



秉恒致医 和精生命  
仁德筑基 利民为本



扫码关注南阳市第一人民医院  
医院微信公众号

卧龙区医疗健康服务集团

# 南阳市第一人民医院信息

2022年7月30日 星期六 第7期 总第458期 (内部赠阅)

南阳市第一人民医院主办 地址:南阳市人民南路 网址:www.nymyy.com 急诊急救电话:0377-63310120 医院咨询电话:0377-63310070

## 十大举措展风采 杏林载誉启新篇

我院荣获全省提升医疗服务十大举措6个单项标杆单位称号

7月14日至15日,河南省卫生健康委员会在郑州举行全省提升医疗服务十大举措经验交流论坛暨2021年标杆单位颁奖典礼。

我院作为全市唯一一家标杆单位参加终评,一举摘得“预约服务精准化”“支付方式多样化”“门诊取药便捷化”“综合服务集中化”“多学科诊疗高效化”“病案复印便民化”6个单项标杆单位荣誉称号。

2021年,为深入贯彻落实《河南省卫生健康委关于印发河南省提升医疗服务十大举措的通知》(豫卫医〔2021〕9号)工作精神和要求,医院高度重视,积极行动,制定实施方案,成立了以党委书记、院长为组长,分管领导为副组长,各行政职能科室负责人为成员的领导小组,明确分工,责任到科,并列入院“我为群众办实事”实践活动及党史学习教育工作任务清单中,通过“换位思考、改善服务”,优化患者就医体验,主动发现就医流程中存在的问题,在“深”字上下功夫,在“制”字上求

规范,在“新”字上做文章,在“实”字上出成效,推动了医疗服务十大举措工作全面上水平、上台阶。

6个单项举措的表彰,是对南阳市第一人民医院各项工作的肯定,也是我们持续提升医疗服务能力的“强心剂”。

今后工作中,医院将全面落实提升医疗服务十大举措,坚持贴近实际、贴近生活、贴近患者的原则,推动医疗服务持续提升,使就诊更加便利、沟通更加畅通、体验更加舒适、给每一位来南阳市第一人民医院就诊的患者以满分的体验;医院将珍惜荣誉,再接再厉,进一步提高政治站位,继续将宣传工作与提升医疗服务同步推进,发现好经验、好典型,组织宣传推广典型科室和典型个人,形成“典型带动、示范引领”的工作氛围,提升医院整体医疗服务水平,同时增进社会各界对医疗卫生工作的尊重、理解和支持,为助力健康中原建设作出更大贡献。

(宣传科 韩佳芮)



## 文明创建开新花 医院发展结硕果

我院再次荣获“市级文明单位”称号

日前,我院市级文明单位到届重创成功,再次被南阳市委、市政府授予“市级文明单位”称号。

近年来,在市、区文明委的精心指导下,我院高效推进文明单位创建工作,院领导班子高度重视、以上率下、身先示范,全体职工主动担当、开拓进取,抓活动建载体,抓机制重长效,抓作风促业务,形成了人人参与、上下联动、齐抓共管的文明单位创建工作格局,在全市卫健系统影响力和知名度进一步提升。

随着文明单位创建的深入开展,医院广大党员干部的服务大局意识、质量效率

意识、创先争优意识得到明显提升,凝聚力、战斗力得到进一步增强。近年来,医院荣获省医学科学进步奖13项,先后获得国家节约型公共机构示范单位、河南省抗击新冠肺炎疫情先进集体、河南省五四红旗团委、南阳市五一劳动奖状、南阳市“三八”红旗集体、南阳市疫情防控工作先进基层党组织、南阳市卫生健康先进单位等荣誉称号。创建过程中涌现出一大批先进典型和模范人物,如:河南省最美职工曹立颖,“河南好人”李建锋、赵欣辉,河南省五一劳动奖章毕晓东、李卫阳,河南省五四奖章曹晋等。

(党办 王琳)

### 医院·光影

## 并肩同行 守护健康

我院与美年健康集团慈铭体检南阳分院正式签订医疗联合体战略合作协议



7月2日,我院与南阳慈铭健康体检中心有限公司综合门诊部,正式签订医疗联合体战略合作协议。

据了解,医疗联合体战略合作协议的签订,旨在优势互补、资源共享、双向转诊、延伸服务,通过紧密合作,更好地满足人民群众的健康需求,全面提升医疗技术能力和健康管理水平。

(体检科 李张记)

## 织密兜牢“医保网” 撑起惠民“健康伞”

市医保局局长马驰昭带队调研我院医疗保障工作

7月27日,南阳市医疗保障局党组书记、局长马驰昭带领副局长李晓阳及局办公室、局医药服务管理科、市医保中心有关负责人莅临卧龙区调研指导医疗保障工作。卧龙区副区长冯自敬,我院党委书记窦晓蓓,卧龙区医保局党组书记、局长王利敏及医疗保障相关部门同志参加调研座谈会。会议由冯自敬主持。

会上,我院副院长单铭铭、医保办副主任王云龙从医院今年以来取得的成绩、DIP工作开展情况、医共体工作、医保管理体系建设、医保监管机制等方面汇报医院医疗保障工作开展情况。

市医疗保障局领导听取汇报后,就目前医院发展和医保管理过程中遇

到的情况和今后工作重点与参会人员进行深入交流。

马驰昭指出,南阳市第一人民医院作为区医疗健康服务集团的龙头,主动担当、主动服务,有效缓解了基层群众“看病贵、看病难”问题。同时,按病种分值付费(DIP)试点改革工作积极推进,提高了医保基金使用效率,值得肯定。希望医院持续提升医保基金有效利用这一重要民生工作,加强医保基金管理,提升百姓就医获得感和幸福感。

冯自敬讲到,医保部门要深入研究医保政策,加大宣传力度,让百姓明白白就医,充分享受到参保人员的权利。同时,要做好医保资金监管,严厉打击骗保行为,力争取得更好成绩。

(宣传科 朱霖)



●7月1日,我院社工部患者支持小组走进甲状腺乳腺外科,开展主题为“喜迎‘七一’守护健康”的患者支持活动。

●7月6日,我院通过河南省与澳大利亚大健康产业合作专场活动搭建的平台,与澳大利亚ICON集团举行线上视频对接合作洽谈会。

●日前,在中华医学会急诊医学分会第二十四次全国急诊医学学术年会上,我院被授予中国微创急救联盟理事单位。

●日前,我院在“2022年CUA全国超能天使大赛”河南省南阳赛区选拔赛上斩获第二名。

●7月23日,南阳市医师协会第一届创伤外科医师分会成立并举办一届一次学术会议。我院当选首届会长单位,创伤外科主任曲军当选会长。

●7月24日,南阳市医师协会第一届儿童健康专业委员会成立并举办一届一次学术会议。我院当选首届会长单位,儿一科主任张少华当选会长。

## 用爱践行公益 助孕幸福家庭

### “关爱家庭生育健康”公益项目在我院正式启动

7月5日,中国红十字基金会成长天使基金“关爱家庭生育健康”公益项目在我院正式启动。

本次公益项目启动仪式,通过线上和线下两种形式同步举行。我院副院长丁波、生殖医学科主任翟俊英为项目启动揭牌,并和生殖医学科团队共同为项目剪彩。

活动现场,我院副院长丁波、红十字基金会陈碧华分别为活动致辞。翟俊英教授介绍了我院生殖医学科发展历程,赵彩琴教授介绍了“关爱家庭生育健康”公益项目,翟一阳教授以“掀起它的盖头来,试管婴儿话你知”



为题为大家讲授生殖医学相关知识。

据悉,该项目的启动,意味着在爱心企业和中国红十字基金会的共同努力下,许多符合应用辅助生殖技术治疗且家庭经济困难的不孕不育患者,在我院生殖医学科接受助孕治疗时,可免费使用重组人促卵泡激素和醋酸曲普瑞林注射液,从而减缓经济压力,顺利地实现“抱娃梦”。

(宣传科 朱珂珂)

护  
理  
天  
地

## 强技能 提质量 为患者安全护航

### 我院护理部开展围手术期护理质量提升季活动

7月6日,我院护理部举办“围手术期护理质量提升季”活动启动仪式。副院长丁波,院工会主席杨付莲,麻醉科主任付金厚,外科系统大主任贾光伟,胃肠外科一病区主任马沛,护理部各位主任、总护士长,外科、妇产科、手术部及急诊重症科室护士长参加,启动仪式由护理部主任强珂皎主持。

启动仪式设置了宣誓和递交承诺书环节,由重点部门总护士长郭俊宇领誓,外科系统总护士长陈玉星作表态发言。

本次活动为期3个月,分别从

宣传培训阶段、整改推进阶段、评价与总结阶段、标准化阶段四个阶段开展,不断实现围术期管理的科学化、标准化、同质化,为手术患者提供安全、规范的优质服务。

(护理部 梁欣)



## 提高防范意识 筑牢安全屏障

### 我院特邀专家授课为安全建设再添力

7月15日,我院举办医院安全知识培训会议。会议邀请卧龙区区委办保密股股长付倩莹、市公安局网络安全保卫支队民警陈同平进行专题授课。院党委书记窦晓蓓、党委副书记张琳琳、纪委书记张钦昌及相关科室主任参加培训会,会议由党办主任张咏黎主持。

授课专家付倩莹以《对涉密办公自动化设备保密技术管理的有关规定》为题,具体讲述了对涉密人员和涉密载体的管理,解读保密法相关章节和把握要点。

陈同平教官以《网络安全面临的形势和网

络安全防护》为题,结合日常工作中的热点和案例,用通俗易懂的语言阐释了网络信息安全相关知识,分析当前形势下面临的主要网络安全问题及应对措施。

通过两位专家的培训,让全院医护人员对信息网络安全和保密工作有了更深的了解,进一步提高大家的网络安全防范意识,增强做好新时代网络与信息安全工作能力水平。只有创造安全、保密的应用环境,才能保障医疗信息安全,为群众健康保驾护航。

(宣传科 吴玉影)

## 享“瘦”健康 你我同行

### 我院举办南阳市首届医学营养减重沙龙暨学术交流会

7月30日下午,我院举办以“融合·创新·发展”为主题的南阳市首届医学营养减重沙龙暨学术交流会,来自郑州大学第二附属医院生殖中心主任谭丽、郑州大学第五附属医院副主任医师丁丽敏等专家,我院临床营养科、生殖医学科专家,全市各县区临床营养相关专业的数十名专家参会。

我院副院长余珊容致欢迎词,临床营养科主任耿雪峰主持会议。

会上,来自省、市、各县区多家医院临床营养、生殖医学相关专业的知名专家聚焦医学营

养减重发展前沿,共同研究先进营养理念、技术创新与服务经验,交流探讨我省医学营养减重发展成果,致力于提升营养减重相关的医学理论与技术水平,更好地为患者提供高质量的诊疗服务。

本次活动,聚焦业界关心的临床营养发展趋势、国内外专业热点与学术前沿,为促进南阳市临床营养专业的发展,搭建了一个“共创、共享、共赢”的学习交流平台,有助于共同提高相关诊疗技术,更好地为广大患者提升健康指数,改善生活质量。

(宣传科 刘玲瑜)

### 医共体之窗

●7月7日,卧龙区医共体信息化汇报会在区卫健委五楼会议室召开。卧龙区副区长冯自敬出席会议并讲话。会议要求,卧龙区医共体信息化要建成高质量的标杆项目,用“工匠”精神落实各项建设任务,从而更好地服务广大群众,增加百姓就医获得感和幸福感。

●7月21日,卧龙区医疗健康服务集团总院与邓州市中心医院举行医联体签约仪式。邓州市人民政府副市长屈云霞,南阳市卧龙区副区长冯自敬,卧龙区医疗健康服务集团总院党委书记窦晓蓓、院长马磊,邓州市中心医院党委书记王守振、院长李照义等出席签约仪式。本次签约标志着双方将通过“整合医疗”,实现资源互用、优势互补、成果共享,使医联体建设成为便民惠民的有力平台,更好地服务广大患者。

●7月27日,卧龙区卫健委党组书记、主任张继中,副主任王景超一行来到卧龙区潦河坡镇卫生院进行工作调研。本次调研旨在对该院人才梯队培养、中医药发展、医养结合、信息化建设、疫情防控等方面进行工作指

导,进一步推进紧密型区域医共体建设快速发展,完善乡镇卫生院的运行管理机制,让人民群众就近享受到优质、便捷的服务。

●7月27日,淅川县人民医院副院长王华、肖庆华、王保龙一行来到卧龙区医疗健康服务集团总院参观交流。本次活动有助于促进双方在学科建设等方面的沟通交流,更好地发挥医疗资源效能,提升南阳百姓的就医获得感和满足感。

●7月29日,卧龙区医疗健康服务集团召开2022年上半年内控安排部署会,集团总院护理、医疗、财务、物价、院感、药学、医保等部门相关负责人参会。会议计划自8月1日至8月8日,对12个乡镇卫生院进行内部质量控制管理,通过实地考察、问卷调查、交流探讨等方式,全方位考核卫生院的综合水平,并对各卫生院的建设与发展提出可行性建议,进一步提升其医疗服务水平,为人民群众提供优质、高效、便捷的医疗服务。

## 乳房重建 为患者重塑失去的美

### 我院第一例腹直肌皮瓣乳房重建术(TRAM)成功开展

近日,我院甲状腺乳腺外科,在主任贾光伟的带领下,由徐秋副主任、余进松副主任医师、苏阳副主任医师、张治星主治医师团队,独立完成我院第一例腹直肌皮瓣乳房重建术,填补了我院一项技术空白。术中出血量少,术后皮瓣愈合较好,尽可能保留患者乳房外观,为患者重塑失去的美。

据了解,45岁患者刘女士(化名)以“发现左侧乳房肿物半月”为主诉入院,彩超提示左乳有一个100\*89mm肿物,肿物直径大,如果切除乳房后皮肤组织不够且乳房的缺失对病人心理

有很大负担。该患者年轻,对美观要求较高,经科室讨论后决定可以行腹直肌皮瓣乳房重建术,该术式自患者腹部取皮肤及组织,尽可能保留了患者的乳房外部形态,减轻患者的心理负担。

腹直肌皮瓣乳房重建术(TRAM),用自体腹部的肌皮瓣再造乳房,既有减少腹部多余脂肪又有用自体组织再造乳房的优点,做到了乳房再造和腹部整形同时进行,是国内自体组织移植乳房再造较先进的方法之一。

(甲乳外科 徐秋)

### 最新技术

## 我院骨科引进全新关节镜系统投入使用

日前,我院骨科系统新引进一套全新林弗泰克关节镜系统并正式投入临床使用。

关节镜可通过微小的切口把关节内的影像反映到显示器上,可直接观察关节内形态和病变,并通过使用特殊器械,对关节内疾病进行治疗,从而避免许多关节切开手术。

在手术过程中,高清大屏幕为医生提供非常清晰的手术视野,斜面镜头只有“筷子”粗细,却能够精确显示患者关节内各角度隐藏的病变,使得手术更加微创化、个体化和精准化,手术疗效的确定性大大增强。

关节镜诊疗范围:膝、肩、踝、肘等关节损伤和骨关节炎;关节周围骨折、软骨损伤、游离体、半月板损伤、交叉韧带损伤,髌骨脱位,肩袖撕裂,肩关节脱位不稳,肩周炎,肩峰撞击征,踝关节不稳和疼痛,肘关节病等。

随着新一代关节镜投入使用,我院骨科的关节疾病微创治疗将再接再厉,用精湛技术和优质服务解除患者之病痛,重塑健康之体魄。

(骨科 张印)

### 最新仪器

## 主委风采

## 用“心”诠释大医精诚 用爱守护血压健康

——记我院心内二科主任、市医学会高血压防治学分会主任委员马金霞



## 人物简介:

马金霞,主任医师,南阳市第一人民医院心血管内二科主任,南阳市医学会高血压防治学分会主任委员、中华预防医学会心脏病预防与控制专业委员会委员、中华医学会南阳市心血管分会常务委员、河南省卒中学会心血管分会高血压专业委员会常务委员、河南省人大代表。

心脏,一个看似只有拳头大小的器官,它的每次跳动却关乎所有人的生命健康,也承载着不同家庭的幸福期望。有这样一位女医生,在这个需要与死神争分夺秒的方寸战场,奋斗了二十余年,凭借巾帼不让须眉的干劲和执着不倦的敬业精神,让无数患者重获“心”生。她就是我院心血管内二科主任马金霞。

钻研技术勇争先  
为患者带来“心”希望

从业以来,马金霞一方面潜心钻研专业知识,另一方面积极探索心血管慢性疾病的诊疗模式。在临床工作中,不仅熟练掌握冠脉造影及支架植入等手术技术,也积累了丰富的 hypertension 疾病救治经验,使数千名患者转危为安。然而,作为科室主任,带领团队快速发展,全面提升综合水平,也是让她时刻惦念的“要紧事”。她曾先后前往北京医院、河南省人民医院等地,进修学习当时国内较先进的新业务、新技术。学成归来,她带领科室团队在我院率先开展冠脉介入手术,积极带动我院心血管专业科研发展,开展了11项药物临床实验,几乎每个环节她都亲自披甲上阵,只为确

保最短时间内让患者得到及时、有效的治疗。

2020年,马金霞带领我院心衰中心顺利通过国家心衰联盟认证,使我院心衰诊疗率先在全市范围内步入国内领先水平。同年,她被河南省心衰中心联盟聘任为“河南省心衰中心联盟委员”“河南省心衰中心联盟培训专家组成员”。

工作以来,她先后被上级单位授予“卧龙区拔尖人才”“巾帼标兵”“全区卫生健康工作先进工作者”“知名医生”等荣誉称号。

全年无休为患者  
细微之处见真情

二十余载行医路,马金霞始终将工作当事业,视患者为亲人,忙碌脚步从未停歇。为及时抢救患者,她几乎全年无休,24小时待命。即使半夜接到患者的电话或微信,也会耐心回复,并贴心地为他们叮嘱一些注意事项。

“当初为了治病,我们跑了许多医院,好几次被误诊,没想到在你这儿很快就把病治好了。马主任,你真是个好医生!”电话那一头,年过七旬的张女士忆起当年来市一院看病的

情景,依然对这位仁善的医生心存感激。十几年前,家住五里堡的张女士突感身体不适,以为只是普通肩周炎,随意贴了几张风湿膏,却久不见好。她辗转多家医院,治疗了半年有余,症状仍未好转。随后,张女士经朋友推荐来市一院进行检查,被诊断为典型心绞痛。马金霞对症施治,使其有效缓解了病痛,不久就出院回家疗养。此后逢年过节,张女士总会打电话、发微信问候马金霞,甚至将她当作生命中非常重要的一位朋友。

其实,像这样的患者,还有很多。提起这些,马金霞笑着说:“这些都是该做的。用鼓励和关怀让患者感受到我们服务时的真诚,才能让他们更好地配合治疗,我们的医患关系才会更加融洽。”

初衷不改勤耕耘  
打造高血压救治平台

近年来,高血压病发病率逐年上升并趋于年轻化。同时,许多因高血压、高血压并发症救治不及时而导致患者死亡、残疾的情况屡见不鲜。为改变这种情况,马金霞不仅奋力抢救患者,也一直致力于搭建优质高效的高血压救治平台。

谈及自己的初心,马金霞说:“目前,

全市高血压患者约有260万人。患者知晓率低是导致这种病治疗率较低的重要原因。当我看到许多风华正茂的年轻人因患上高血压,甚至出现了致残等并发症,心里就像针扎一样难受。还有一些老年人,害怕进医院,却不知道早些防治高血压能减少很多并发症,提高生活质量。这使我坚定了创建高血压诊疗中心的决心,哪怕再累再难,也绝不打退堂鼓!”

自担任我市医学会高血压防治学分会主任委员以来,马金霞投入大量精力探索高血压管理模式,结合南阳市区域高血压发病特点及趋势,于2022年4月成立南阳市第一人民医院高血压诊疗中心及高血压门诊,并组建了由10余名心血管专业资深医师组成的优质团队。2022年5月,该团队经过不断发展,以我院为依托,正式成立南阳市高血压诊疗中心。

同时,马金霞携团队多次走进全市许多社区、基层服务中心和乡镇,对区、县、乡域内多家合作医院的医护人员进行心衰和高血压相关技能培训,为广大群众进行高血压义诊,为他们科普防病知识,开展正规诊疗,建立健康档案,每月电话回访。如今,已使近万名患者受益。

日常坐诊,她从容果断,妙手施治,开出一张张治病良方,为患者祛除病痛;走进病房,她态度热情,时常俯身,温和宽慰的话语像初春晴光,温暖着患者心灵;回到科室,她满怀壮志,执着探索,与同事们一起展望南阳高血压诊疗中心的未来,眼中熠熠闪烁着不竭的希望。

这就是马金霞,一名在平凡岗位上时刻践行着医者仁心的女医生。她用无私奉献,为朴素人生勾勒出点滴绚丽的治愈色彩,用真诚的爱,在流金岁月里谱写出旋律动人的生命赞歌。

(宣传科 刘玲瑜)

## 身边榜样

## 初心致远 做院感防线的“安全卫士”

——记我院感染管理科主任潘华



在医院里,有这样一群默默战斗的白衣天使,他们“管天、管地、管空气”,忙碌的身影遍布医院各个角落,甘当医护人员和广大患者的“隐形守护者”。南阳市第一人民医院感染管理科主任潘华,就是这样一位立足本职、无私奉献的“院感卫士”。

日行万步  
她是细心的“三管主任”

“许多患者可能会好奇,院感部门是做什么的?其实,我们承担着医院里预防各种感染不良事件发生的重大任务,职责是保障全院职工和来院患者的健康和平安。疫情来临时,我们按照主管领导安排,与医务科、护

理部等部门齐心协力,共同撑起医务人员头顶那把安全伞,让他们没有后顾之忧地冲锋在前。平时工作中,我们要坚持学习、研究最新防控政策,对大家进行细化督导、业务培训,确保各项操作规范有序。通俗讲,就是‘上管天,下管地,中间管空气’,只要大家都安全,院感工作就有意义。”这是潘华对院感工作的贴切总结。如她所说,由于这份工作的特殊性,也让她总被同事们戏称为医院里的“三管主任”。

从业几十年,潘华从一名临床科室的年轻护士逐渐成长为肩挑重担的院感办主任,心细如尘、敬业认真是她最大的优点。为做好院感防控工作,日行万步是这位“三管主任”的工作常态。每一天,她总是忙碌地穿梭在不同科室“查漏补缺”,在各个疫情防控点“添砖加瓦”,热心为不同部门“牵线搭桥”,还不忘监督医护人员的正确操作,不放过任何细微漏洞,只为将隐患消除在萌芽之前。凭借出色的执行能力和

敬业的工作态度,使潘华屡次被委以重任,也收获了许多荣誉。

2020年,潘华作为全市在新冠肺炎疫情抗疫一线作出重大贡献的医务人员之一,被南阳市卫健委记功奖励。

2020年至今,潘华先后被南阳市总工会、卧龙区组织部授予“五一巾帼标兵”“南阳市卧龙区第七届拔尖人才”等荣誉称号。

2022年5月,潘华作为全市唯一一名被南阳市卫健委抽调的院感专家,和全省各三甲医院的院感专家一同前往郑州岐伯山医院,进行医疗支援,并圆满完成工作任务。同时,她过硬的专业素质也受到了岐伯山医院领导的肯定和赞许。

手不释卷  
她是严格的“考核老师”

从业以来,潘华一直保持着良好的学习习惯,持之以恒地钻研专业知识,经常利用工作之余的休息时间,不停翻阅上百条防控措施,浏览上千条规章制度,

写下了上万字工作手册,只为让自己在工作实践中思路清晰、处理得当。

“核酸检测时,一定要严格做好手卫生!”自我院开展疫情防控工作以来,她带领院感办的全体成员,在院内外已组织了数千场院感培训。在不少人眼中,她像个严格且唠叨的“老师”,不仅耐心指导大家掌握防控规范,反复督促每个人规范落实防护措施,还要认真处理各种繁琐的细节工作。

对此,潘华笑着解释说:“有时候,我们的角色也很像医院里的‘考核老师’,平时组织大家学习培训,只为让他们在工作实践的不同‘考场’中,规范操作‘零感染’,忙中有序不出错。平时对大家是严苛了一些,但咱们医院派去支援郑州、本市各个社区、乡镇做核酸检测的工作人员,全都是成绩合格的‘优等生’。”

真诚无私  
她是大家信赖的好党员

自2020年至今,每逢疫情

防控的关键阶段,潘华带领院感团队立标准、定规范、把关口、严落实,提前预估每个区域可能发生的风险环节。经过无数次经验分享、培训督导,使我院各部门形成了分工明确、流程合理、规范科学的立体化防控模式,保障着医院的各项疫情防控工作稳步推进。

“我们科室里有经验丰富的老同志,也有踏实肯干的小年轻,他们各有所长,都是我的老师。在工作中,我们有个共同目标。”谈到今后的工作方向,潘华满怀憧憬地说:“希望尽最大努力,和医院其他部门的同事打好配合,让全院职工和来院患者都不受病毒感染的侵扰,当好医院里的院感‘守门人’。这不仅是我们身为医护人员的天职,也是我们作为共产党员责无旁贷的使命。”

不忘初心践使命,立足岗位当先锋。自疫情防控工作开展以来,我院医护人员中涌现出一大批像潘华这样的优秀党员。他们从来不计个人得失,纷纷挺身而出,用“党旗红”守护“健康绿”,以无私真情和赤诚奉献,诠释了“党若有召,我必行动”的铮铮誓言,生动绘就了抗疫时光里温暖的一抹亮色。(宣传科 刘玲瑜)

## 夏天蛇出没 急诊科半月接诊8例患者

蛇类在夏季活动频繁,一不小心就会发生伤人事件。近日,我院急诊医学科在半个月接诊了8例被蝮蛇咬伤的患者,通过使用抗蛇毒血清药物等积极综合治疗,使其转危为安。

据我院急诊医学科主任吴金海介绍,夏季是蛇类捕食、繁殖的旺季。加之最近天气闷热、雨水多,蛇类的活动更加频繁。作为蛇伤救治协作单位,近三年,我院急诊医学科收治蛇咬伤患者五百余位,通过使用抗蛇毒血清等药物积极综合治疗,没有一例死亡。

“每年夏季到来之前,我们都会储备

充足的抗蛇毒血清,以保障被蛇咬伤的患者能够得到良好的救治。”吴金海说,虽然蛇类有很多种,但南阳地区比较常见的是蛇类是蝮蛇,许多患者是在田间地头劳作时被蝮蛇咬伤,受伤部位多是足部或上肢。

在此,我院急诊医学科主任吴金海提醒广大市民:

在进入草丛或是树林时,应穿高帮鞋、长袖衣、长裤,尽量不要把皮肤裸露在外。同时,如果遇到蛇类,可以用粗壮的长木棍不断打击地面、草丛、树干,以吓跑蛇。若不幸被蛇咬伤,8小时内是最佳治疗时间,应尽快到有抗蛇毒血清的正规医院接受治疗,不要心存侥幸,以免耽误救治时间。

(宣传科 朱珂珂)



## 疼疼疼! 幸亏我院医生及时“拨乱反正”

日前,市民小刘(化名)关车门时,右手大拇指被车门夹到,她马上前往市内某医院治疗,检查结果显示右手拇指屈肌腱损伤。该院医生给小刘右手拇指上了固定夹板稳定。原本以为休息几天就好了,然而,两周过去了,小刘手指非但没有好转,反而越加肿胀,疼痛难忍。

为此,小刘在家人的陪同下来到我院骨一科问诊,经夏俊峰医生诊断后,显示右手拇指伸肌腱损伤且肿胀较严重,同时,夏医生告诉小刘之前他的固定夹板戴反了,并对他的手指重新进行

了正确固定,还耐心地为她讲解注意事项。四周过后,恢复良好的小刘来我院复查,顺利地拆掉了手指固定夹板。

“多亏您及时‘拨乱反正’,才让我的手指重获自由!”痊愈后的小刘紧紧握住我院夏俊峰医生的手,感激地说。

(宣传科 吴玉影)



## 酷暑天气 谨防“高温杀手”热射病

近日,我市持续近40℃高温。行走在滚烫热浪里,最先发出抗议的是身体“警报器”,每年都有因为“热射病”而致命的极端案例。那么,什么是热射病?市民该如何预防呢?听听我院专家怎么说……

据我院急诊医学科主任吴金海主任介绍,热射病是重症中暑病症的一种,是一种致命性急症,是由于人体处于高热环境下,不能有效散热,体温调节机制失调所致。患者往往突然发病,体温升高可达40℃以上,开始时大量出汗,然后出现“无汗”,并伴有干热和意识障碍、嗜睡、昏迷等中暑神经系统症状,死亡率较高,有时死亡率能达到50%-60%。

实际上,预防热射病的关键在于“及时降温”,应注意以下几方面:

1.暴晒时间不宜过长。长期室外工作的市民,要及时去阴凉地方休息。如出现热射病早期症状,要及时撤离高温现场,必要时入院就医。

2.清淡饮食,增强营养。饮食方面要注意卫生,以清淡为宜。

3.多喝水排汗,汗液蒸发可以帮助散热。

另外,如果中暑患者神志清醒,并无恶心、呕吐等情况,可饮用淡盐水、茶水或服用藿香正气水,还可以在额部、颞部涂抹清凉油、风油精。

(宣传科 朱珂珂)

## 炎炎夏日 别让高血压来“添堵”

夏季是高血压病情加重或出现高血压并发症较多的季节。由于夏季人体睡眠质量下降,易造成自主神经紊乱,许多人入睡后,迷走神经兴奋,血管收缩,会导致夜间血压升高,严重者还有可能导致出血性中风。同时,血压波动还易受情绪影响,有些人夏天容易心烦气躁,一旦血压波动大,还会使心、脑、肾产生严重并发症,甚至危及生命。那么,夏季该如何预防高血压呢?

●**经常喝水。**夏季气温高,人体出汗多,易使血液黏稠度增高,可能会引起心肌梗死及脑血栓等严重疾病。因此,建议大家夏天多喝水,一天约饮水2000ml左右。

●**饮食清淡。**夏天饮食应以清淡为宜,适当增加富含钾、镁的食物,有利于保持血压稳定。

●**合理运动。**夏天锻炼身体要适度,不要盲目加大运动量,以防能量消耗过大,影响血压和体温调节中枢,诱发血压猛增,还有可能导致生命危险。

●**高血压患者应坚持监测血压。**高血压患者应牢记夏季高血压降压中多变的规律,建议坚持测量血压。如发现昼夜峰谷差值较大或波动不规律,应去医院进行24小时动态血压监测,及时了解血压波动规律,并按医生意见积极采取治疗措施。(心血管内二科 陈亚楠)

慢性便秘是一种常见的老年综合征。老年人患有慢性便秘不仅常见,且患病率容易随着年龄的增长而增加。多项研究显示,慢性便秘的患病率在60岁及以上老年人群中为15%~20%,84岁及以上可达20.0%~37.3%,在接受长期照护的老年人中甚至高达80%。

那么,老年患者该如何预防并改善慢性便秘呢?一起来听听我院临床药学科专家华素怎么说……

1.**合理搭配膳食。**多吃瓜果蔬菜或易产气的其他食物,忌吃辛辣刺激性食物。

2.**日常注意饮水。**多喝水也有助于帮助排便,老年人应养成定时和主动饮水的习惯,建议每天饮水1500~1700ml为宜,每次50~100ml。

3.**平时注意锻炼。**建议老年人平时避免久坐,积极进行日常锻炼,不过锻炼过程中也要量力而为,避免跌倒和过度劳累。

4.**养成规律排便习惯。**结肠活动在晨醒、餐后最为活跃,建议患者在晨起或餐后2小时内尝试排便,此时不要玩手机或看报。

(临床药学科 华素)

慢性便秘别苦恼 专家为您解答难题

## 高温天气 小心“吹”出热伤风

夏天空气湿热,出汗时吹空调、冷风、冲凉水澡等,容易引发风感冒,俗称热伤风。

★**热伤风的症状:**

热伤风常出现咽喉肿痛、头痛、咳嗽、打喷嚏、鼻塞、咯黄痰、流黄鼻涕等症状,得了热伤风应及时就医治疗。

★**热伤风的预防:**

1、出汗时避免吹冷风、冲凉水

澡等。

2、减少吹空调时间、空调温度不低于26℃为宜。

3、感冒初期,避免剧烈的体育锻炼或体力劳动。

4、保持良好心态,保证充足睡眠。

5、勤洗手,不与他人共用餐具。

6、多喝温开水,饮食清淡易消化,忌油腻、生冷、辛辣食物。

7、戒烟限酒。(河南省卫生健康委员会)



## 宝宝远离中耳炎 这样防护才有效

许多3岁以内的宝宝,都患过中耳炎。该病常由病毒或者细菌引起鼓膜后方区域发生炎症。如果不及时的处理,可能会引起听力下降,严重者还会导致鼓膜穿孔。

如何判断宝宝是否得了中耳炎?专家来为您支招:

发现孩子持续一周不明原因发烧在38℃以上;感冒过后常哭闹,或用手扯耳朵;耳朵里流出脓性黏液分泌物;粘稠的鼻涕和黄色眼屎越来越多;睡觉长期打呼,反复有浓鼻涕、鼻塞以及听力下降。

婴幼儿中耳炎应如何预防:

1.不要擅自用挖耳勺或棉签给宝宝掏耳朵,处理不当会刺伤宝宝耳内的皮肤黏膜引起中耳炎。

2.母乳喂养,可以增强小儿抵抗能力,能够减少中耳腔感染

3.给孩子按时、准确接种疫苗,可明显减少感染性疾病的发生。

4.积极治疗呼吸道感染、腺样体肥大、鼻窦炎等疾病。

5.合理补充维生素D,可减少过敏性鼻炎的发生,继而降低中耳炎的发生概率。

(耳鼻咽喉科二病区 李征)

## 儿童鼻出血怎么办 专家来为您支招

小儿鼻出血是个常见现象,但许多家长却不知道如何正确为孩子止血。仰头止血法、塞纸巾止血法、平躺止血法和举胳膊止血法都是错误的,不科学的止血方式,反而可能适得其反。那么,是什么原因造成儿童鼻出血呢?正确止血的办法有哪些?听听我院耳鼻喉科专家李征怎么说……

儿童鼻出血的几种原因:

1、高热可能导致孩子鼻腔黏膜急性充血肿胀,易发生血管破裂,导致鼻出血。

2、受外伤也可能导致鼻出血。

3、有鼻炎、鼻窦炎、过敏性鼻炎等疾病的患儿,可能会用手挖鼻,导致鼻子出血。

4、孩子鼻腔中有纽扣电池、小玩具等“异物”引发的鼻腔感染,也会导致鼻出血。

(特别提示:如果孩子反复或大量鼻出血,要当心是否存在白血病、血小板减少性紫癜、再生障碍性贫血等疾病。)

儿童鼻出血的正确处理方法:

1.让孩子的头部保持正常直立或稍向前倾的姿势。

2.用手指由鼻子外面压迫出血侧的鼻前部(软鼻子处),用手夹住鼻子,直接压迫约5至10分钟。

3.如果压迫超过10分钟后,血仍未止,需尽快入院就医。

(耳鼻咽喉科二病区 李征)

