

医讯速递



市五院赴新加坡高端培训

本报讯(记者 汪辉 通讯员 宋连英 杨粤)为提高医院中层干部的管理水平,学习国外先进的管理理念、人性化服务以及医患沟通技巧等。市五院日前组织30余名中层干部赴新加坡接受了为期一周的医院高级管理培训。

在新加坡期间,医务人员听取了新加坡国立大学、新加坡南洋理工大学、竹脚医院、樟宜医院等知名医院管理专家系统地讲述了现代医院优质服务管理及医院流程改进、如何提高中层干部的执行力、医院风险防范与医患沟通技巧、医院危机管理、激励与管理艺术以及人性化服务等多个课题。同时,实地参观了新加坡国立大学医院、亚历山大医院和竹脚医院三所新加坡知名医院,更新了自身的发展观念、法制观念、创新观念、全局观念,进一步提升了领导能力、管理水平和执行能力。

市骨科医院进行全员培训

本报讯(记者 汪辉 通讯员 王伟民)如何发挥公立医院公益性,更好地为群众提供优质的医疗服务?市骨科医院日前进行了“思维决定成败,从优秀到卓越”为主题的全员封闭式培训。

该院邀请国内知名专业讲师刘育良,为全体职工深入浅出地讲解了如何提高学习创新意识、危机奋斗意识、执行服务意识、团队意识等全新的理念。开拓思路,提升执行力目的,以此为契机,该院还在全院开展了“全面提升质量管理水平月”活动,着力强化“以人为本,以病人为中心”的服务理念,更新服务模式,简化就医流程,为病人提供更加人性化的服务。

市七院关爱农村妇女健康



医务人员正在为农村妇女健康检查。市七院日前组织义诊服务小分队,带上心电图机、B超等医疗设备,走进经济开发区所属的梁湖、曹古寺、大孙庄三个自然村,为农广大农村妇女送医送药、义诊服务,建立健康档案。

本报记者 汪辉 通讯员 侯惠霞 王香枝 图

贝因美奶粉为孩子献爱心

本报讯(记者 张梦珂)阳春三月,贝因美郑州分公司的工作人员来到了郑州市福利院,看望这里的孩子们,为他们送去一片温暖和爱心。该公司负责人表示,希望通过献爱心活动让这些特殊的孩子们感受到社会大家庭的温暖,从而健康茁壮地成长。

据了解,贝因美始创于1992年,以“关爱生命,热爱生活”为宗旨,全方位服务于中国的婴童事业。十几年的孜孜追求,已在消费者心中树立了“育婴专家”品牌地位,成为中国婴童产业的领跑者和最大规模企业之一。贝因美将继续追求“中国婴童行业第一品牌”的目标,全心全意帮助中国宝宝健康成长。

经济技术开发区成立爱心俱乐部

本报讯(记者 陈锋 实习生 刘贞)郑州经济技术开发区爱心俱乐部昨日成立,该俱乐部将通过爱心行动,切实帮助妇女儿童和其他困难群体。

“为爱心人士搭建一个奉献爱心的平台,让需要帮助的人们得到关心和帮助”,俱乐部有关人士表示,他们将举办法律、技能、礼仪文化等培训班,提高妇女素质;协调下岗工人再就业及外来务工妇女就业和外来流动儿童入学问题;调节家庭纠纷问题,协调相关部门提供妇女维权法律援助问题,严厉打击家庭暴力行为;因家庭困难造成失学及特殊家庭生活困难的,给予一定帮助;对自然因素导致的灾害性事件进行捐助等。

万名女性享受免费体检

本报讯“平时老想不起来体检,好在办事处为我们提供了这次机会。”金水区北林路办事处文雅社区的张颖笑着说。从3月3日至3月21日,在侨光医院的配合下,北林路办事处首次为辖区1万多名育龄妇女提供体检服务,体检项目包括腹部B超、妇科5项、红外乳透、化验(镜检)以及X线检查等。

“本着‘以人为本,优质服务’的宗旨,办事处免去了此次普查所需的全部费用。”办事处有关负责人说。据介绍,这已经是北林路办事处连续第三年为辖区育龄妇女送健康了,和以往相比,今年检查的范围和人数都有了很大幅度的增加。(袁瑞辰 杨岩峰)

多吃大枣补气生血

本报讯(记者 汪静文)大枣多糖不仅具有补气生血作用,还具有抗衰老、美容、保肝等作用。昨日下午,教育部优秀人才资助计划、河南省杰出青年基金资助项目,由河南中医药大学、河南省新郑郑星实业有限公司承担的大枣多糖补益作用研究成果顺利通过了省专家组鉴定。

专家表示,大枣多糖为大枣中含量最高的活性成分,该研究第一次系统地对比大枣多糖补气生血作用、抗衰老作用、美容作用以及保肝作用等进行了研究和探讨,为中药药效物质基础和作用机制提供了可借鉴的思路和方法,赋予传统中医药理论以现代科学内涵,并为开发新药奠定了理论和方法学基础。目前,该研究已申请国家专利两项。



特别关注

倡导健康生活 莫使血压“善变”

本报记者 周娟

春暖花开,温暖美好,可对于高血压病人来说,血压却容易因气温的波动而升高,导致头痛、头晕、失眠等症状的发生,严重者甚至还会有中风的危险。这个季节,高血压病人尤其需要注意身体的细微变化,适时控压。

记者从省会各医院近日门诊的统计情况中发现,最近一段时间,高血压特别是初诊高血压患者明显增多,这跟前段时间不少人频繁饮酒以及饮食、生活不规律等有很大关系。专家提醒,健康的生活方式是远离高血压的关键,而高血压病人除了在医生指导下坚持用药外,还要合理地安排日常生活,并进行适宜的饮食调理。

高血压是中风“元凶”

76岁的刘大爷晚年生活有滋有味,听音乐,看报纸,做运动,身体很硬朗,但他一直都有高血压,几天前,他忘了吃药。第二天早上起来,就感觉身体直晃,看东西都是模糊的,走路时直朝右边歪,右手还有点发麻。到医院检查后才知道是间发性中风,必须要住院观察。

春季气温变化较大,人体全身小血管收缩不定,从而引起血压不稳。春季里,人的情绪也比较波动,容易引起中枢性的血压起伏,出现头痛、头昏、失眠等症状。河南省中医药研究院全国中医高血压病医疗中心副主任邓松涛介绍,高血压是发生中风最危险因素,也是预防中风的一个中心环节。春天容易使血压波动,他提醒高血压患者,春季更要保持警惕,防止中风。

中风分为两大类。一类是出血性中风,另一类是缺血性中风。轻者症状比较轻,发病时意识相对清楚,但会有偏侧的麻木无力。严重者也可能会出现晕倒,昏迷,甚至瘫痪。中风病人绝大多数都有高血压病史,高血压是最常见的心血管疾病危险因素,是各种心脑血管病的发病基础。控制高血压是预防心脑血管病的关键所在。高血压患者平时应有效地控制血压,坚持长期服药,并长期观察血压变化情况,以便及时处理。

另外,吸烟、饮酒都可能对心血管有影响,导致脑中风。因为长期吸烟,可以

引起血的粘稠度增高,血的纤维蛋白也增高。加速动脉硬化形成。现在提倡少量饮酒可能对改善循环有一定好处。但是大量饮酒或者酗酒肯定会引起血压的增高,也可以加重动脉硬化。

高血压病人重调理

目前我国高血压病的患病率不断升高,一是因为市民体重普遍增加,体重与血压的升高成正比。二是现代生活节奏加快,工作竞争激烈,导致精神紧张,植物神经失调,缺少睡眠,血压也由此升高。三是饮酒量增加,吸烟也很普遍,造成血压升高。高血压病人更需注重日常调理,使人体与自然相应,养生保健要适应季节特点。

人体的生命活动是机体在内外环境的作用下,由多种因素相互作用而维持的一种动态的、相对平衡的过程。高血压中心副主任李玲介绍,内环境包括人体脏器的功能状态、心理状态等;外环境包括人们所处的自然环境、社会环境等。平衡失调,就会导致器质性和功能性的疾病。

中医主张人与自然的调和、和谐。要求养生以天地为法则,根据天地自然四时气候的变化来调养身体,高血压病受季节和气候因素影响较大。虽说春光明媚,但天气冷热不定,人体血压容易因为波动而升高,还会出现头痛、头昏、胸闷、失眠等症状。高血压患者应该在医生的

指导下,及时调整降压药物的剂量,合理应对春季血压多变的特点,使血压能够持续达标,避免高血压并发症的发生。另外对患有高血压的朋友们提个醒,除了选择合适的药物治疗的同时,还要坚持“量力而行”的适度体育锻炼,并在生活饮食习惯上,做到合理的膳食调节。

日常控压五步曲

高血压是由多种发病因素综合影响的结果,日常生活中需要根据个人情况综合调整。总的来说,中医药研究院副主任医师陈曦总结了高血压患者日常控压5步曲。

首先,要避免食盐过多。

一般高血压患者每天摄盐量最好控制在4-6克。需要注意的是,在低盐饮食的同时,要增加钾的摄入,钾可以保护心肌细胞。所以可多食含钾的食物,如苋菜、菠菜、油菜、西红柿、苦瓜、山药等。

其次,饮食宜清淡。

要遵循“春日宜少酸增甘,以养脾气”的原则,多吃大枣、花生、莲子、薏米仁、淮山药、绿色蔬菜等提倡素食为主,素食方式可使高血压患者血压降低。宜高维生素、高纤维素、高钙、低脂肪、低胆固醇饮食。多吃新鲜蔬菜和水果。柑橘、果汁、甘蓝菜、萝卜、芹菜、黄瓜、卷心菜

以及其他绿叶蔬菜对心血管均有保护作用。少食油腻食物,尤其是动物脂肪,限制食用各种动物内脏、肥肉、奶油、蛋黄、河鳗、鳝鱼、蟹黄等含胆固醇、脂肪酸较高的食物。

再次,要戒烟限酒。

香烟中的尼古丁会刺激心脏,使心率加快,促使血管收缩,导致血压升高,尼古丁还能促使胆固醇沉积在血管壁上,增加冠心病和中风发生的机会。少量饮酒可增加血中高密度脂蛋白,能预防动脉硬化,应以少量低度酒为宜,过量饮用高度酒,会加速动脉硬化,且对降压药物产生抵抗作用。

另外,选择适度的有氧运动。

运动可以调节人体的高级神经活动,使血管舒张,血压下降。同时也可以增强心血管的功能,促进脂质代谢,控制肥胖,并能增强人体的抗病能力。但是,高血压患者的运动,应选择适当的项目,不宜参加过剧烈的运动,而要量力而行。运动要以精神放松,身体舒展为度,采取慢跑、太极拳、跳舞等方法。

最后,要保持心理平衡。

长期精神压力和心情抑郁是引起高血压的重要原因之一,对有精神压力和心理不平衡的人,改变自己的精神面貌需做长期细致的努力。要积极调动自身的潜力,安排好生活、工作和娱乐。

慢性病与“慢先生”

——访河南省中医药研究院全国中医高血压病医疗中心副主任邓松涛

本报记者 周娟 通讯员 李琦



专家档案: 邓松涛,河南省中医药研究院全国中医高血压病医疗中心副主任,参与并完成了“降压宝00号干预正常血压高值(亚临床状态)及1级高血压的循证医学研究”和“高血压中西医结合辨证分型个体化诊疗方案干预高血压终点事件的临床研究”。2001年至2006年连续六年被评为“院门诊治病人数最高奖”。

看一个病人都要20分钟,站在候诊室外焦急等待的患者不解甚至不满:这个邓医生看病咋恁慢?轮到自己应诊,患者的疑惑和不满一下就全没了,“邓主任真是细心人,找他看病放心。”

从不解到理解,原因何在?原来,这是邓松涛主任针对高血压病特创的“慢诊”疗法。和一般疾病不同,高血压是一个典型的社会——心理——医学模式疾病,它受地域、气候、环境、情绪、习惯等诸多因素的影响,高血压患者的个体特征性强,通过看似随意的聊天,全面了解患者情况,是进行辨证施治的前提。

每位病人前来就诊,邓松涛总要先和病人聊上半天。像一个知心的老朋友一样,他和患者侃侃而谈。从日常起居到人际交往,从家庭环境到工作状态,详细了解病人的各项情况之后,邓松涛这才下单开药。

邓主任不仅说得更多,写得更多,他开的每一张处方上,都写有一个个体化治疗方案。一天服药几次,早中晚服药时间和剂量,多长时间可以停药,多久复查一次,一看处方,患者一目了然。

不仅如此,邓松涛更是不厌其烦地为每一位患者普及健康知识。高血压是一个典型的慢性病,需要长期合理地用药和调养,同时,高血压的形成和不良的生活方式有很大关系,干预点的提前也是有效预防高血压的手段之一,如果总是存在侥幸心理,不引以为意,一旦产生并发症就为时已晚。

正因如此,邓松涛才十年如一日,坚持自己的就诊原则。他总说,相对于患者今后的健康来说,20分钟的时间不算长。时间长了,很多患者都慕名找到这位“慢诊”大夫,并亲切地称他“慢先生”。

一个弃婴的“春天”

本报记者 郑磊 通讯员 靳凤梅 张洁

在郑州市中心医院新生儿科的病房内,医护人员正围着宝宝依依惜别。

孩子的小手拽着“妈妈”的衣角,红润的小脸透着健康。被母爱包围了九个多月的宝宝,即将离开这个温暖的大家庭,被送到市福利院开始新的生活。

10个月前,孩子的母亲在一家私人诊所临产。孩子呱呱落地,母亲却因为产后大出血,抢救无效死亡。孩子被父亲任清岭送到了郑州市中心医院。儿科专家立即给孩子做了全身检查,结果显示,孩子患有新生儿重度窒息,加上颅内出血,小生命危在旦夕。

最需要亲情和关爱的时刻,孩子的父亲却借口回家拿钱悄悄离开了医院。“孩子有病俺也很心疼,可俺实在是没办法呀,实在不行,俺也……”电话那头的任清岭挂断了电话。

电话的盲音似乎要将这个刚出生的小生命推向深渊!也使医院的救治工作陷入了被动。最终,救死扶伤的医者仁心战胜了一切。没有片刻的犹豫:先救活孩子再说。

颅内止血、吸氧、抗感染治疗……孩子的病情渐渐稳定了下来。

医护人员又对孩子进行了按摩、针灸等康复治疗、功能训练,以便更好地促进大脑发育,改善大脑营养。

她们像对待自己的孩子一样精心呵护着患儿。每天上班前,她们会过来逗逗他,下班后再过去看看。时间长了,这已经成为她们工作、生活的一部分。

医院只有婴儿满月之前的衣服,眼看着孩子渐渐长大,她们把自家孩子的衣物拿出来给他穿,把孩子打扮得干干净净。护士长陈琳华还亲自为孩子缝制了一套合身的衣服,一针一线,都融入了拳拳慈母情;几个月大的孩子,如果只喝奶粉,营养跟不上,她们又买来米粉,买来鸡蛋炖成鸡蛋羹,吹凉了,一口一口喂给孩子吃。住往一顿饭下来,撒得她们一身都是汤水;孩子长高了,病房的小床睡不下,也不适合与其它婴儿同住了,她们就想办法给他制了一张大床,享受起“单间”的待遇。

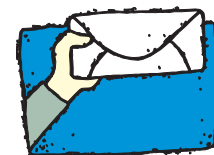
孩子重获新生,最高兴的还是悉心照料的“妈妈们”,她们每次抱起孩子总是爱不释手,亲切地叫他“宝宝”。

健康维权



看病难、医院医德医风问题成为人们议论的焦点。作为党报,我们将紧密配合相关部门工作,竭诚为您服务。如果您是医院漫天要价的受害者,如果您在看病过程中合法权益受到侵害,您可以向我们投诉。我们将秉承权威和公正来维护您的合法权益。

维权热线:0371-67655507 手机:15803810387



专家信箱

近一段时间以来,记者接到不少热线电话,许多患者都希望能借助《卫生健康》的版面直接和医院专家进行互动。为此,本报健康周刊特别开辟“专家信箱”栏目。除了针对疑难杂症进行答疑解难,您还可以通过这个平台了解日常养生保健知识,以及一些常见病的预防、治疗措施等。

热线电话:0371-67655507 电子信箱:zzrbjiankang@163.com



宝宝是不幸的,一出生就患有重度窒息、颅内大出血,母亲因产后大出血撒手而去,父亲把他遗弃在医院;宝宝又是幸运的,素昧平生的“妈妈”们悉心照料,为孩子送来一个爱的春天。