

市卫计委在国家卫健委召开的专题工作会议上作典型发言

# 周口“太昊模式”再放异彩

**本报讯** 近日，国家卫健委召开专题会议，安排部署电子健康档案向个人开放及老年人健康体检工作。国家卫健委基层卫生健康司副司长高光明、中国医学科学院多名专家，以及来自北京市、天津市、山西省太原市、河南省周口市、四川省新津县等地的卫生行政部门负责同志参加会议。

会上，周口市卫计委副主任刘双国作典型发言。他分别从完善信息化建设，开放居民 PC 端，打造团队、配备装备、精心组织等方面，介绍了我市电子健康档案向个人开放及老年人健康体检开展情况。

周口市经济开发区太昊路社区卫生服务中心主任赵灿在会上介绍了该

中心围绕提升居民对基本公共卫生服务和家庭医生签约服务的知晓率和满意度这一目标，在电子健康档案向个人开放与老年人健康体检两项工作中采取的主要措施。该中心把“死档案”变成“活档案”，让家庭医生服务价值得到充分体现，居民有了实实在在的获得感。

与会人员对周口市卫计委在开展

基层卫生工作中取得的成果予以高度评价。高光明说，在周口市卫计委的领导下，太昊路社区卫生服务中心工作理念先进、措施得力，创造了周口“太昊模式”，走出了一条社区卫生服务中心创新发展之路。所以，应在河南省和周口市大力推广周口“太昊模式”，以便更好地为居民健康服务。②9 （宋全力）



10月17日，周口烧伤医院来到郸城县城关镇冷庄行政村，开展志愿服务，为当地群众进行义诊。活动现场，该院医护人员为当地群众免费测量血压、血糖，发放手机扣、抽纸等爱心物资，受到大家的一致称赞。

记者 史书杰 摄

周口人合医院骨科主任韩百鸣出身医学世家，行医 30 多年来，他坚持做到“疾小不可云大，事易不可云难；贫富用心皆一，贵贱使药无别”。也就是说在为患者诊治疾病的过程中，会如实告诉患者病情，不任意夸大病情，不把容易医治的疾病说成疑难杂症；如果有患者前来就诊，不论贵贱贫富，一律同等看待。

30 多年来，他潜心研究医学，在老年骨病的诊治方面有很深的造诣。他采取中西医结合的方法，注重筋骨并重、动静结合、内外兼治、养治一体，帮助很多老年朋友摆脱疼痛，重新过上

## 医技高超 医德高尚 ——记周口人合医院骨科主任韩百鸣

记者 史书杰 通讯员 王明见

无痛人生。

川汇区 88 岁的王贵兰，因患有腰椎压缩性骨折，不能正常行走，生活痛苦不堪。今年 5 月，经人介绍，她找到韩百鸣。接诊后，韩百鸣为王贵兰进行了详细的身体检查，并针对其病情，制订

了详细的治疗方案。治疗后，王贵兰可正常行走。旧疾被治愈，王贵兰及其家属非常高兴，为韩百鸣送去一面写有“人民的好医生”字样的锦旗。

商水县邓城镇小张庄村 92 岁的赵素英，患有胸椎压缩性骨折，长期饱

受病痛折磨。后来，她慕名来到周口人合医院找韩百鸣看病。由于患者年龄较大，为确保安全，韩百鸣精心制订治疗方案。在医院麻醉科等科室的密切配合下，韩百鸣为赵素英实施了精准手术。术后，老人在护士的搀扶下走出手术室。见状，家属们激动不已，出院第二天就给韩百鸣送来了锦旗。

韩百鸣不仅医技高超，而且医德高尚。韩百鸣说，医生不仅要关注患者的病情，更要关注患者的内心，只有和患者成为朋友，把他们当成自己的亲人一样对待，才能更好地了解患者的情况，为患者提供更优质的服务。②9

## 周口精神康复医院开展惠民义诊活动

**本报讯**（记者 史书杰 文/图）为深入贯彻落实党的十九大精神和健康扶贫的各项要求，10 月 13 日，周口精神康复医院的医护人员到商水县练集镇卫生院开展惠民义诊活动（如图）。

当天一大早，该院医护人员就赶到练集镇卫生院，为义诊活动做准备。很快，附近群众纷纷赶来，义诊活动正式开始。活动现场，医护人员为群众免费测量血压、血糖，发放健康教育宣传资料，向群众讲解心脏病、高血压等疾病的防治知识，耐心回答群众提出的问题，并免费发放常用药品。

来自练集镇田楼行政村宋庄的宋先生家中有 7 口人，其中 4 人患有精神疾病，日子过得很艰难。了解这一情况后，该院院长李振斌当场表示，周口精神康复医院将免费收治其家中 4 名精神疾病患者，为宋先生解决实际困难。

活动当天，该院共为 100 多名群众义诊，得到大家的一致称赞。②9



## 市中医院全力以赴迎接“三甲”评审

**本报讯**（记者 李锦珍 通讯员 黎倩平 李锐）近日，市中医院召开迎接“三甲”评审攻坚会。会议要求，全院干部职工要全力以赴，确保该院顺利通过“三甲”评审。

会议指出，各科室要高度重视，把迎接“三甲”评审工作作为提高医

疗质量的平台、突出中医特色的平台、提高服务水平的平台、彰显文化引领的平台、提升综合实力的平台，并对下一步工作提出了六点要求。一要进一步强化领导，提高认识。二要进一步强化责任，明确任务。三要进一步细化标准，逐项落实。四要进

一步查找问题，攻坚克难。五要进一步查找问题，认真整改。六要进一步严肃纪律，严格问责。全院干部职工必须全身心投入到迎接“三甲”评审工作中，做到“四个统一”，即思想认识高度统一、决策指挥高度统一、工作重点高度统一、行动步调高度统

一。总体要求上做到全员参与、团结协作、整体推进；具体实施中做到借势蓄力、逢山开路、遇水搭桥，紧紧围绕迎接“三甲”评审工作这个中心和全局，调动一切积极因素，创造条件，克服困难，确保顺利通过“三甲”评审。②9

## 右手绞进面条机 一岁男孩待捐助

**本报讯**（记者 孙艳）“我的孩子才 1 岁，还这么小，希望大家帮帮他。”10 月 10 日，在周口淮海医院外科病房里，黄子轩的妈妈伤心地对记者说。

据了解，黄子轩今年 1 岁，家住商水县张庄乡王岗村。10 月 7 日中午，黄子轩妈妈正在做饭。由于好奇，黄子轩把右手伸进电动面条机中，引发事故，家人马上将其送到周口淮海医院就医。

该院外科主治医生朱东亮接诊后，通过检查，确诊黄子轩为右手第一、二掌骨开放性骨折，右手食指指端缺损，并为其开通“绿色通道”，紧急实施手术。清理创面，定右手骨头，接右手的血管、神经，肌腱重建……经过近 9 个

小时，手术顺利完成。

黄子轩的管床医生高志霞告诉记者：“现在，手术做得很成功。接下来，我们会根据子轩的恢复情况安排其他的手术。孩子右手伤得很厉害，而且食指指端缺损，后期还需要进行治疗。最重要的是还要进行康复治疗，这将是长期的过程。”

“家里只有孩子爸爸一人外出打工挣钱，我留在家中照顾年迈的父母和年幼的孩子，家中状况本就不好。现在，家里出了这个事，后续治疗所需的费用，我们实在是拿不出了。希望好心人能帮帮我们，救救子轩这个可怜的孩子。”黄子轩妈妈泪流满面地说。②9

## 秋季，“糖友”应该怎样进补？

进入秋季，天气转凉，是糖尿病易复发和加重的季节。那么，在秋季，“糖友”应该怎样进补呢？

秋季气候干燥，水分蒸发得很快，易造成皮肤干裂、咽喉燥痛等，所以一定要及时补充水分。多喝水，但要少量多次，不可一次性大量饮用，以免增加糖尿病患者的肾脏负担。

此外，把富含营养的食材做成汤水食用，既可补充水分，又可起到补养之功效，可谓一举两得。可以选择新鲜的白菜、萝卜、莲藕等，加入鱼肉或鸭肉制成汤，有利尿、解热、消脂的作用。秋季膳食多以滋阴润肺为主，市面上出售的诸如梨梨膏、枇杷露等润肺之品，含糖量极高，“糖友”还是少食为妙。可自己熬制银耳百合莲子汤，但“糖友”一定要控制好食量，并且注意监测血糖。

秋季是各类瓜果收获的黄金时节，“糖友”可优先选择含糖量相对较低的水果，例如梨、柚子、苹果、猕猴桃等，这其中以梨最适合秋天食用，可起到一定的生津止渴润肺的功效。

菱角、茭白等水生植物大都质白鲜脆、清凉爽口，有清热解毒、生津止渴、开胃消食、化痰止咳等功效。

蔬菜富含膳食纤维，能在一定程度上延缓食物在胃肠道消化和吸收的速率，有利于控制餐后血糖，是“糖友”饮食中的必备佳品。而绿叶菜和橙黄色蔬菜还富含胡萝卜素和一定量的 B 族维生素。

夏天常吃的蔬菜水果，往往以瓜类为主，如黄瓜、冬瓜、西瓜、甜瓜之类，其中的类胡萝卜素含量较低，B 族维生素含量也很低。等到秋季来临之时，体内维生素 A 储备减少，如果不

及时补充，到了冬春季容易引发暗视力下降、眼睛干涩、呼吸道感染之类的问题，并且维生素 A 的缺乏可能与糖尿病视网膜病变的发生有关。

秋季，花生、榛子、核桃等坚果纷纷上市，坚果中含有不饱和脂肪酸、纤维素和镁、铬等矿物质，有利于调节血糖。核桃中含有丰富的铬元素，能促进葡萄糖利用、胆固醇代谢，并有保护心血管的功能；花生中所含的花生四烯酸能提高胰岛素的敏感性。

但需要注意的是，坚果类食物所含的热量较高，需控制好食用量。例如，核桃每天可以吃 1 至 2 颗，榛子不要超过 10 颗。

部分“糖友”在夏季时往往食欲不佳、消耗较大，建议在秋季适量补充蛋白质。牛奶、鸡蛋、鱼、瘦肉富含优质蛋白，建议每日饮鲜牛奶或酸奶 250 毫升，吃鸡蛋 1 个、肉类 100 至 150 克。

另外，烹调肉类时应避免使用辛辣香燥的调味品，如蒜、葱、生姜、八角、茴香等，易助燥伤阴、加重内热，并且应尽量采用蒸、煮的烹调方式。

（周口承悦糖尿病医院 供稿）



**公司简介:** 国药控股周口有限公司是中国医药集团在周口地区的核心下属企业。中国医药集团是由国务院国资委直接管理的中国最大的医药健康产业集团，承担着突发公共卫生事件和灾情、疫情的医药储备与紧急供应任务，肩负着构建全国药品供应安全保障体系的神圣使命。国药控股周口有限公司秉承“关爱生命、呵护健康”的发展理念，依托集团“以质做大、以工做强、以研做优”的战略定位，顺应国家医药领

域改革发展的要求，以现代物流和信息化为支撑，形成了国药周口“技术、规模、资本、品牌、网络”五大优势，通过管理、服务、技术、模式创新，推进区域医药产业一体化发展，努力搭建覆盖周口地区的医药供应保障体系。

地址：河南省周口市川汇区交通大道东段 32 号  
热线：0394-6113301  
信箱：guoyaozhoukou@163.com  
网址：www.guoyaozk.com



文艺汇演精彩上演



老人们观看演出

10 月 16 日上午，周口萤火虫公益志愿者走进周口市老年护理院，为老人们奉上一场精彩的文艺汇演，并捐赠保暖裤 68 条，给老人们送去了节日的美好祝福。

记者 孙艳 摄

## 中国药学会发布常见安全用药误区

**新华社北京 10 月 17 日电**（记者 赵文君）中国药学会 17 日发布公众识率较高、潜在风险较大的常见安全用药误区，呼吁公众关注安全用药，学习用药常识，促进全民健康。这些安全用药误区包括：追求疗效滥用用药、盲从他人使用药品、迷信偏方秘方治大病、盲目追求海淘药品、回避风险不接种疫苗等。

中国药学会特约专家张继春说，有些患者长期服用药物，担心会增加不良反应发生率，或者在自我感觉病情好

转、症状减轻后就马上停止服药，不按照医嘱正确用药。药物治疗需要一定的时间，尤其是感染性疾病，要有足够的疗程，才能彻底控制感染，疗程不够可转为慢性感染；有些慢性病如高血压、糖尿病等要终身服药，不能随意停药。患者依从性较差的情况下，不规律服药，容易导致病情反复，甚至加重，危及生命。

张继春举例说，有些老人听说阿司匹林可以防治心脑血管疾病，预防卒中、心梗等，便自行去药店购买服用，服

用一个月后发现拉黑便，原来是胃出血了。胃肠道症状是阿司匹林最常见的不良反应，长期使用容易导致胃黏膜损伤，引起胃溃疡及胃出血。所以，在长期服用阿司匹林之前，必须征求医生或药师意见，经常监测血象、进行大便潜血试验及胃镜检查。

错误的给药方式有时不但不能起到治疗疾病的作用，还会直接影响药效的发挥，甚至会对身体造成伤害，例如，人们常用的泡腾片是一种特殊剂型，它含有泡崩崩解剂，一般是有机酸和碳酸

钠或碳酸氢钠的混合物，二者遇水后发生化学反应，会产生大量的二氧化碳，若直接吞服，大量气体会急剧充斥气道，有引起窒息的风险。正确服用方式为先取半杯凉水或温开水 100 毫升到 150 毫升，将一次用量的泡腾片投入杯子，待药物完全溶解或气泡消失后摇匀服下。

中国药学会提醒公众，合理用药应当遵循“安全性、有效性、经济性、适当性”四大原则。用药首先强调安全性，只有在这个前提下，才能谈到合理用药。

## 健康服务热线

健康热线: 13592220126 13949993566 18639402285

电子信箱: zkrbwsb@126.com