

“1998年我到村卫生室工作，至今已有二十多年。村里老年人多，不少人患有高血压、糖尿病等基础疾病。这个穿戴式心电图检测设备能在第一时间排除就诊者是否有心脏方面的问题，帮助我们基层医生明确诊断，发现紧急情况及时将患者转至上级医院就诊。”郭坤峰说，以前村民出现胸痛、胸闷等症状时，想做心电图检查需要专程到镇卫生院。一些老人嫌路程远，拖着不愿意检查，从而延误了诊治的最佳时机。如今，村卫生室有了这个穿戴式心电图检测设备，方便村民随时进行心电图检查。市中心医院心电图诊断中心提供24小时实时、高效、精准的远程心电图判读，并指导开展急危重症患者救治，把患者和基层医疗机构、市级医院紧密连接在一起，切实为人民群众的生命健康保驾护航。

诚信二院·健康万家

“二阳”后会头痛吗

近期，很多患者反映“二阳”后出现了头痛的症状。在所有头痛患者中，大约90%的患者为原发性头痛，也就是找不到其他原因的头痛，主要特点是反复发作，但一般不会引起严重后果。头痛不是二次感染新冠病毒的典型症状。患者如果在感染后出现头痛，通常可能是由神经组织受到刺激、血管扩张导致的。发热、咳嗽等症状也会诱发头痛。还有些患者“二阳”后心理压力较大，导致睡眠质量不好，也会出现头痛症状。

“二阳”后头痛该怎么办呢？市二院神经内科副主任医师顾浩介绍，要合理休息。患者感染新冠病毒后免疫力处于下降状态，此时尽量不要过度劳累、不要熬夜，要保证充足睡眠；在饮食上吃一些有助于改善神经异常及缓解疼痛的水果和食物，比如苹果、香蕉、猕猴桃、鸡蛋、瘦肉等。



■专家链接

顾浩，市二院神经内科副主任医师，医学硕士，中国老年保健医学研究会掌厥分会委员、中国抗癫痫协会会员、河南省医学会抗癫痫分会青年委员、河南省抗癫痫协会电图分会常务委员、河南省癫痫防治康复专业委员会委员、河南省医师协会神经病学医师分会青年委员、河南省卒中医学青年理事会理事、漯河市医学会癫痫病专业委员会副主任委员。他擅长脑血管病、癫痫、睡眠障碍、头晕、头痛及情感障碍等疾病的诊治。他在专业杂志上发表论文30余篇，其中SCI论文1篇；获得漯河市科学技术进步奖3项、河南医学科技奖二等奖1项；参与完成省级课题3项，申请省级课题1项。

顾浩提醒，如果“二阳”后出现以下几种头痛症状应尽快就诊：1.持续性头痛和频繁发作头痛，且持续加重。2.有高血压病等卒中危险因素，如伴有恶心、呕吐、肢体麻木、无力等症状。特别强调，如果头痛不能耐受，需要及时到正规医院就诊，通过药物治疗能够缓解疼痛以及增强身体解毒代谢能力，也可以通过针灸、艾灸、按摩等方法来缓解。具体情况需要到医院咨询医生。排除禁忌证后尽早用药治疗，不要随意自行服药，以免贻误病情。 市二院提供



漯河市第二人民医院

宫颈癌患者术后如何锻炼

宫颈癌是妇科常见的恶性肿瘤，患者可能需要进行手术、放疗、化疗等。但是，这些治疗措施会导致患者下肢淋巴水肿、神经感觉不敏感、排尿不适。此时患者可以通过以下运动以缓解不适：

腹式深呼吸。仰卧于床上，松开腰带，放松肢体，由鼻慢慢吸气，充分鼓起肚皮，再慢慢吐气，吐气坚持10秒~15秒，每分钟呼吸4次~5次。深呼吸横膈下降时及深呼吸腹肌收缩时，均有助于淋巴液流动，腹内压及胸腔内压的改变还会促进中央淋巴管内液体向

胸腔内流动。

凯格尔运动，也就是我们常说的提肛运动。患者拔出尿管后可以选择此项锻炼方法。选择一个舒适的姿势，放松臀部和腹部肌肉，收缩盆底肌肉5秒后放松2秒~6秒，连续做15分钟~30分钟，每天重复3次；或每天做150次~200次，持续3个月或更长时间。提肛运动可以促进肛周血液循环，使局部充血减轻、炎症消退，可以促进宫颈癌术后患者伤口恢复。经常做提肛运动还能有效锻炼腹部及臀部肌肉，促进肠蠕动，缓解便秘。

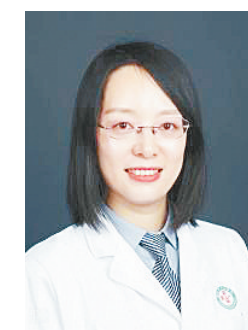
除此之外，患者平时也可以选择一些较为舒缓的运动，例如散步、慢跑、做低难度的瑜伽等，锻炼到微微出汗即可。不宜剧烈运动，以免加重病情。

那么，什么时候开始做这些运动呢？一般术后腹部及阴道残端切口愈合且各项指标恢复平稳就可进行以上锻炼。

宫颈癌患者的运动要注意循序渐进、量力而为，避免适得其反，会对身体造成不必要的损伤。如果手术创伤较大、术后体力较差、不能下床，可在床上做肢体运动和翻身动作，以运动量小、节奏可控的锻炼项目为主。如果身体恢复良好，可逐步加大运动量。

梁金玉，市中心医院盆底医学·私密整形·整体塑形·康复中心副主任，硕士研究生，现任河南省医院协会盆底医学分会第一届委员会副主任委员、中国康复医学会产后康复专业委员会第一届盆底医学组委员、漯河市妇科肿瘤专业分会委员兼秘书。她擅长尿失禁、子宫及阴道脱垂、阴道松弛、陈旧性产科裂伤等盆底功能障碍性疾病的手术及康复治疗以及私密整形、减脂塑形等。

(漯)医广【2023】第01-09-001号



■专家链接

梁金玉，市中心医院盆底医学·私密整形·整体塑形·康复中心副主任，硕士研究生，现任河南省医院协会盆底医学分会第一届委员会副主任委员、中国康复医学会产后康复专业委员会第一届盆底医学组委员、漯河市妇科肿瘤专业分会委员兼秘书。她擅长尿失禁、子宫及阴道脱垂、阴道松弛、陈旧性产科裂伤等盆底功能障碍性疾病的手术及康复治疗以及私密整形、减脂塑形等。

(漯)医广【2023】第01-09-001号

冒期间要注意戴好口罩，避免与他人密切接触。但是，如果出现长时间咳嗽、呼吸急促或呼吸困难等严重症状，应及时就医，积极配合医生治疗，避免引起肺炎等严重疾病。

张智博



普通感冒不普通

流感是由流感病毒引起的发烧、咳嗽咽痛、全身疼痛乏力等特征的呼吸道传染病，具传染性较强，易在冬春季大范围流行，被列为《中华人民共和国传染病防治法》中的丙类传染病进行监测管理。那么，相对于流感的普通感冒是不是就不会传染呢？答案是否定的。

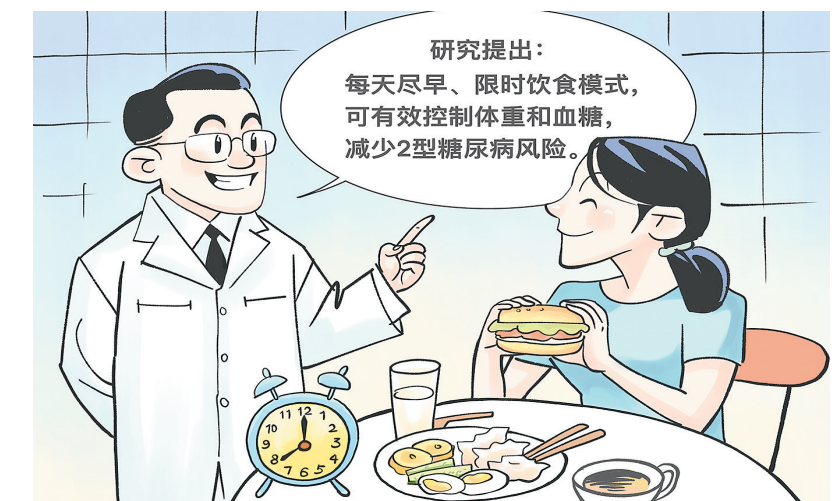
普通感冒通常是指急性上呼吸道感染性疾病，多由鼻病毒、副流感病

毒、呼吸道合胞病毒、埃可病毒、柯萨奇病毒、腺病毒等引起。这些病毒也可通过呼吸道飞沫传播，但通常不会引起严重疾病，多为自限性，多发于冷热交替之际。

虽然普通感冒大多并不严重，但是我们也不能掉以轻心。众所周知，这些病毒“欺软怕硬”，专爱攻击儿童、老人等免疫力弱的人群。有研究显示，2009年~2019年，全国急性呼

吸道传染病病原体构成中，引起儿童感染的仅呼吸道合胞病毒的检出率(25.7%)就远高于流感病毒的检出率(14.2%)。

所以，我们要注意防范普通感冒的发生，在感冒多发的季节要注意个人防护，外出规范佩戴口罩，公共场所注意卫生等。如果患上普通感冒也不用过于担心，坚持对症治疗，大多一周时间就会好转。感



中国有句俗语：“早饭吃好，午饭吃饱，晚饭吃少。”美国一项新研究佐证了这一说法。研究人员提出，每天在早起后8小时内吃东西、其他时间不吃，可有效控制体重和血糖，减少2型糖尿病风险。

新华社发