

关爱护士队伍 护佑人民健康

市二院举行庆祝国际护士节活动

■通讯员 江汇浪 王宇

本报讯 为迎接第111个国际护士节,日前,市二院采用线下、线上两种方式举行庆祝活动。市卫健委主任、市中医药管理局局长、市二院党委书记、博士生导师、二级主任药师郑东辉教授出席会议并讲话,纪委书记徐德凡,副院长王建营、李坚及部分护士代表、职能部门负责人等参加。大会表彰了在护理工作岗位上作出突出贡献的先进个人。郑东辉代表院党委向辛勤工作在临床一线的全院护士、为护理事业发展作出贡献的离退休前辈致以节日的问候,同时,向奋战在抗疫一线的护士们致以崇高的敬意和衷心的感谢。

郑东辉指出,从硬核战“疫”到急症救护团队创造ECMO技术全国第六的成绩,都离不开广大护理人员的奋勇拼搏。郑东辉强调,今年护士节的主题是“关爱护士队伍,护佑人民健康”,院党委将从多角度推进护士队伍的稳定和

发展,提升护理人员的幸福指数。广大护理人员要着力聚焦人民群众医疗健康需求与公立医院高质量发展目标,不断增强群众就医获得感,不断提升群众生活幸福感,为加快建设苏北区域医疗高地和实现中心城市复兴的淮安梦贡献二院力量。护理部主任唐金凤在致辞中表示,一年来,全院护理人员在院党委的正确领导下、在分管院长的关心指导下、在各职能部门和科主任的通力合作下、在全体护理人员的共同努力下,取得了卓

越的成绩。今后,护理部将多形式、多渠道、全方位宣传护理领域的先进典型及护理队伍的成绩,树名护、打品牌,用身边人、身边事教育和引领护理队伍,尤其要发挥护理队伍中党员的先锋模范作用,将可复制的经验和模式予以推广,汇聚更多正能量,为人民群众提供更好更优质护理服务。大会还举行了新人职护士授帽仪式,并举行庄严的宣誓仪式。



为做好常态化疫情防控期间血液安全供应保障工作,满足医疗需求,确保人民群众生命安全和身体健康,近日,淮阴区卫健委组织开展无偿献血活动。这场主题为“凝聚力量、捐献热血、拯救生命”的无偿献血活动吸引了180余位医疗卫生战线工作者参加,累计献血64500毫升。
■通讯员 孙越 李娟

市一院营养科医师董秀勋: 减肥瘦身要从“心”开始

■通讯员 王玉玲 秦文卿 黄艳红

本报讯 近日,由中国营养保健食品协会体重管理专业委员会主办的第二届全国体重管理学术会议在线上举办。会议举行了全国第一届体重管理青年演讲比赛,淮安市第一人民医院营养科营养师与卫生专业硕士、主治医师董秀勋以出色的表现荣获一等奖第一名。董秀勋号召各位“胖友”,减肥瘦

身要从“心”开始。她说:“管住嘴,迈开腿,一滴一滴流汗水;减得快,减得慢,减肥用心是关键。”董秀勋认为,在减肥的道路上,大家忽略了一个最大的问题——自己的心。“外形的胖瘦,改变不了住在身体里的那颗心,那颗渴望美食、盲目节食、不爱运动的心。临床研究表明,如果忽略自己的内心,体重下降只是暂时的,迟早会反弹,还会伴有暴饮暴食、情绪性进食等现象。”

在与“心”的艰苦奋战中,董秀勋认为“胖友”们需要着重打败“三心”。首先要打败懒惰之心。要制订明确的周计划,适当低碳饮食,注重荤素搭配,按计划执行,认真做好记录。有研究发现,每天记录进食数量的减肥者所减重量,是无记录者的近两倍。其次要打败放纵之心。董秀勋说,在任何场合就餐,都不要把盘子当成垃圾桶,不给自己大吃大喝留有任何机会。每次进餐,都把自己当作一位美食家,用心去感受食物的香甜可口。在亲朋好友小聚时,也要提前确定菜谱,把配额留给“最爱”,细嚼慢咽,放大食物的

美味,用心去品尝,喝牛奶就要喝出牛奶的香醇,吃水果就要吃出果汁的清甜。最后要打败好吃之心。董秀勋说,生活需要仪式感,减肥亦是如此。“胖友”们需要增加减肥的仪式感,选择精美的餐具,寻找进食的乐趣,把精心制作的食物放在美丽的盘子里,心情都会变得美丽。董秀勋提醒“胖友”们要关注内心,分辨真饿还是假饿,充满仪式感地吃东西,吃得用心、吃得开心,增添减肥的动力。

军旅画家在建阳眼科医院成功摘除白内障

■通讯员 姜新基 严加宏

本报讯 近日,军旅画家顾正主前往建湖建阳眼科医院治疗眼疾。对于一位画家而言,眼睛格外重要。随着年龄的增长,顾正主不知验配了多少近视眼镜,都无法满足画家的用眼需求,经过北京某眼科医院专家检查,诊断其患有白内障,一只眼被摘除白内障并植入人工晶体。遗憾的是,经过一段时间恢复,并没有达到理想的效果。在盐城老乡徐桂荣的指点下,两人一起回盐城,专程来到建湖建阳眼科医院医治眼疾。建阳眼科医院副院长、主任医师胥传连为确保两人符合手术指征,进行了仔细认真的检查,发现顾正主眼睛有白内障和白内障,必须先进行白内障摘除手术。5月3日,顾正主、徐桂荣分别由胥传连进行了白内障摘除和干细胞移植手术,手术很顺利,二人感觉良好,对胥传连的医术连连称赞。术后第三

天,顾正主进行了白内障摘除术,手术采用小切口无缝线,实施白内障摘除加人工晶体植入术,整个手术仅用了20分钟,顾正主称在整个手术中“没有任何感觉”。第二天体检时,顾正主视力已恢复到0.8,他非常高兴。当被问及这台白内障手术为何能如此成功时,胥传连说,为了确保手术成功,他在术前专业性检查的基础上,制定了一整套预案和个性化的手术方案。为了让顾正主在手术后有理想的视力,医院为他量身定制多焦点人工晶体。该院院长葛正光说,选择人工晶体并不是越贵越好,适合自己的才是最好的。为了选对适合顾正主的人工晶体,葛正光反复检查、校对数据。出院那天,顾正主和徐桂荣特地为胥传连送来锦旗,锦旗表达的不仅是谢意,更是一份信任、一份认可。

市疾控中心举行全国防灾减灾日应急演练

■通讯员 马淑娟

本报讯 为持续筑牢安全发展基础,提升应急队员在自然灾害中的应急处置能力,近日,市疾控中心举行全国防灾减灾日应急演练。市疾控中心党委书记、主任姚海波,副主任邢亚东现场观摩并指导演练工作。姚海波表示,要统筹抓好疫情防控和自然灾害卫生应急准备,把自然灾害卫生应急处置与本职工作相结合,不断强化风险意识、忧患意识,按照“宁可备而不用,不可用时无备”要求,落细落实各项应急工作。



市妇幼保健院举行表彰大会

■通讯员 骆晓文

本报讯 为庆祝国际助产士节和国际护士节,展示医院护理队伍风采,近日,市妇幼保健院举行“护于心,爱在妇幼”主题表彰大会。院长刘先洋、副院长周文艳出席会议,护理部主任周玥主持会议。根据疫情防控相关要求,表彰大会设主会场和分会场。刘先洋代表全院干部职工向辛勤耕耘在护理岗位的白衣天使致以节日的问候,向受到表彰的优秀护理团体和个人表示热烈的祝贺。他说,近年来,市妇幼保健院内涵建设取得长足进步,在岗位管理、人才培养、质量控制、专科内涵、人文模式等方面不断结出丰硕成果。这些成绩的取得离不开每一位淮安妇幼护理人的努力与拼搏。在未来的路上,淮安妇幼护理人要牢记初心使命,以精益求精的工作作风与专业技术,再创新佳绩、再展新风采,为广大妇女儿童的生命健康持续保驾护航。

大会为市优秀护理单元、市优秀护理管理者、市十佳护士、院优秀护士、优秀带教科室、优秀带教老师以及各项护理技能比赛获奖代表颁奖,为护龄满30年的护理人员颁发荣誉证书。院优秀护士代表钱海林发言。表彰大会结束后,参会人员共同观看了由护理人员自编自导自演的节目《分娩战场上的铿锵玫瑰》还原了产房如同战场的场景。《护于心,爱在妇幼》表现出妇幼护理人员同心战“疫”、驰援抗疫、坚守岗位、共筑防线的工作风貌。

市三院助您优雅度过更年期

■通讯员 张金陵 丁华珍



市三院心理科专家杨海英

为了更好地解决更年期的各种心理问题,市三院心理科专家杨海英将坐诊更年期门诊,帮助有需要的患者优雅度过更年期。更年期又叫围绝经期,指绝经前后5年左右的一段时期(一般会从45岁左右开始)。研究表明,女性抑郁发病率高于男性,尤其是更年期女性,发生抑郁风险是绝经前的2倍。我国22省(市)更年期女性抑郁现状调查结果显示:近1/4的更年期女性出现抑郁障碍和一系列躯体和精神心理症状。

很多人觉得更年期的妇女“惹不得”,但是很少有家人、朋友能理解她们的痛苦。进入更年期的妇女不仅有各种“不爽”情绪,还会出现潮热、出汗、失眠、烦躁、坐立不安、心慌胸闷、四肢发麻发胀、食欲差以及胃部不适等症状。更年期的种种不良反应有可能影响到生活质量,市三院专家建议,如果能在出现更年期综合征的早期就积极规范开展心理治疗,把握最佳治疗时期,可以有效缓解更年期心理问题,让更年期充满阳光。

市口腔医院

举行庆祝国际护士节活动

■通讯员 王昱淳

本报讯 近日,在第111个国际护士节来临之际,淮阴区卫健委党委书记吴洪乐前往淮安市口腔医院看望并慰问优秀护士代表,向她们致以节日的祝福并送上区卫健委党委的关怀与问候。吴洪乐询问了护士们的工作和生活情况,

感谢她们在护理岗位上的坚守与奉献,希望大家继续以高度的责任感、专业的护理操作技能和优质的服务守护人民群众的口腔健康。淮安市口腔医院护理部开展了“花漾天使·幸福绽放”国际护士节花艺展示活动,通过学习插花的搭配技巧及花卉养护知识,将护士们从繁忙的工作中解放出来,让她们过一个轻松愉快的节日。院领

导对护理工作为医院发展作出的努力和贡献表示诚挚的感谢,衷心祝愿每一位护理工作家庭和美、生活幸福。新冠肺炎疫情发生以来,淮安市口腔医院护理工作积极响应号召,奋战在疫情防控第一线,她们是逆行的勇士,是生命的守护者。

老人患腹泻两年未愈 中医辨证施治除顽疾

■通讯员 张丽 申琳琳

本报讯 日前,持续腹泻两年的沈大爷在市中医院脾胃病科治好了自己的顽疾。两年前,家住盱眙县的沈大爷突然无缘无故地开始腹泻,大便从每天数次发展为十多次,性状也从糊状逐渐转变为清水样。沈大爷立刻去医院就诊,查了大便常规未发现异常,吃了点止泻药后好了。沈大爷原本以为这只是一次普通的就诊,没想到却拉开了自己反复就医的序幕。两年来,沈大爷持续腹痛腹泻,体重不断下降,家中常备诺氟沙星、阿莫西林、必奇等药物。为应对突然发生的腹泻,他出远门时还得带上尿不湿。为了治病,沈大爷做过各种检查,西药、中药都吃了,还试了“土方子”,可就是没啥效果。求医心切的沈大爷找到了市中医院脾胃病科主任耿昌海。结合患者之前检查结果和症状,耿昌海初步诊断沈大爷患上了功能性肠炎,需住院治

疗。西医查不出病因,中医却有“证候”,耿昌海通过望、闻、问、切,发现患者证属“脾阳不足”,随即为患者量身定制了治疗方案,使用党参、薏苡仁、陈皮等中药口服健脾祛湿、温阳止泻,同时配合使用隔物灸,取中脘、神阙等穴,温阳益气。治疗一周后,沈大爷腹痛腹泻的症状明显好转,大便由原来一天十余次降至5次左右,腹痛症状也消失了。又经过一段时间的治疗,沈大爷的大便次数已减少到每天1-2次,且大便成形,腹痛症状再未出现。出院前,沈大爷特意将一面锦旗送给市中医院脾胃病科的医护人员。耿昌海介绍,中医在治疗功能性肠炎方面,注重整体观念,可根据不同证型,选择不同的治疗方法,如脾肾阳虚者,采用温肾健脾、涩肠止泻药物;可选择艾灸、针灸、穴位贴敷等方法;大肠炎热者,采用清热利湿、清热解暑止泻药物,可选择中药灌肠等方法。

淮阴医院人文关怀暖人心

■通讯员 马立华

本报讯 近日,在淮阴医院一楼门诊大厅,导医谷文文看到一位拄着拐杖的老人独自来就诊,立刻推着轮椅迎上前为其服务。挂号、诊断、拿药,一个多小时的陪伴,让这位老人十分感动,她拿着收费票据连连称赞:“淮阴医院不仅服务好,而且收费低廉。”“作为特殊群体,老年人需要更多关爱。以病人为中心,以疗效为核心,让老年患者在这里得到更加优质、体

贴的医疗服务,享受到更为温馨、温暖的就医体验和亲人般的照顾,是我们的初心和落脚点。”淮阴医院门诊党支部书记张利平说。打造惠民医院,提供优质服务,让群众满意,是淮阴医院全体职工共同努力的目标。淮阴医院始终坚持以人为本,将人文关怀融入医院的每个角落。在这里,医疗服务不是冷冰冰的词语,而是贴近人心的关怀。该院为年老体弱、家中无陪护的患者提供人文关怀和生活上的照顾,让患者感受到来自医院的温暖与关爱。



问:居家隔离人员要遵守哪些管理要求?
答:居家隔离人员应在卫生机构评估以及社区管理人员指导下进行居家隔离,按时向社区管理人员报告体温、症状等,并按照疫情防控

要求配合社区完成核酸检测。拒绝一切探访,居家隔离期间不得外出。如因就医等确需外出,需经所在社区管理人员批准后方可,安排专人专车,全程做好个人防护,落实闭环管理措施。(江荣 杨文洲)