

## 健康快讯

我市全链式医养结合  
项目建设推进会召开

5月8日，市卫生健康委组织召开全市全链式医养结合项目建设推进会。

会议听取了项目建设进展情况汇报，全面梳理了项目推进中存在的堵点难点。郾城区淞江社区卫生服务中心负责人党静结合工作实际，分享了机构规范化建设的关键环节和安防风险防控要点，为新建项目提供了参考。

会议要求，各单位要压实主体责任，强化协同联动，紧盯手续办

理、设施建设、服务提质，倒排工期、挂图作战，全力推动项目建设提质增速、落地见效。

在交流研讨环节，市卫生健康委四级调研员李飞飞围绕备案承诺、消防审验、职能增设等，深入分析了项目建设中存在的突出问题。参会单位逐项明确整改措施和完成时限，建立问题台账，实行清单化、销号式管理，确保项目建设顺利推进。

杨红娟

我市启动居民  
健康素养监测工作

5月9日，市卫生健康委、市疾控中心共同组织召开2026年全市居民健康素养监测工作启动培训会。

市疾控中心党委书记陈卓总结了2025年全市监测工作成果，并对2026年工作作出安排。会议要求，进一步细化工作方案、明确样本点位和时间节点。今年将完成2400份居民健康素养问卷调查，从全市卫生健康系统抽调100名专业骨干组建调查队伍，健全协同工作机制，

为全市居民健康素养监测工作有序开展提供坚实保障。

在培训环节，省疾控中心专家王璐围绕监测质量控制、调查方法及现场注意事项等内容进行授课，市疾控中心健教科副科长李文雨对监测流程、问卷填写等关键事项进行培训。会后，参会人员还分组进行了现场演练，切实提升了实操能力。

张云昊

河南省眩晕病诊疗中心  
漯河市中心医院分中心揭牌

5月9日，河南省整合医学学会主办、市中心医院承办的河南省整合医学学会眩晕医学分会眩晕分中心建设推进会暨漯河市眩晕与平衡障碍高峰论坛第三届学术会议在市中心医院召开。河南省眩晕病诊疗中心主任张道培、河南省眩晕病诊疗中心教授任飞、黄河三门峡医院教授王胜利及来自我市各级医院神经内科及相关学科的百余名专家参会。

市中心医院副院长付秀虹在致辞中表示，河南省眩晕病诊疗中心漯河市中心医院分中心及临床科研协作中心的成立，将进一步提升临床科研创新能力，为眩晕病患者提供更优质的医疗服务。

张岩

张道培对市中心医院眩晕诊疗中心给予高度评价，认为其在设备配置、诊疗规范及学科影响力等方面均达到省级分中心标准。随后，张道培和与会专家共同为河南省眩晕病诊疗中心漯河市中心医院分中心揭牌。

在学术交流环节，张道培、任飞、王胜利等专家分别围绕视觉依赖与治疗、耳石脱落后规范化治疗、老年性头晕诊治等作专题报告。

河南省眩晕病诊疗中心漯河市中心医院分中心将与上级医院深度合作，联合开展眩晕病临床研究及前庭眼动、眼震相关科研项目，全面提升眩晕规范化诊疗水平。

市中医院加入中原胃食管  
反流病暨食管裂孔疝联盟

5月9日，中原胃食管反流病暨食管裂孔疝联盟成员单位授牌仪式在市中医院举行。郑州大学第一附属医院胃肠外科医学部主任符洋、郑州大学第一附属医院胃食管反流病及食管裂孔疝治疗核心成员李治全以及市中医院党委书记、院长杨秩参加仪式。

仪式上，杨秩表示，市中医院加入中原胃食管反流病暨食管裂孔疝联盟，标志着该院在对接省级优质医疗资源、提升专科诊疗能力上迈出了重要一步。市中医院将以此为契机，加强与郑州大学第一附属医院等医疗机构的合作，学习前沿技术，优化诊疗服务，为患者提供

更优质的医疗服务。

符洋希望双方以联盟为纽带，深化人才培养、技术协作和学术交流，推广规范化诊疗理念，共同推动中原地区相关学科高质量发展。

授牌仪式结束后，符洋、李治全分别作了题为《做一名优秀的临床医生》《胃食管反流病多学科诊疗及抗反流手术探讨》的讲座。符洋结合自身工作实际，从科室管理、团队建设、个人能力提升等方面进行了讲解。李治全重点介绍了腹腔镜下食管裂孔疝修补术、胃底折叠术等微创手术的操作要点及临床疗效。

朱晓晴

## 漯河万安老年公寓

## 做实养老服务 守护幸福晚年

4月29日，漯河万安老年公寓七楼，一名老人家属把一面印有“不是亲人胜似亲人”的锦旗送到院长陈雪娟和护理员黄倩花手中。

97岁高龄的张奶奶入住漯河万安老年公寓后，在医护人员的专业护理和护理员的精心照料下，由原来的卧床不起变为如今精神状态良好，每天坐着轮椅参加唱歌、做拍手操和传球游戏等集体活动。老人的儿子说：“把母亲托付给万安，是我正确的决定。”

十多年来，漯河万安老年公寓探索出一套“医养结合+人文关怀”的专业运营模式，每天医护查房、专家巡诊，小病不出屋、大病不出

院，让老人家属既省心又放心。他们每月还举办生日会和主题党日活动，老人家属满意度调查连年保持在98%以上。

“漯河万安老年公寓目前入住老人180名，入住率达95%以上。十多年来，我们共收到500多面锦旗，感谢信更是数以千计。一面面锦旗，承载着老人家属发自内心的信任与感激，是最朴素、最温暖的褒奖。”漯河万安老年公寓院长王卫峰说。

张奶奶说：“这里就是我的家。两年了，儿女春节前来接我回家过年我都不愿意回去。”

王嘉涵 刘红杰

## 科学看待汉坦病毒

近日，一艘极地探险邮轮暴发汉坦病毒感染疫情引发国际关注。什么是汉坦病毒？与安第斯病毒是何关系？会不会出现人传人？我国是否有传播风险？针对公众关心的问题，记者采访了传染病防控专家。

## 什么是汉坦病毒

中国疾控中心病毒病所副所长王世文介绍，汉坦病毒是一组主要由啮齿动物携带的病毒，可引起明确疾病的汉坦病毒有二十多种，在我国一直有分布。不同种汉坦病毒引起的临床表现差异显著，主要分为肾综合征出血热和汉坦病毒肺综合征。

而引发荷兰籍极地探险邮轮“洪迪厄斯”号疫情的安第斯病毒，正是汉坦病毒“家族”中的一员。

世界卫生组织通报显示，该邮轮4月1日从阿根廷乌斯怀亚出发，在跨大西洋航行中暴发安第斯病毒聚集性感染。至今共报告9例病例。

安第斯病毒主要分布于南美洲，自然宿主为长尾侏儒鼠。世界卫生组织最新评估认为，此次事件对全球人群构成的风险目前为“低”。

“在我国，当前没有引发本次邮轮疫情的安第斯病毒的传播，也没有发现能够携带并传播该病毒的宿主动物。”王世文表示，安第斯病毒输入我国的风险低，引发聚集性疫情的风险低。

复旦大学附属华山医院感染科副主任王新宇介绍，安第斯病毒是目前已知的唯一可在人与人之间传播的汉坦病毒。从既往疫情来看，人与人之间的传播较为罕见，主要发生在南美洲，且人传人通常需要有密切且持续时间较长的接触，聚集性疫情往往发生在密闭空间内。

“一般情况下，汉坦病毒感染不会引发人与人之间传播。人们主

要通过接触受感染的啮齿动物或其尿液、粪便或唾液及其污染的食物、物品等而被感染。”王世文说。

汉坦病毒可能带来哪些健康威胁？

国家传染病医学中心主任、复旦大学附属华山医院感染科主任张文宏表示，我国本土汉坦病毒相关疾病主要是肾综合征出血热。主要表现为发热、出血和肾脏损害。发热早期有“三痛”（头痛、腰痛、眼眶痛）和“三红”（颜面红、颈部红、前胸出血潮红）症状，部分出现休克、血小板减少、肾功能衰竭等症。

## 汉坦病毒一般不会人传人

要减少与啮齿类动物接触是关键

鼠洞附近；对啮齿动物尿液和粪便进行消毒处理。建议从事农业、林业、环卫、野外勘探的高风险工作人员接种流行性出血热疫苗。

针对旅行医学风险，王新宇建议，近期有南美、南极、南大洋探险旅行史，或有远洋邮轮旅行、鼠类暴露、野外住宿等经历的人群，如出现发热、肌痛、乏力、胃

肠道症状，应及时就医，并主动告知旅行史和暴露史。

医疗机构在接诊不明原因发热合并快速进展性呼吸困难患者时，尤其患者有南美或探险旅行背景，应主动询问旅行史和密切接触史。对疑似病例应尽早进行隔离、报告、转诊和实验室检测咨询。

据新华社



5月8日，“助残筑梦 同心致远”第36次全国助残日主题活动在沙澧河风景区红枫广场举行。图为市中医院组织医护人员开展中医药文化夜市活动。朱晓晴 摄



5月12日国际护士节当天，市三院（市妇幼保健院）组织开展慰问活动。院领导及相关部门负责人看望慰问辛勤工作的护理人员。刘珊珊 摄

## 舞阳县卫生健康委

## 办好惠民实事 守护妇幼健康

今年以来，舞阳县卫生健康委将适龄妇女宫颈癌和乳腺癌免费筛查、孕产妇产前筛查、新生儿疾病筛查作为保障民生、守护健康的重要举措，紧盯目标任务，压实工作责任，细化服务举措，推动惠民政策落地见效。

强化统筹协调，夯实工作根基。整合县、乡、村三级卫生健康力量，并发挥妇联组织的协同作用，分批组织开展专题业务培训，规范筛查流程，统一工作标准，提升基层人员专业能力。同

时，构建全方位宣传矩阵，通过张贴宣传标语、到乡村义诊、入户宣讲等方式，组织妇女保健骨干和乡村医生对目标人群开展“一对一”宣传与指导，普及健康知识及惠民政策。

紧盯关键环节，提升筛查质效。将孕产妇产前筛查与孕产优生健康服务深度融合。依托村医、村妇联主席的基层工作优势，对辖区孕产妇等重点人群开展全覆盖摸底排查，建立动态管理台账，推行定期提醒、上门督促、全程跟

进的闭环服务模式。建立筛查工作“周调度、周通报”机制，严格落实专人负责、全程服务、一包到底的包联责任制，及时破解工作堵点难点，补齐短板弱项，推动产前筛查覆盖率稳步提升。

优化服务流程，办好民生实事。聚焦群众急难愁盼问题，持续优化筛查服务全流程，开辟绿色通道，统一调配专用车辆免费接送偏远乡村群众，切实解决出行难题。健全筛查后续帮扶机制，对筛查中发现的困难群众和特殊群体，

第一时间对接民政、医保等部门，全程协助办理医疗救助、资金帮扶等，真正把民生实事办到群众心坎上。

截至目前，该县累计完成适龄妇女宫颈癌免费筛查2144人、乳腺癌免费筛查2144人；孕妇产前血清学筛查432人，筛查率为65.55%；产前超声筛查583人，筛查率为86.47%；新生儿苯丙酮尿症和先天性甲状腺功能减退症筛查648人，筛查率为98.33%；新生儿听力筛查643人，筛查率为97.57%。黄迪

## 健康课堂

## 入夏养心护阳正当时

5月5日迎来夏季的第一个节气——立夏。此后暑热渐起、雨水增多，湿热之气常常交织。春夏更替，将养心护阳提上了人们的养生日程。

在中医看来，夏季阳气渐盛于外，阴气伏藏于内，人与天地相应，体内的阳气也趋于体表，气血运行旺盛。然而，立夏时节也有其特殊的健康挑战。

中国中医科学院西苑医院心血管一科主任医师董国菊介绍，夏气与心相通。立夏以后，人体阳气外浮、心火易旺，加之天气炎热、出汗增多，容易出现心烦失眠、口干舌燥等症；脾胃功能也相对减弱，贪凉饮冷则更易损伤脾胃，导致消化不良、腹泻腹痛。

“春季贵在‘舒’，助阳气生发条达；立夏贵在‘静’，顺阳气外浮而戒躁戒怒。”董国菊说，起居方面，春季需要“夜卧早起”，立夏还需要午间小憩以养护心气，使其免受暑热所伤，同时兼顾益气养阴。但要注意“夜卧”最晚不超过23时，午睡15分钟至30分钟即可。

暑热易伤心气又扰心神。中国中医科学院西苑医院主治医师李秋忆说，立夏后气温升高，容易使人烦躁、动怒，

静坐冥想、听舒缓音乐等方式能够让入心情平静。

静以养心，动则生阳。立夏宜适度运动，但应避免大汗淋漓，耗伤阳气。李秋忆建议，应选择清晨或傍晚凉爽时段进行散步、八段锦等舒缓运动，以微汗为度。

入夏后，在暑湿之气侵袭下，守护脾胃阳气尤为重要。

“此时饮食切忌贪凉饮冷，应以清淡温软、易消化的食物为主。”湖南中医药大学第一附属医院脾胃病科主任徐寅说，日常可用党参、白术、茯苓、炙甘草搭配大米煮粥，温和补益脾胃。

对于不同体质人群，徐寅给出建议：肺气虚者可取黄芪、党参，以沸水冲泡后饮用；脾虚湿盛者可用炒薏米、茯苓、去芯莲子煮水后加入广藿香冲泡饮用；火气偏盛者可用荷叶、莲子、菊花、金银花代茶饮用以清热泻火；肺肾阴虚者可取百合、麦冬、枸杞、生地、五味子代茶饮，帮助滋养肺肾。

立夏还意味着冬病夏治预备期的到来。中医专家提示，日常坚持按揉内关、神门、神阙等穴位，可止呕调心、宁神定志、安神补肾。

据新华社

## 立夏食莲 养心祛湿

莲叶冬瓜排骨汤  
清暑祛湿 补气养血

莲叶性味平和，清暑而不寒凉，祛湿而不伤脾，养心而不滋腻。相较于莲子的温润、莲藕的清润，莲叶更侧重“清”与“通”，能快速驱散暑热、疏通湿气，安抚躁动的心神。

食材：鲜莲叶1张，冬瓜500克，排骨300克，生姜3片，盐适量，白洒少许。

做法：排骨洗净斩块，冷水下锅，加少许白酒和1片生姜焯水，捞出排骨冲洗干净。鲜莲叶洗净，去梗去绒毛，剪成小块。冬瓜去皮切块。砂锅中加入足量清水，放入排骨、生姜，大火煮沸后转小火慢炖1小时。加入莲叶、冬瓜块，继续炖30分钟，出锅前加盐调味即可。

功效：莲叶清暑解热、利水祛湿，冬瓜清热利尿、解暑消胀，排骨温润补气血，搭配生姜去腥，汤性平和，清补适宜，适合立夏时节一般人群食用，尤其适合暑热不适、气血不足、湿气较重的人群。

莲子四神养心汤  
清心养阴 健脾祛湿

四神汤是健脾祛湿的经典方，由莲子、茯苓、山药、芡实（或薏苡仁）组成，养心与祛湿双管齐下，对立夏心脾两虚、湿热内困者有益。

食材：鲜莲子（带芯）30克，芡实15克，山药15克，茯苓15克，薏苡仁20克，排骨300克，生姜3片，盐适量。

做法：排骨焯水洗净，芡实、薏苡仁、茯苓先浸泡30分钟。排骨、薏苡仁、茯苓、生姜入砂锅，小火炖1小时，再加莲子、山药炖30分钟，加盐调味。

功效：莲子（带芯）清心安神，茯苓、薏苡仁健脾祛湿，山药健脾补肾、安神助眠，适合心烦心悸、失眠多梦、肢体沉重、脾胃虚弱的人群食用。

据《中国中医药报》

