

## 强化安全教育培训 筑牢安全生产防线

**本报讯** 为进一步贯彻落实安全生产治本攻坚三年行动部署要求,10月18日,全市卫生健康系统安全生产暨消防工作培训会在周口市妇幼保健院召开。

会议邀请省卫生健康委办公室副主任冯松振通过案例分析的形式,就《深刻汲取火灾事故教训 扎实搞好应急疏散演练》进行专题授课。

会议指出,各单位要深刻领会习近平总书记关于安全生产工作的重要指示批示精神,进一步提高政治站位,

落实好省、市安全生产治本攻坚三年行动的部署要求,贯彻执行《中华人民共和国消防法》等法律法规,坚持“党政同责、一岗双责”,坚决落实安全生产管理责任,筑牢安全生产防线,严密防范安全生产风险。

会议要求,要坚持以人为本,勇于担当,举一反三,抓好安全生产隐患排查整改工作。要聚焦病房楼、门诊楼、员工宿舍等高风险场所,多业态混合生产经营场所、民营医院等安

全生产管理较为薄弱的场所,深入开展消防检查及危化品燃气安全隐患排查整治。要深入开展“生命通道”专项治理及电动自行车安全专项治理工作,依法依规做好废弃构筑物、高空悬挂物的排查拆除工作,妥善化解处置建设工程消防设计审查验收历史遗留问题。

会议强调,要继续贯彻“预防为主,消防结合”的消防安全隐患排查工作方针,盯紧看牢重点部位和关键环节,切实做好消防安全风险排

查整治工作,有效化解重大消防风险,及时消除重大消防隐患,守住消防安全底线,确保卫生健康领域消防安全形势持续稳定。

会议还通报了全市三季度安全生产督导检查情况,鹿邑县卫生健康委、周口市妇幼保健院分别就落实安全生产和消防工作作经验交流。

会后,与会人员就周口市妇幼保健院的安防一体化建设情况进行了现场观摩。

(郑伟元 毛科技 黄耀宗)

## 周口市妇科学术培训班开班

**本报讯** 10月19日,由周口市卫生健康委主办、周口市妇幼保健院(周口市儿童医院)协办的周口市妇科学术培训班开班。

此次培训邀请了多位妇科疾病诊治专家开展专题讲座并分享临床经验。他们分别以《HPV感

染相关疾病负担与全球子宫癌消除模型》《从HPV感染流行病学特征看子宫颈癌防控》《阴道镜在宫颈病变中的临床应用》《宫颈病变的诊治》《宫颈高级别上皮内病变的长期管理》等为课题,通过生动的案例,帮助参训人员掌握和应用妇

科疾病治疗相关技术。授课内容注重理论与实践相结合,取得了良好的效果。

“这次培训的内容贴近临床实际,针对性强,特别是对常见妇科问题的处理具有很大的参考价值。”一位参加培训的医生说。

周口市妇幼保健院业务副院长卢翠云表示,此次培训,授课专家拥有深厚学术功底和丰富临床经验,授课内容紧密跟随学术前沿,使参训人员开阔了视野、更新了理念,必将进一步提升基层医疗机构妇科医生的技术水平。(李鹤)



视觉新闻



10月19日,由共青团周口市委、周口市青年联合会主办的周口市“周口青年说”暨青年中医大讲堂第一期开课,周口市中医院选派专家开展中医科普知识讲座,并免费为学员提供中医养生体验和咨询服务。

郑伟元 摄

## “熊猫侠”共叙热血情

**本报讯** 10月19日,我市稀有血型联谊会又在风景秀丽的丹江口成功召开,来自我市各地的60多位稀有血型者齐聚一堂,共同探讨稀有血型群体的生存现状与未来发展。

Rh阴性血型者在我国汉族人群中约占三分之一。因为拥有该血型的人群较少,此血型被人们形象地称为“熊猫血”。当临床出现此类输血需求时,往往很难找到同血型,使得该

血型拥有者在医疗救治等方面面临着特殊的挑战。此次联谊会的召开,旨在为稀有血型者搭建一个交流、互助的平台,提高社会对稀有血型群体的关注度。

会议现场气氛热烈,参会者积极分享自己的经历与感悟。他们交流着在紧急情况下寻找血源的艰难历程,也讲述着彼此互助的温暖故事。第一次参加会议的郭娜感慨地说:“我们

这个群体虽然人数不多,但通过这样的联谊会,我们感受到了团结的力量。今后我将一如既往地奉献爱心,发扬救死扶伤、无私奉献的人道主义精神,积极投身于无偿献血这项光荣的事业中,齐心协力挽救患病的每一位‘熊猫’。”

此次活动组织者刘娜介绍,目前全市在献血中发现的Rh阴性血型市民有5058人,其中建立档案的有

726人。从2010年开始,我市每年都会定期不定期举办Rh阴性献血者联谊会,建立“熊猫之家”微信群、“Rh阴性之家”QQ群,并通过市中心血站为我市稀有血型献血者建立了相互交流、增进友谊的平台,使原本素不相识的人成了稀有血型献血者之家的兄弟姐妹,帮助他人渡过难关。

(岳建辉)

## 献青春热血 显青年担当

**本报讯** 为鼓励更多青年学生通过参与无偿献血公益活动增强社会责任感,10月22日,河南科技职业大学联合周口市中心血站开展“热血河南 青春力量”2024年秋季无偿献血系列活动,活动为期

6天。10月22日下午,市中心血站工作人员在河南科技职业大学图书馆举办科普讲座,并组织在校师生在图书馆前的献血车上无偿献血。献血活动现场气氛热烈,河南科技职业大学

的志愿者引导大家有序登记、初筛、献血。

“今天通过聆听专家关于献血政策与激励措施的介绍,消除了我对献血的误解与顾虑,也激发了我参与无偿献血和其他公益活动的热情。”一

位学生向记者说。河南科技职业大学相关负责人介绍,此次活动内容非常丰富,除科普讲座外,学校还将组织学生参加相关趣味游戏,向在校师生普及献血知识。(李鹤)



健康信息

## 优质服务基层行 守护百姓健康路

**本报讯** 10月16日,市卫生健康委在淮阳区白楼镇卫生院召开全市“优质服务基层行”活动现场推进会。

当日,与会人员现场参观了淮阳区白楼镇卫生院相关科室运行情况。会上,太康县、扶沟县、商水县有关负责同志分别从卫生健康行政部门、医共体牵头医院、建设主体机构等不同层面就全面达标工作作表态发言。

会议要求,要高度重视,提高站位。各基层医疗卫生机构要进一步完善基层医疗机构服务能力标准和评价体系,提高业务管理和服务质量,不断满足广大群众基本医疗卫生服务需求。要明确分工,强化职责。要压实各方责任,加强统筹协调,将“优质服务基层行”与年度重点工作同部署、同安排、同调度、同考核。医疗集团牵头医院要

落实好帮扶共建责任,切实将优质医疗卫生资源下沉到基层,加大对医疗集团乡镇分院的支持力度。各新申报机构和复核机构要落实好活动主体责任,组建工作团队,完善规章制度,明确岗位职责和工作流程。要突出重点,务求实效。要注重抓基础改善,持续改善医疗服务条件。注重抓质量提升,不断提升医务人员质量意识,保障医疗安全。注重抓行风建设,切实改善患者看病就医体验,提升群众满意度。注重抓宣传教育,为活动深入开展营造良好氛围。要统一标准,规范细节。要树立标准意识,对照全市统一标准,在综合管理、医疗服务、公共卫生等方面加大工作力度,务求工作实效,确保高质量通过省级验收评价。

(史书杰 黄耀宗)

## 市中心医院

### 以书会友 培根铸魂

**本报讯** 为丰富全院职工业余文化生活,用书籍点亮智慧之光,近日,市中心医院在职工书屋举办“书香书韵”读书分享会。

活动现场,周口市“阅读推广人”赵灵活老师作为主讲嘉宾,为大家带来了自己近期阅读并喜爱的书籍,向大家阐述了推荐的理由。参会职工畅所欲言,以书会友,互荐好书。

市中心医院门诊办公室主任陆金平为大家推荐了《毛泽东选集》。儿童保健科护士长孔鑫带来了毕淑敏的著作《我很重要》,讲述了自己对这本书的深刻感受。磁共振室工作人员曹君洁阐述了《遥远的救世主》里令人深思的哲

学道理,让大家感受到了这本书的魅力。功能科工作人员刘媛媛等与大家一同重温经典哲学名著,讨论了他们多年来的读书心得与体会。

除了线下分享会,市中心医院还邀请了多名不同领域的读书爱好者在线上进行主题分享,让大家在学习中成长,在交流中启迪,从中汲取智慧与力量。

本次读书分享会结束后,不少与会人士表示受益匪浅,收获颇丰。下一步,市中心医院还将继续以文化驱动创新,持续发挥读书的培根铸魂、启智润心作用,让文化“软实力”成为市中心医院高质量发展的“硬支撑”。(晋淑娟)

## 周口骨科医院

### 开展义诊活动 倡导强健骨骼

**本报讯** 10月21日,周口骨科医院在门诊大厅开展世界骨质疏松日、中国镇痛周大型义诊宣教活动,普及疾病“防、治、康一体化”理念。

活动现场,医院相关医务人员免费为群众测量血压、血糖,详细讲解骨质疏松症的早期症状、骨质疏松症疼痛的早期识别、身材变矮和脊柱反弯发生骨折的原因、骨质疏松的危害等,还针对就诊群众的不同体质和症状提出个性化的诊疗建议和治疗方案。同时,医务人员还发放了大量健

康教育知识宣传单。本次义诊活动向90余位群众提供了免费检查和健康咨询服务,发放健康宣教资料120余份,赢得了群众的好评。周口市医学会骨质疏松分会主任委员沈梅梅表示,希望通过义诊活动,进一步提高群众对骨质疏松症和骨质疏松相关疼痛的认识,做到早发现、早诊断、早治疗,切实增强群众健康意识和自我保健能力,助力健康周口建设。

(李壮)

## 养成良好习惯 预防睡眠障碍

**本报讯** 近日,市第六人民医院睡眠医学科接诊了市民孟先生。他长期以来入睡困难、睡眠质量差。经过该科的专业治疗,孟先生的睡眠恢复了正常。

据了解,孟先生起初只是偶尔入睡困难,他认为是工作压力大及生活节奏快造成的,并没有在意。然而,他的睡眠问题越来越严重,精神状态也越来越差,以至于影响了工作效率,脾气也变得暴躁。孟先生尝试了各种助眠方法均没有效果,只得到医院就诊。

睡眠医学科主任闫换妮接诊后,为孟先生进行多导睡眠监测、心理评估等,最终诊断他患有睡眠障碍,并为其制订了治疗方案。经过治疗,孟先生逐渐恢复了正常睡眠,精神面貌也有大改观。

闫换妮介绍,睡眠障碍会严重影响人们的生活质量。要预防睡眠障碍,要养成良好的生活习惯。“要保持规律作息,每天尽量在相同的

时间上床、睡觉和起床,督促自己规律睡眠。”她说,睡觉时,要保持卧室安静、黑暗和凉爽,选择舒适的床垫和枕头,同时保持卧室环境整洁。

“另外,适度运动可以促进血液循环,缓解压力,有助于提高睡眠质量。但要注意运动时间,不要在睡前进行剧烈运动。”闫换妮说,睡前还应避免摄入咖啡因和尼古丁,减少饮酒,避免食用辛辣、油腻、刺激性食物。

闫换妮提醒,不要在床上做与睡眠无关的事情,如看电视、玩手机、看书等。午睡时间应控制在30分钟以内,以免影响夜间睡眠。难以入睡时,不要频繁看时钟,可通过深呼吸、冥想、泡热水澡、听轻柔的音乐等改善精神状态。如果因压力导致难以入睡,可以与朋友及家人沟通交流,或向专业心理咨询师求助。

(史书杰)

## 健康周刊

### 浅谈CT与磁共振的特点

常见的影像学检查有CT影像检查和磁共振影像检查。它们拥有各自的机制及优缺点。本文讨论两者之间的不同,使大家初步了解两者的特点。

提及CT影像检查,很多人第一时间想到的是它有辐射,会对人体造成一定伤害。但是,CT影像检查耗时较短,通常一次检查仅需10分钟。CT影像检查在活动性器官的病灶检查方面效果很好,可以有效避免器官运动造成的伪影,保证成像质量,降低检查出错的率。CT影像检查可精准检查出韧带钙化、骨

折等疾病的病灶。此外,CT影像检查对患者的配合度要求低,残疾患者或是自主意识模糊的患者,虽然不能接受磁共振影像检查,但可以接受CT影像检查。

磁共振影像检查的耗时较长,检查后的成像时间也更长,同时成像效果也更容易受到伪影和外界环境的干扰。磁共振技术对金属极为敏感,如果患者身上装有金属器具,如金属心脏起搏器、金属假牙等,就无法接受磁共振影像检查。磁共振影像检查最明显的优势就是没有辐射安全问题,

所以磁共振影像检查适用于孕妇及新生儿。此外,CT影像检查在应用于脊柱以及神经系统检查时可能会出现影像重叠问题,而磁共振影像检查则可以有效避免这一问题,将脊椎中的脊髓以及神经根清晰呈现出来。在人体全身检查方面,磁共振影像检查在检查人体内部组织的创伤、病变、癌变等方面更为出色,也能够检查一些先天性疾病或器官退化性病变,对人体疾病的检查覆盖率为广泛。

总之,无论是磁共振影像检查

还是CT影像检查,两者都是临床上十分常用的检查手段,各自有其优势,也有不足。所以,患者在选择检查方式时一定要遵医嘱,避免因个人主观想法而对疾病的诊断造成影响。就目前而言,磁共振影像检查的检查费用相较于CT影像检查更高,但并不代表磁共振影像检查结果比CT影像检查结果更加具有诊断学意义。患者也不能由于CT影像检查有辐射便产生抵触情绪,要根据自身的病情来选择检查方法。

(周口市中心医院 王富林)



## 健康服务热线

健康热线:13949993566 13592285505  
18222960521 15538663780  
电子信箱:zkrbwsb@126.com