

健康快讯

市二院 把最好的房间留给病人

本报讯(记者 李笑展 通讯员 陈燕)日前,市二院行政办公区域整体搬迁,腾出条件较好的房间整修为病房,满足患者需要。行政人员搬进简易房,实行集中办公。

今年,市二院先后增设了甲状腺腺病、呼吸内科、小儿眼科、眼底病科四个病区。随着住院病人量不断增多,原有的住院部已不能够满足病人的需要。市二院班子决定把条件好的房间腾给病人,从硬件上为病人创造良好的就医环境,满足患者需要,全体行政人员搬进简易房内。扩展后的病区增设了60张床位,小儿眼病中心成为一个单独的病区,缓解了病人在院外等床位的局面。

郑州人民医院

体细胞免疫治疗恶性肿瘤

本报讯(记者 汪辉 通讯员 于莉)如何有效防止早期肿瘤病人术后复发?如何不再让人们“谈癌色变”?昨日,从郑州人民医院传出喜讯,省内首家达到国家GMP标准的专门从事肿瘤生物治疗的专科实验室落户该院,细胞免疫治疗法开创“自主抗癌”新时代。

该院肿瘤内科主任梅家转博士介绍,手术治疗、放射治疗、化学治疗、生物治疗是目前治疗肿瘤的四种主要手段。临床研究表明,多数恶性肿瘤患者在手术、放疗和化疗后,其体内仍有残余的肿瘤细胞。对于肿瘤患者来说,通过提取、纯化肿瘤患者体内的免疫细胞,在体外经不同的细胞因子扩增,增强免疫细胞表面杀伤性受体的表达,回输给患者,提高病人自身抗肿瘤和抗病毒的能力。

市儿童医院

扎扎实实抓行风建设

本报讯(记者 李笑展 通讯员 刘妍)郑州市儿童医院重视行风建设,建立了医德医风教育、制度、监督、考评长效机制。

据院长吴文乾介绍,为了提高医务人员的医德水平,首先,儿童医院制定了医德医风教育计划,通过先进事迹报告会、组织员工看光盘、知识答卷等形式学习提高;二是制定《医德医风考评制度》,定出考评细则。三是建立医德医风个人档案,将医德考评结果记入个人档案,作为晋职晋资、评先等重要依据。每年对医德医风“优秀”人员给予奖励表彰;对医德医风“不合格”者进行批评教育,取消该年度的评优及晋职资格。四是强化社会监督,组织满意度调查,每月召开病人及家属工休座谈会,并建立行风建设社会监督员制度,聘请社会各界15名监督员,及时征求意见和建议,提出改进措施。

郑大一附院

门诊医技楼工程开工

本报讯(记者 汪辉 通讯员 曹咏 温廷勇)省重点工程、郑州大学第一附属医院门诊医技楼工程日前正式开工。

据了解,该门诊医技楼工程建筑面积8万多平方米,地上19层,地下3层。工程投入使用后,患者足不出楼,就能按照各单元清晰的规划划分和明确的导向,不但能顺利完成挂号、交费、各科就诊和门诊手术等项目,还能完成CT、磁共振、B超、各种化验和腔镜检查等所有的医技检查治疗项目,极大缩短患者就诊时间和提高医院的工作效率。同时,楼内病患、医护通道相互独立,保证了医患分流,既关怀了病患,也保护了医护人员,体现了该院一贯倡导的以人为本的服务理念。

图说健康



本报讯(记者 丁友明 文/图)郑州市第六人民医院日前组织医护人员到市儿童福利院,为200多名孩子免费进行了传染病检查。医院有关负责人表示,今后,医院将组织青年志愿者与福利院结对子,定期为孩子们检查身体,并在流行病高发期到福利院指导传染病防控工作。



本报讯(记者 李笑展 通讯员 刘瑛 文/图)10月11日上午,郑州市妇幼保健院在院病房楼举行“郑州慈善日”捐款活动。该院党委书记刘法启主持捐赠仪式,号召大家“与慈善同行献一片爱心”,全体职工积极响应,掀起了捐赠活动的热潮。据悉,2万多元捐款将全部捐赠给市慈善总会。

“如果在1的后面画上无数个0,1代表‘健康’,0代表‘功’、‘名’、‘利’、‘禄’等能满足欲望的东西。一旦1没了,身后的0再多也只是0。”10月12日,北京大学公共卫生学院社会学与健康教育系教授、CCTV百家讲坛《健康的生活方式》主讲者钮文异教授来到郑州,提醒绿城市民——

我的健康我做主

本报记者 郑磊

“30岁之前积累学历,60岁以前积累经历,90岁以前积累病历。”

一位在深圳工作的34岁白领,在一家企业营销部做经理,他有一个人生目标,就是要有100万的存款,一幢别墅和一辆本田小轿车,为了实现这个目标,他夜以继日地工作。结果这三个目标没有实现,却领到了一张“死亡证书”。

“联想到了演员傅彪,相声大家侯耀文,想到了高秀敏、王均瑶……他们都是走上了‘富了票子,丢了身子’的不归路。”钮教授说,“如果在1的后面画上无数个0,1代表‘健康’,0代表‘功’、‘名’、‘利’、‘禄’等能满足欲望的东西。一旦1没了,身后的0再多也只是0。”

采访中,市中心医院消化内科主任医师吴慧丽告诉记者,在城市,68%的人几乎不运动,缺乏锻炼;很大一部分人缺乏主动体检,有些人甚至有病也不愿求医,其中76%的人从不体检;80%左右的上班族不吃早餐,三餐无规律,超过1/3的人不能保证按时就餐。

“睡眠不足,眼圈发黑;患上抑郁症却找不到良药;更年期提前而猝不及防;越来越多的城里人为了应酬,酒越喝越多,心情越来越差,

肚皮越来越松弛。这些都是人们常见的健康隐患。”吴慧丽说。

“我的健康我做主,防病不及自受苦。”

“出门就打的,上班坐电梯。”这是大多数都市人的生活写照,钮教授说,还有一些人是典型的“鸵鸟效应”:往往是疾病找上门了才仓促就医,根本没有主动体检的意识。

调查显示,影响健康的因素中,个人生活方式的影响占到54%,遗传因素的影响占到16%,而医疗条件的影响只占到8%。可见决定人们健康的主要还是自身。

那么,都市人如何做主健康?树立健康观念,加强健康意识,这些至关重要。此外,养成良好的生活方式,合理膳食,戒烟戒酒,心理平衡,平衡运动等也不可小觑。

钮教授坦言,现在很多人出现在临床上“查不出症状”的疾病,这是一种亚临床的阶段,属于亚健康状态,同样引起人们关注。但实际上有很多人对自己的病情忽视、逃避,危害极大。更新健康理念,将健康意识树立到每个人的心中,加强预防,将关口前移,这些都不失为上策。

“宁舍一顿饭,不舍降压片。”

10月8日是全国高血压日,今年的主题是“家庭自测血压”,提倡“人人测血压,时时知血压。”

“我和我母亲都是高血压患者,但我们每天都按医嘱服药。在治疗高血压方面,我有一句格言叫‘宁舍一顿饭,不舍降压片’,此外还专门准备一个本子记录每人每天的血压状况,做好了预防工作。我今年52岁,血压控制得很好,也没有出现其他并发症。只要做好预防,保持健康的生活方式,就算是高血压患者仍然可以健康长寿。”钮教授现身说法鼓励高血压患者,要增强战胜病魔的信心。

市一院心内科主任医师余宏伟告诉记者,目前高血压病人不仅逐年增多,而且发病年龄趋于年轻化,高收入、高职位、多应酬的人群正成为高血压的“新宠”。工作压力大、膳食结构不合理,生活不规律、烟酒过度、遗传等因素都是高血压病的成因。

预防高血压,关键是拥有健康的生活方式。控制体重,减少食盐的摄入,减少食用油、肥肉、油炸食品等含脂肪较多的高热量食物,平时要注意戒烟少酒。此外,适当运动,保持轻松愉快的情绪,避免过度紧张都是预防高血压的有效措施。



护士心语

我们很忙但很快乐

她们被人称作“白衣天使”;她们的工作是救死扶伤和照顾病人;她们每天从事各项琐碎而又复杂的工作;她们说,工作很忙,但是很快乐。

李星是郑大一附院乳腺外科二病区的护士长,她和14个护士共同组成这个病区的“守候者”,一天24小时,每时每刻都有人守在这里,随时对待可能发生的一切事情。最忙的时候,他们同时照顾70位病人,李星说:“那时候我们忙得不可开交,但是我们还是面带笑容做每一项工作。”

李星从事护理工作已经19年了,从一名普通中专毕业的小护士,到现在本科学历的护士长,她说:“每一天都很充实,都很忙碌。”

“当然也有烦躁或者委屈的时候,但是我会马上把情绪控制住,面对病人还是要热情细心。”问她她为什么可以十几年如一日地工作,她说,她只是以一名合格护士应该具备的素质要求自己。“基础护理和专科知识这些内容都可以在日后的学习和练习中提高,但是良好的思想品质却是最重要的,这是我们作为一名护士的基本要求。”

十几年来,李星多次荣获优秀护士长、护理先进个人等称号,并带领自己的团队多次获得先进护理集体的称



号,她手把手教导出来的一名护士还获得了全国护士岗位技能竞赛的铜牌。问起以后她有什么打算,她说,她在事业上并没有太多的奢望,她会依旧将自己的本职工作做好,将手下的护士带领好,将病人护理好。“病人和我们的关系,就像亲人一样,每天朝夕相处,我们都希望看到病人早日康复。”

王玲是这个病区另外一名“护理名手”,她是主管护师,目前却同时做着总务护士和学生带教的工作,一个人做三个人的工作,让她的每天工作异常忙碌。

每早7:30,她就来到了单位,坐在工作台上记账、完善病人病历表、统计、登记……往往做完这些工作,就到中午12点左右了;匆匆吃完饭,她就要

准备第二天所有病人需要的东西,包括所要换的床单、换药的内容、打针与否、医嘱等。她说:“这些工作看起来很简单,但是非常琐碎,也非常需要耐心,尤其是医嘱,不能有一点差错,因为这关系到病人的用药,稍不注意也许就会酿成医学事故。”王玲今年33岁,在从事护理工作15年来,还没有一起用药错误。

由于这个病区刚刚成立不久,新护士很多,王玲的工作又多了一项——带领这些年轻护士尽快熟悉各种技能。几天前的一个晚上,快要休息的王玲突然接到一个电话,原来当晚值班的护士给一位病人扎针时遇到了问题,不知道什么原因,连扎三针都没有成功。王玲穿上衣服马上赶到医院,检查原因并且帮病人扎针。“其实像这样的事情很多,所以我们的手机24小时开机,有什么问题,第一时间就要赶到病人面前。”

在李星和王玲的带领下,这个“白衣天使”团队和病人的关系非常融洽,“微笑、耐心”是她们的宗旨,就像正在这里治疗的病人刘女士所说:“小护士们都很热情很认真,对病人考虑得非常周到,我们住在这里,心里很踏实。” 本报记者 李焱 文/图

深化医院管理年 “三优一满意”大家谈

本栏目协办:郑州市卫生局 郑州市第三人民医院院长 王志余

便民惠民促和谐 优质服务树形象 优良作风创品牌

为深入学习贯彻党的十七大精神,全面落实科学发展观,促进医患和谐,我院广泛动员全院职工进一步解放思想、更新观念,增强医院快速发展的责任感和使命感,以维护好、实现好、发展好人民群众的健康利益为目标,根据省卫生厅、市卫生局的要求,结合“三优一满意”活动实施方案和我院开展的“培养优良作风,打造品牌形象”系列活动,创造性地开展工作,优化医疗服务环境。

恪守廉医诚信作风 提升整体形象

廉洁行医是我院长期一贯的作风,业务院长、医务科、药剂科及临床各科主任组成了督导组,定期对全院科室进行检查,坚持对患者合理用药、合理检查、因病施治,严格遵守各项规定,严禁开大处方、乱检查、指定地点购药、执业医师擅自到其他地点执业取酬等行为。

坚持诚信服务作风。医院物价科负责医疗服务收费的监管,严禁违规行为。正确引导病人就医,严禁发布虚假医疗广告。坚持医疗服务项目、药品价格、一次性耗材公示制度,公示率100%。对贵重药品、特殊检查和医保、新农合自费项目等定期征求患者意见,患者知情同意率100%。使患者清清楚楚看病、

明明白白消费。创新便民惠民措施 深化服务理念 服务不是口头禅,而是要实实在落在落实到行动上,我院在服务中坚持“以人为本”理念,实实在在为患者着想,开展人性化、亲情化、温馨化便民惠民服务。设立24小时医疗咨询电话,坚持对每一个出院患者进行电话回访,坚持定期社区义诊,增加单病种收费项目,在病区为患者配备微波炉方便患者就餐,对白内障和唇腭裂患者常年进行免费治疗等等,便民、惠民措施的落实,不但缓解了群众“看病难、看病贵”的问题,而且在医院和患者之间架起了一座沟通的“连心桥”,有效地实现了人性化服务的延伸和医疗服务的延伸。

为了深化“三优一满意”活动,按照郑州市卫生局的统一部署,10月12日,我们在航海东路社区参加了“万名医护送健康”活动。医院共抽调出30个科室的120余名医务人员为800多人实施了义诊。为群众免费发放内放健康宣传资料的环保袋1500个和价值3万余元的免费药物。同时,我院还开展了“六送健康”活动,将长期开展便民、惠民活动,深入持久地将活动深入到农村偏远地

区,为农民朋友送上健康服务。近日,医院将配合郑州市慈善总会,为1000多名老人免费体检,还要到工厂、农村,开展肿瘤普查活动。

慈善服务献爱心 亲情管理树形象

近些年来,我们开展了一系列慈善服务项目,2006年7月,我院被中华慈善总会指定为“微笑列车”定点医院,至今已为近2000名患者免费实施了唇腭裂修复手术,一个小小时的手术,彻底改变了患者的命运。

2007年5月份,市政府在全市开展“曙光行动”,我院被指定为“郑州市争创白内障无障碍市”定点医院,常年为白内障患者开展免费手术,一年多的时间,已为2000余人实施了白内障复明手术,其中,年龄最大的100岁,最小的11岁。

此外,我院开展了多项便民、优惠措施:推行亲情化管理,建立“惠民门诊”,“爱心病区”,在门诊等窗口科室开展迎、问、导、扶、帮、送的服务活动,实行一站式服务,为低保人群开展免费健康体检等活动,拉近了医院与患者的距离。 本报记者 李笑展 通讯员 邵德欣 整理

郑州市口腔医院

口腔爱牙热线 6280600 66280655 郑州市二七路224号

中华慈善总会唇腭裂免费治疗医院

乳牙坏了要早治

王女士:我女儿四岁了,幼儿园体检有三颗龋齿,去医院治疗,可我婆婆说小孩子没换牙呢,等换完牙自然就好了,没关系,不用治,请问怎么办?

郑州市口腔医院 儿童牙科主任李路平:儿童乳牙患了龋齿,很多家长都会不以为然,认为乳牙迟早要换掉,不必去治疗。实际上,这是一个普遍存在的误区。乳牙龋齿若不及时发现治疗,会带来很多危害。

一、影响生长发育。乳牙和恒牙的替换是按一定的顺序依次进行的,一般从7岁左右开始,从门牙至磨牙,一个个脱换,直到12岁左右才换齐。由此可见,乳牙虽然会被替换,但它们在儿童的生长发育高峰期,担负着整整10年的咀嚼工作,特别是8颗咀嚼功能大且脱换最迟的乳磨牙。孩子如果多个乳牙患龋,咀嚼功能必然降低,这会直接影响儿童的营养摄入,颌面部和全身的生长发育也会受到影响。

二、导致恒牙发育不全。乳牙龋齿如果不加以治疗,龋坏进展迅速,可发展为牙髓炎、根尖炎,患儿在遭受疼痛折磨的同时,感染可能会发展到乳牙下方的恒牙胚,导致恒牙釉质发育不全,甚至无法发育。

三、导致牙列不齐,影响美观。乳牙龋坏严重可导致乳牙过早缺失,下面的恒牙也会受影响,出现过早或过迟,导致牙齿排列不齐,影响咬合关系。此外,如果一侧乳牙龋坏严重,使得患儿不敢用患侧咀嚼,养成偏侧咀嚼习惯,会导致儿童颌骨发育不对称,严重影响美观。

此外,幼儿期是儿童学习语言的关键期,乳前牙的大面积龋坏会影响正确发音,还会影响美观,这都会对儿童心理造成影响。因此家长和教师不能忽视乳牙龋坏,要帮助孩子养成早晚刷牙、饭后漱口的好习惯。并做到定期检查,发现牙病及时治疗,以免给健康带来不良影响。

“膝关节病”遇良药 治一个笑一个

真没想到还有这么神奇的药,双膝患病近十年,疼痛、僵硬、肿胀积水、蹲不下、站不起来,上下楼还得斜着身子走,什么方法都用不了就是不见好,医生建议置换关节……两个月前女儿给买了15盒仙草祛痛膏,贴了5天就感觉好多了,才2个月,现在跑步都没问题。

仙草祛痛膏北京专家研制,专治膝关节骨质增生、滑膜炎、软骨软化、半月板损伤,急症患者24小时见效,2-4个疗程康复,愈后不复发,一个疗程18天,需6-12盒。

骨病专线:66052593 地址:河医门诊楼斜对面九州通大药房

Q2008 医患桥 QQ好友 栏目主持人 郑磊: 您可以通过以下方式和我们联系: QQ:651763859 电话:0371-67655502 卫生健康版信箱:zzrbjkb@163.com 本期答疑 郑州市二七区孟女士:我有鼻炎好几年了,经常是呼吸困难,晚上睡眠质量不高,请问鼻炎如何防治? 郑州市第三人民医院耳鼻喉科主任、主任医师张智凤:感冒是引起鼻炎的重要原因之一。不规范的室内装修,不经常清洗空调、电脑等也容易引起鼻炎。 有效防治鼻炎,要尽量远离粉尘、化学气体等刺激物,在饮食方面要尽量少吃烧烤、海鲜;放松心情,加强自身锻炼,通过运动加速血液循环,提高自身抗病能力。 如果有长时间的过敏性鼻炎,建议到正规医院做一次全面检查。 新郑市丁女士:我得腰间盘突出有5年了,请问有没有适合的治疗办法? 郑州市颈肩腰腿痛医院关节科主任常修河:急性扭伤、慢性劳损、过度负重,以及腰椎穿刺等原因,均有可能导致腰间盘突出。 目前腰间盘突出的治法主要有保守治疗和手术治疗两种:保守治疗有中药、牵引、按摩、针灸、理疗、敷药等。此类疗法安全可靠,但有见效较慢、治疗不彻底的缺点。 手术治疗:经保守治疗三个月以上无效,并剧痛难忍,无法工作和学习时,应考虑手术治疗,如手术成功可迅速缓解症状,但伴有一定的损伤和风险。