

我市托育服务宣传月活动启动

5月23日上午,2026年漯河市国际家庭日暨托育服务宣传月活动启动仪式在龙湖湿地公园举行。本次活动由市卫生健康委主办、郾城区卫生健康委承办,主题是“倡导积极婚育观 共建生育友好型社会”。

活动现场,郾城区的多家优质托育机构、幼儿园师生代表表演了啦啦操、情景舞蹈等精彩文艺节目,充分展现了新时代幼儿朝气蓬勃、阳光自信的精神风貌,生动诠释了普惠托育机构暖心陪伴、科学育幼的服务理念,赢得了现场观众的阵阵掌声。

随后,家长代表上台分享育儿心得与真实感受,立足家庭视角讲述普惠托育服务带来的便利与改变。备案托育机构代表围绕规范办托、科学育儿、安全管护、暖心服务等方面分享了办学经验。

市卫生健康委党组成员、副主任郭玉鸽指出,托育服务既是呵护婴幼儿健康成长、“暖心工程”、减轻家庭育儿负担和完善生育支持体系的“关键工程”,还是提升城市温度、建设生育友好型社会的“基础工程”。她强调,要坚持宣传赋能,营造生育友好氛围;坚持提质增效,夯实普惠托育根基;坚持协同发力,构建共治共享格局。

活动现场,来自市中心医院、市中医院、漯河医专二附院(市立医院、市骨科医院)、市二院、市三院、市六院以及郾城区直医疗机构的义诊团队为群众提供婴幼儿健康体检、生长发育评估、育儿健康指导、常见病咨询等服务。同时,活动设置政策咨询、托育成果展示专区,工作人员面对面为群众解读普惠托育、优生优育、生育支持等惠民政策。托育机构集中展示特色办学理念、课程体系和

育幼服务成果,让广大群众近距离了解普惠托育、感知优质服务。

此次活动的举办将进一步打通普惠托育政策和科学育儿服务直达群众的“最后一公里”,有效提升群众政策知晓率和家庭科学育儿水平。我市将以此次托育服务宣传月活动为契机,持续抓好政策宣传、资源扩容、服务提质、行业监管,不断健全普惠托育服务体系,普及新型婚育文化和科学育儿知识,为建设幸福漯河、健康漯河贡献力量。

朱江磊 孙燕敏

我市开展妇幼健康项目现场质控工作

近日,市妇幼保健院抽调各妇幼健康项目市级负责人以及各相关专业骨干专家成立市级质控组,由市卫生健康委二级调研员王新慧、妇儿科副科长牛航宁和市妇幼保健院工会主席黄占克带队,遴选全市5家县(区)妇幼保健院、8家综合医院、6家社区卫生服务中心和9家乡(镇)卫生院以及相关村卫生室,开展妇幼健康项目现场质控和业务指导。

此次现场质控采用线上线下相结合的方式。质控组查阅资料、访谈人员,结合日常管理、线上质控

与实际工作,针对各机构存在的问题和薄弱环节当场进行指导,提出整改意见和建议。质控组还对基层共性问题及实操难点进行了答疑解惑、现场指导,并规范流程、普及要点,助力基层人员补齐短板、规范工作。

此次现场质控有效梳理了妇幼健康项目推进过程中存在的难点问题,进一步增强了基层妇幼健康工作人员的规范服务意识,为下一步规范推进全市妇幼健康各项工作、持续提升妇幼健康服务质量打下了坚实基础。

刘玉萍



5月22日,市民政局联合市三院在市区辽河路开展义诊活动。

本报记者 张佩 摄

市中心医院4个项目荣获全省医学科技奖

近日,河南省医学会正式公布2026年度河南省医学科技奖获奖名单,市中心医院再创佳绩,荣获二等奖1项、三等奖3项,充分彰显了该院在医学科技创新、临床成果转化方面的强劲实力与领先地位。

本次河南省医学科技奖评选环节,共评选出303个项目。该院4个项目脱颖而出——骨科的李玉伟报送的项目《“0”臂机导航系统在脊柱外科精准诊疗中的创新应用》,破解了小

儿先天性脊柱侧凸狭小椎弓根置钉难题。消化内科的陈小华报送的《能谱CT定量评估胃癌生物学表型关键技术的建立与应用》,重点关注能谱CT定量参数在反映胃癌生物学特征、临床风险差异及预后结局中的应用价值。神经外科的黄圣明报送的《农村癫痫患者治疗情况、生活质量分析及干预管理关键技术》,构建急性及重症脑血管病(脑梗死、脑出血、蛛网膜下腔出血)规范化诊疗与预防体系,针对罕见综合征开展家系基因分析与精准

测序,攻克了疑难病例诊疗难题。药学院的郭丽报送的《基于益气活血理论的防治脑卒中中药现代化评价关键技术与应用》,运用现代技术解析中药复方有效成分,推动了方药标准化与临床转化,服务卒中临床诊疗。

多年来,该院始终将科研创新作为高质量发展的核心引擎,不断完善科研管理制度,加大科研经费投入,搭建高水平科研平台,强化科研人才队伍建设,积极营造临床促科研、科研反哺临床的浓厚创新氛围,为医学

科技成果的培育、产出与转化提供了坚实保障,引领该院科研工作持续走在区域前列。

此次荣获4项省级医学科技大奖,是该院科研实力的充分展现。未来,该院将继续坚守“守护人民健康”的初心使命,持续深化科技兴院、人才强院战略,不断提升医学科技创新能力与成果转化水平,为保障人民群众生命健康、推动区域医学事业高质量发展作出新的更大贡献。

魏俊涛



5月21日、22日,市中医院(市青少年脊柱健康中心)、源汇区疾病预防控制中心组织医护人员到源汇区实验小学、漯河三中西校区,开展脊柱健康公益科普、健康操教学及免费脊柱侧弯筛查活动。



5月20日上午,郾城区中医院组织内科、体检科、营养科多学科医护团队,到漯河市日日红禽业有限公司开展健康体检暨营养科普公益活动。

李洋 摄

健康课堂

别把“小中风”当成“没睡好”

这五个征兆,原来是大脑最后一次报警

“突然晕了几分钟”“突然手麻得像被电了”……这样的情况在生活中并不少见,但需要警惕的是,这很可能是大脑在报警。5月25日是世界预防中风日。一提到中风,大家都怕,但有一种更危险、更会伪装的情况很多人根本没听过——“小中风”。它不是真正的中风,却是中风前最猛烈的一次警报。

出现这五个征兆要当心

一到夏天,人本来就容易累、头晕、没精神。所以,“小中风”的症状更容易被误认为“中暑”“空调病”“没睡好”。医学上,这叫短暂性脑缺血发作,也就是我们说的“小中风”。它看似小打小闹,实则是中风来袭前最直接的预警。

“小中风”的表现记住四个字:突发、单侧、“小中风”的症状持续时间很短(几分钟到24小时不等),极易被忽视,但它是中风最重要的预警信号,请牢牢记住以下表现:

- 1.突发单侧肢体麻木、无力,比如拿东西掉落,走路时一侧腿拖曳;
- 2.突发言语障碍:说话含糊不清,听不懂别人说什么,或想说话却表达不出;

- 3.突发视物问题:单侧眼睛模糊、眼前发黑,或者东西有重影;
- 4.突发头晕、平衡失调:站不稳,走路向一侧倾斜,可能伴随恶心;
- 5.突发对侧面瘫:面部不对称,嘴角歪斜。

无论症状多轻或是否正在缓解,都不要犹豫等待,应立即拨打120,尽快去医院。

很多人中风前都经历过“小中风”

临床上,不少中风患者在发病前其实已经出现过一次甚至多次“小中风”。但因为症状轻、消得快,他们完全错过了这次“最后的报警”。

2020年《新英格兰医学杂志》发表的研究发现,有20%至25%的中风患者在发病前出现过“小中风”,如果出现“小中风”却没有进行治疗,三个月内发生中风的风险高达20%,特别是症状发作的10天内,尤其是在两天内,更容易发生中风。

任何年龄段的人群都有发生“小中风”的危险,但风险会随着年龄增大而增加。如果患有心血管疾病、高血压、糖尿病、血脂异常,或者有吸烟习惯,

发生“小中风”的危险会更大。

好消息是研究发现,及时诊断和预防,可以使“小中风”患者三个月内发生卒中的危险性降低80%。该抗凝的抗凝,该抗血小板的抗血小板,同时严格控制血压、血糖、血脂,把烟戒了、把生活方式调好了,就能有效把“小中风”拦截在变成中风的路上。

六个时刻最容易中风

有些“中风高危瞬间”很多人在生活中都反复经历过。专家表示,六个时刻容易发生中风,大家需要特别留意。

- 1.情绪过度兴奋时;
- 2.从暖和的房间突然到寒冷的环境中时;
- 3.上厕所用力时;
- 4.日常压力过大或过劳时;
- 5.冬天洗澡时;
- 6.夏天运动大量出汗时。

预防中风,做好五件事保护血管

1.控制好慢性病
夏季气温升高、湿度增大,人体的新陈代谢会显著加快,同时也会对血

液循环系统产生明显影响。所以,夏季高血压、冠心病、糖尿病等慢病患者需要特别注意。

气温高时,大多数病人外周小血管会扩张,使血压有所降低。有些病人由于睡眠不好、心情烦躁,导致血压出现较大的波动。因此,应调整好用药量,使血压保持稳定,以防发生中风。

2.及时补充水分

夏季要注意及时补充水分,少喝特别凉的冰镇饮料,以免因过凉和糖分摄入过多而影响肠胃,导致消化不良。应适量饮用凉白开水,以达到消暑降温的效果。

3.多吃蔬菜水果

夏季正是蔬菜水果上市旺季,它们含水量较高。另外,蔬菜水果都具有高钾低钠的特点,有助于降低血压、保护血管。

4.室内温度别太低

26℃是人体感觉舒适的温度。夏季室内外温差不宜过大。经常在不同温度的区域出入,忽冷忽热对血管非常不利,容易诱发心脑血管疾病。

5.保持适量运动

适量的运动有利于健康,但要避免高温时进行户外活动。 据《北京日报》

健康知识

如何判断是否出现听力损失

你是否经常要求别人重复其所说的话、听不清电话里的声音?抑或是常有人说你讲话声音太大?如有类似情况,你可能出现了听力损失,需要及时检查、尽早干预。

据世界卫生组织介绍,双耳听力阈值(即听力范围)超过20分贝就属于听力损失。如果听力更好的那只耳朵听力阈值超过35分贝,则属于残疾性听力损失,需要听力康复治疗。预计到2050年,全球将有近25亿人有某种程度的听力损失,至少7亿人需要听力康复治疗。

导致听力损失的因素有很多,如遗传、宫内感染、新生儿严重黄疸、慢性中耳炎、病毒感染、吸烟、巨大的声音、营养不良、耳毒性药物等。

怎么知道自己的听力是否受损?世卫组织专家介绍,如出现以下情况,就可能患有听力损失:经常要求别人重复其所说的话,调高收音机或电视机音量,在嘈杂的地方很难跟上别人的谈话,听不清电话里对方的讲话,耳朵里嗡嗡作响(耳鸣),听门铃、闹钟、电话铃声等声响有困难,别人说你讲话声音

太大。专家建议,如果对自己的听力是否正常没有把握,应请专业人士进行测试。听力测试很容易,不会花很长时间。

患有听力损失,可求助于药物、手术、助听器、人工耳蜗、听觉康复训练与咨询等干预措施。专家特别强调,不要担心佩戴助听器会遭人歧视。听力损失没什么好羞愧的,每20个人中就有1人患有中度以上的听力损失。

有些人虽然听力不好,却认为问题不大,等上几个月或几年再佩戴助听器也无所谓。但专家提醒,听力损失问题不解决,可能使人不知不觉地错过重要的声音和话语,对话和社交变得更加困难,同时也会影响周围的人,可能导致被误解,产生挫败感。听力损失还会加重抑郁症和痴呆症,随着年龄增长会影响一个人适应新的倾听和交流方式的能力。这也是应尽早诊治的原因之一。

专家建议,听力损失者应尽快到听力专家或耳鼻喉科大夫处检查,商讨最佳治疗方案。 据新华社

手术室为什么那么冷

“我一进你们手术室就瑟瑟发抖。”“好冷啊,你们不冷吗?空调可以调高一点吗?”临床上,经常听到患者对于手术室温度的反馈,有时外面烈日炎炎,手术室里却冷得让人直起鸡皮疙瘩。很多人不理解:为什么治病救人的地方要弄得这么“不近人情”?

其实,手术室的冷是医学为患者撑起的一把“保护伞”。

根据国家相关规定:手术室温度应恒定在21℃至25℃,相对湿度30%至60%。这个温度范围不是拍脑袋决定的,而是经过无数次临床验证的科学设定。为什么偏偏是这个温度?主要有以下三个原因:

低温是细菌的“天敌”。手术室最怕的就是感染,哪怕是一个小小的切口感染,都可能让患者付出惨痛代价。而温暖潮湿的环境恰恰是细菌滋生的“温床”。当室温控制在21℃至25℃时,可以有效抑制细菌和其他微生物的生长与繁殖,降低手术切口感染的风险。

医生的“清醒剂”。无影灯下,一台手术往往就是几个小时。如果手术室温度过高,医生会出汗,汗水可能滴到污染手术区域;手部出汗会影响操作精准度;全身燥热会

导致注意力下降。一台精细的手术需要的是医生绝对清醒的头脑和稳如磐石的双手。低温环境就是他们的“清醒剂”。

恒温是设备的“稳定器”。手术室里摆满了“大家伙”:麻醉机、监护仪、电刀、超声刀……这些高功率设备运行时,会产生大量热量。如果环境温度过高,设备容易“中暑”,导致性能不稳定甚至发生故障。维持较低的环境温度可以帮助设备散热,保障它们在整个手术过程中正常运行。

虽然手术室必须保持低温,但患者并不会被冻坏,医护人员有全套的“保暖组合拳”。麻醉护士的日常工作中,就是给患者“偷偷送暖”:术前预保温,提前铺好充气式加温毯及加温仪,用38℃至42℃的恒温气流把床“暖”起来;输进血管的液体、医生冲洗体腔的盐水,全部经过加温仪加热到37℃左右;能盖的都盖上,除了一小块手术部位需要暴露,其他地方如肩膀、手臂、腿脚,全都会被保温毯、棉被包裹得严严实实;全程监测体温,一旦发现患者的核心体温下降,会立即调整保温措施。

据《文汇报》

嘴唇发紫代表心脏不好吗

有一种说法认为,如果一个人的嘴唇发紫说明血液的供氧不足,也就意味着心脏出了问题。其实,并不是所有偏暗或偏紫的嘴唇都意味着心脏异常。

当血液中去氧血红蛋白增加到一定程度时,人体皮肤和黏膜变薄、毛细血管丰富、色素较少的末梢部位就会呈现蓝紫色。这种现象在医学上被称为“发绀”。这是一个多系统共同参与的结果:

肺负责气体交换,一旦通气或换气出现问题,血氧水平就会下降;心脏负责循环,如果结构或功能异常,可能让未充分氧合的血液进入人体循环;而血液本身如果发生异常,同样会影响氧气的运输与释放能力。因此,把嘴唇发紫简单归结为心脏不好,往往会忽略更完整的生理背景。

另外,唇色本身没有统一标准,天

然唇色存在明显个体差异。这些差异本身并不指向健康问题。比颜色深浅更重要的,是关注短时间内唇色是否发生明显变化。这种从“静态颜色”转向“动态变化”的观察方式,往往更接近医学判断的逻辑。

与其通过颜色猜测疾病,不如围绕以下几个关键问题展开观察:这种变化是否新出现,是否持续存在;有

没有明确诱因,如寒冷或情绪变化;在休息或保暖后是否能够恢复;是否伴随气短、胸闷、乏力等表现;对于婴幼儿,还需要关注喂养情况与生长状态变化。在条件允许的情况下可以选择测量血氧的仪器作为辅助工具,如果血氧持续偏低或伴随明显不适,应及时就医评估。

据中新网