

程维明带队督导市中医院疫情防控工作

本报讯 (记者 刘伟) 7月4日上午,市政协副主席、市中医院院长程维明带队督导检查市中医院疫情防控工作。

程维明深入临床一线,反复叮嘱各科室负责人时刻紧绷疫情防控这根弦,严格落实常态化疫情防控措施,进入医院人员必须测温、扫“周到办”场所码,主动报告行程;病区封闭式管理,过渡病房、隔离病房严格按照要求使用;严格住院患者及陪护管理,出示核酸检测报告,详细询问流调史;守好门诊科室关键窗口,持续筑牢常态化疫情防控屏障;统筹做好疫情防控与业务工作,把人民群众

生命安全和身体健康放在第一位,争分夺秒,确保急危重症病人安全。

程维明指出,近期国内多地新增多例新冠肺炎确诊病例和无症状感染者,行政职能科室要按照任务分工,加强督导检查,确保疫情防控各项措施落实到位。要牢固树立安全发展理念,坚决守住防汛减灾救灾底线,提升防范化解重大风险的能力,制订应对极端天气和重大自然灾害预案。全院职工要主动报告行程,非必要不前往疫情发生地,严格遵守防疫规定,做好核酸检测工作,落实各项防控措施,从严加固疫情防控防线。

市人民医院

健康科普进校园 呵护幼儿健康成长

本报讯 (记者 史书杰) 7月4日下午,周口市实验幼儿园金海路分园园长孙秀英将一面写着“传经送宝,无私奉献”的锦旗及感谢信送到周口市人民医院健康巡讲专家李彩霞手中。

连日来,李彩霞冒着高温酷暑,不辞辛苦到周口市实验幼儿园金海路分园开展健康科普讲座。

李彩霞凭借自己丰富的临床经验及扎实的专业素养,用精练的语言和贴近生活的实例,运用多媒体、图文并茂地

向老师们讲解异物进入耳道、鼻内的急救措施,海姆立克法及幼儿心肺复苏操作法等,增强了教师的急救意识,提升了急救能力。

“一面锦旗不仅是学校对巡讲专家辛勤付出的肯定,更是一种认可。”该院相关负责人表示,今后,市人民医院将继续贯彻落实川汇区卫健委“健康周口行,大医献爱心”要求,继续开展健康科普巡讲活动,为川汇区健康事业贡献力量。

太康县人民医院

顺利通过省数字化医院评审

本报讯 (记者 王珂) 近日,记者从河南省卫健委获悉,太康县人民医院数字化医院经过线上测评、正式申报、专家审核和现场评审,顺利通过河南省数字化医院评审,达到“B级”数字化医院评审标准。这是该院自电子病历四级评审、三级医院创建成功后取得的又一项

重要成绩。

成绩来之不易,太康县人民医院将以信息化建设和数字化医院评审为契机,以评促学,以评促建,不断提升医院管理能力、医疗质量和服务水平,为下一步电子病历五级评审和三级甲等医院创建奠定基础。

周口市卫生健康宣传、健康教育与促进工作会议举行

本报讯 (记者 刘伟) 7月5日,周口市卫生健康宣传、健康教育与促进工作会议暨居民健康素养监测技术培训会举行。会议特邀省疾控中心健康教育所主任医师张玉林对与会人员进行专题培训。会议对2021年度全市卫生健康宣

传、健康教育与促进工作先进集体、先进个人进行通报,并对2022年下半年全市健康教育与促进工作进行部署。

会议从健康教育与促进工作、全市健康素养水平监测项目实施、中医药文化素养监测项目执行情况、慢性病防治

知识基线调查与居民健康素养监测相融合、各县市区健康素养水平鉴定工作启动五个方面对全市健康教育与促进工作进行安排。

会上,张玉林以《用数据说明健康教育的成效和确立未来健康教育的方

向》为题,明确了健康素养监测的重要意义及未来健康教育与促进工作的主要方向。

此次会议为全市卫生健康宣传、健康教育与促进工作明确了目标、指明了方向,助力“健康周口”建设。



市妇幼保健院迎来“三甲”大考

日前,周口市妇幼保健院迎来“三甲”大考。省卫健委相关负责人及评审专家对市妇幼保健院进行为期三天的三甲等级医院现场评审。

记者 刘伟 摄

市眼科医院在鼻内窥镜治疗相关疾病方面取得新突破

本报讯 (记者 刘伟) 7月2日,周口市眼科医院(周口市第七人民医院)成功为一名慢性泪囊炎患者实施“左眼经鼻内镜泪囊鼻腔吻合+鼻泪道再通+人工泪管置入术”。该手术的完成标志着该院在鼻内窥镜治疗相关疾病方面

取得新突破,填补了本市在这一技术领域上的空白,为泪囊炎患者带来了福音。

据了解,邵女士出现左眼流泪及脓性分泌物症状已两年多,曾在多家医院检查和治疗,但效果不佳。近日,她到市

眼科医院就诊,经医护人员细心检查,发现邵女士患有慢性泪囊炎。

为给邵女士带来较好的术后体验,该院邀请上级医院专家进行会诊,共同讨论病情、研究手术方案。经过1小时的操作,手术顺利完成,为患者解除了

病痛。

“手术前,纸巾几乎不离身,夸张点说都不敢离手,随时准备擦可能流出的眼泪,对工作和生活影响极大,现在终于好了,非常感谢市眼科医院的医务人员。”邵女士说。

“医生,我到底要不要做心理咨询?”

“王主任,我感觉老是心慌、头疼,睡不好觉。由于工作调动,我努力跟新同事处好关系,可总是感觉融入不了新环境。工作中面临的很多问题让我喘不过气,可我又不敢去医院,怕别人多想,我现在该怎么办?”近日,郝女士拨打了周口市第六人民医院精神二科主任王前勇的电话,哭着向他求助。

王前勇告诉患者:“寻求心理咨询并非软弱,我们应打破对心理健康问题的误解,从自身做起,不要担心,勇敢面对,接受正规的心理咨询。”

随后,郝女士来到该院心理治疗与咨询室。通过专业治疗,郝女士在第一个疗程就初见成效,现在,她在与人相处中感觉轻松容易多了。

你是否比以前更容易烦躁?你周围的人总是惹恼你吗?还是这些人或事比以前更容易让你恼火?你是否感觉被生活压倒了……

“其实,现实生活中这样的情况很多,寻求帮助永远不嫌早,你不需要等到生活中发生了很‘糟糕’或者‘困难’的事情才去寻求心理咨询。”王前勇说,心理咨询是一个空间,在这里你能更好地了解自己,成长,学习。心理咨询是通往内心世界的旅程。最棒的一点是:你不用独自一人冒险,专业的心理咨询师会跟你结伴而行,一路上给予你支持,无论路上多么艰难。如果您有心理方面的困扰,可到周口市第六人民医院全科二(精神二科)进行咨询。

咨询电话:0394-7770629, 王前勇:18336597137。

(记者 王珂 整理)

周口骨科医院成功完成一例经皮纵隔穿刺活检术

本报讯 (记者 史书杰) 7月4日上午,周口骨科医院肿瘤中心医疗团队成功完成一例高风险、高难度穿刺活检手术。

患者65岁,男性,周口市淮阳区人,两个月前无明显诱因出现进行性进食哽咽感且吞咽困难,曾在其他医院检查,仅发现食管占位,后在郑

州某医院住院一周,仍未确诊,经朋友介绍到该院进一步治疗。入院后,经CT检查,发现患者气管和食管之间有肿大的淋巴结。该淋巴结位于气管、食管、胸主动脉之间,位置很深,穿刺风险极大。

军和赛运喜考虑到患者家庭经济困难,超声支气管镜虽可以帮助诊断,但价格昂贵。为给患者降低医疗费用且不耽误治疗,医生与患者家属协商后,行经皮纵隔穿刺活检术。

马军在术中认真选择穿刺路径,有效避开大血管,通过按压活检枪,将套管针全部没入,历经1个多小时,最后

市中心医院文昌路院区就诊“攻略”

6月30日,周口市市中心医院文昌路院区正式揭牌开诊。文昌路院区有哪些科室?怎样方便快捷地就诊?这份“攻略”告诉您。

走进文昌路院区大厅,导诊台两旁引人注目的是一高一矮两个智能导诊机器人。矮的机器人名叫“创创”,高的叫“云帆”。通过应用5G技术与新一代人工智能技术,他们具备智能语音交互、自主移动功能,可以进行导诊、分诊、介绍专家和药品等。有啥想了解的,可以直接跟他们对话。除咨询“创创”和“云帆”外,还可以到导诊台咨询医院的工作人员。另外,每一层电梯口设有科室分布图,方便群众找到各诊室。

文昌路院区门诊楼共有5层:一楼西侧从北至南分别是儿科诊室、急诊科,一楼东侧从北至南是CT室、核磁共振室、放射科。二楼西侧从北至南分别是产科、妇科、内科、中医疼痛科,二楼东侧从北至南是输血科、检验科、超声科、心电图室。三楼西侧从北至南分别是外一诊室、外二诊室、门诊手术室、日间病房,三楼东侧从北至南是生殖中

心、内镜中心、病理科。四楼西侧从北至南分别是皮肤科、耳鼻喉科、眼科、口腔科(五官科诊室),四楼东侧是手术室。五楼东侧是手术室、ICU办公与生活区,五楼西侧是中心机房。

值得一提的是,北京同仁堂也落户文昌路院区,位于门诊楼一楼东侧,我市群众在家门口就能吃上北京同仁堂的药。

如何去文昌路院区呢?除自驾及乘坐出租车外,还可乘坐6路、9路、23路、25路、36路公交车。此外,周口市中心医

院人民路院区和文昌路院区设有免费班车,服务群众往返两个院区。免费班车在人民路院区和文昌路院区同时发车,中间不停站,上午通行时间为7:00到12:20,每半个小时一班,下午通行时间为13:30到18:30,每小时一班,末班车为21:30。

(任桂萍 吕亚超)

就诊指南

天气炎热,您饮水了吗?

孙翠霞 徐永光

夏天到了,高温会加速人体排汗,造成大量水分流失。大家抓紧把补水提上日程吧!您补水了吗?您知道怎么补吗?

补水的好处

水是生命之源,人体的新陈代谢和生理化学反应都需要水,足量饮水可以保持机体处于适宜的水合状态,维持正常的生理功能。饮水可以调节体内温度,预防感冒,有助于退烧。清晨一杯白开水加上适量的运动是排毒养颜的妙方。

补水的原则

《中国居民膳食指南(2022)》建议:规律进餐,足量饮水。为保证体内良好的水营养状态,首先要注意遵循主动饮水、少量多次的原则,在温和气候条件下,低身体活动水平成年男性每天饮水1700mL,成年女性每天饮水1500mL,尽量避免口渴时一次性过量饮水。其次要选择温度适宜的水饮用,尤其是夏季,尽量饮用温水,减少冷刺激引起的消化不良、腹泻等。最后夏季特殊工种比如劳动强度大、室外作业者适量增加饮水次数和饮水量。

补水的方式

除了饮食,补充水分的方式还有很多,对于儿童,首选的饮品是白开水,其次是果汁和乳饮料,一般不提倡喝碳酸饮料和运动饮料。

对于成人,白开水、茶水是最容易得到的饮品,而且是最佳饮品,既卫生方便,又经济实惠。当大量运动时,也可选择运动饮料类饮品。目前市场上供应的碳酸饮料或果汁饮料很多,成人、儿童都很喜欢,但饮品一般含糖、调味剂、色素及防腐剂,不能代替饮水,大量饮用不利于健康,建议少量饮用。

一年中最热的三伏天,天气虽然闷热难熬,但对于咳嗽喘、老慢支、慢阻肺等呼吸系统疾病的患者来说却是治病的好时机。患者大都体质虚寒,阳气不足,寒冷的冬天极易发病或病情加重,而夏季气温高,阳气升发,症状有所缓解,此时通过针对性治疗可改善患者体质,提升阳气,从而达到控制病情的目的。

周口市中医院针灸科经过反复观察实践、经验分析,不断完善、创新和发展,根据“三因制宜”原则,总结了冬病夏治临床需求的六种临证散剂。

一、成人平喘止咳散。组成:白芥

健康服务热线

健康热线:13949993566 13592285505 13525720304

电子信箱:zkrbwsb@126.com

冬病夏治三伏贴 穴位贴敷正当时

冬病夏治是指在夏季三伏天阳气最旺盛的时候治疗在冬季易发或加重的疾病,以此降低疾病的发病率,甚至不发病。冬病夏治是我国传统医学中一种独特的治疗方法。

冬病夏治三伏贴最早记载于南北朝《荆楚岁时记》,主要针对一些虚寒性疾病,包括体虚易感、咳嗽、鼻炎、哮喘、慢性支气管炎、慢性阻塞性肺病、慢性咽炎等。

一、通痹散。组成:白芥子、熟附子、威灵仙、骨碎补等。功效:祛风散寒、化湿通络、活血止痛。

二、暖宫扶元散。组成:当归、肉苁蓉、肉桂、红藤、郁金等。功效:疏肝健脾、养血补肾。

三、成人健脾养胃散。组成:檀香、干姜、升麻、附子等。功效:温胃散寒、理气健脾。

四、小儿健脾散。组成:广木香、砂仁、莱菔子、神曲、枳实等。功效:健运脾胃、消食导滞。

冬病夏治三伏贴的注意事项及禁忌

贴完三伏贴会出现局部皮肤起疱现象,这是正常的皮肤反应。

注意事项:

1. 使用前应将局部皮肤进行清洁,由于三伏贴会对局部皮肤产生热性刺激,因此建议穿着宽松、透风的衣服,防止汗液引起不适。

2. 贴敷时间:成人贴敷时间为1~2小时,儿童20~40分钟为宜。如患者局部皮肤出现灼热、疼痛,即刻去掉药物,不必拘泥时间长短。

3. 如贴敷后局部皮肤出现轻微发痒、发热、起水泡,属于正常贴敷反应,不要恐慌。小水泡可自行吸收,避免摩擦,注意局部消毒。较大的水泡需就医处理,以防感染。

4. 使用后注意避免冷风直吹,如空调、风扇等,使用后当天不见水,次日洗澡时避免使用刺激性洗剂揉搓、抓挠,以免刺激皮肤,出现不适。

5. 饮食方面,使用前后期要注意饮食清淡,禁食鱼虾、羊肉、辣椒等食物,忌食寒凉。

6. 三伏贴属于调治身体的一种疗法,需长期按疗程坚持治疗。夏季、冬季都进行贴敷为1个疗程,一般情况下最少坚持3至5个疗程。

禁忌证:

1. 月经期、妊娠期女性禁用。为防止

对胎儿产生影响,妊娠期女性禁止使用。为避免加重不适感,月经期女性也应禁用。

2. 皮肤病患者禁用。各种慢性皮肤病、皮肤过敏患者,以及接触性皮炎、水痘、湿疹患者禁用,否则会加重皮肤病症状。

3. 发热患者禁用。

2022年冬病夏治三伏贴时间表

预贴:2022年7月7日~2022年7月15日

头伏:2022年7月16日~2022年7月25日

中伏:2022年7月26日~2022年8月4日

中伏加强:2022年8月5日~2022年8月14日

末伏:2022年8月15日~2022年8月24日

咨询电话:0394-8288343 0394-8288316 0394-8288333

(周口市中医院康复中心、治未病科 冀广峰 供稿)

子、细辛、甘遂、延胡索、肉桂等。功效:温阳益气、宣肺止咳。

二、小儿止咳散。组成:麻黄、细辛、白芥子、甘遂等。功效:宣肺平喘、止咳化痰。

三、通痹散。组成:白芥子、熟附子、威灵仙、骨碎补等。功效:祛风散寒、化湿通络、活血止痛。

四、暖宫扶元散。组成:当归、肉苁蓉、肉桂、红藤、郁金等。功效:疏肝健脾、养血补肾。

五、成人健脾养胃散。组成:檀香、干姜、升麻、附子等。功效:温胃散寒、理气健脾。

六、小儿健脾散。组成:广木香、砂仁、莱菔子、神曲、枳实等。功效:健运脾胃、消食导滞。

冬病夏治三伏贴的注意事项及禁忌

贴完三伏贴会出现局部皮肤起疱现象,这是正常的皮肤反应。

注意事项:

1. 使用前应将局部皮肤进行清洁,由于三伏贴会对局部皮肤产生热性刺激,因此建议穿着宽松、透风的衣服,防止汗液引起不适。

2. 贴敷时间:成人贴敷时间为1~2小时,儿童20~40分钟为宜。如患者局部皮肤出现灼热、疼痛,即刻去掉药物,不必拘泥时间长短。

3. 如贴敷后局部皮肤出现轻微发痒、发热、起水泡,属于正常贴敷反应,不要恐慌。小水泡可自行吸收,避免摩擦,注意局部消毒。较大的水泡需就医处理,以防感染。

4. 使用后注意避免冷风直吹,如空调、风扇等,使用后当天不见水,次日洗澡时避免使用刺激性洗剂揉搓、抓挠,以免刺激皮肤,出现不适。

5. 饮食方面,使用前后期要注意饮食清淡,禁食鱼虾、羊肉、辣椒等食物,忌食寒凉。

6. 三伏贴属于调治身体的一种疗法,需长期按疗程坚持治疗。夏季、冬季都进行贴敷为1个疗程,一般情况下最少坚持3至5个疗程。

禁忌证:

1. 月经期、妊娠期女性禁用。为防止

对胎儿产生影响,妊娠期女性禁止使用。为避免加重不适感,月经期女性也应禁用。

2. 皮肤病患者禁用。各种慢性皮肤病、皮肤过敏患者,以及接触性皮炎、水痘、湿疹患者禁用,否则会加重皮肤病症状。

3. 发热患者禁用。

2022年冬病夏治三伏贴时间表

预贴:2022年7月7日~2022年7月15日

头伏:2022年7月16日~2022年7月25日

中伏:2022年7月26日~2022年8月4日

中伏加强:2022年8月5日~2022年8月14日

末伏:2022年8月15日~2022年8月24日

咨询电话:0394-8288343 0394-8288316 0394-8288333

(周口市中医院康复中心、治未病科 冀广峰 供稿)