

# 市中心医院获第三批次中国心衰中心认证

本报讯 (记者 窦嬴) 6月1日,中国心衰中心认证工作委员会、中国心血管健康联盟、中国心衰中心总部联合发布公告,公布了通过2019年第三批次中国心衰中心认证的83家医院名单。市中心医院榜上有名,成为我省5家通过认证的医院之一。

“心衰为进行性疾病,患者的心

脏泵血功能衰退,一般都会反复住院。我们医院成立心衰中心的目标就是规范心衰治疗,让每一位心衰患者均能接受最恰当的治疗,以最大限度降低心衰患者再住院率和死亡率。”市中心医院副院长、心衰中心主任吕燕平说,成立心衰中心有两个目的,一是建立急性心衰救治体系和绿色

通道,二是做好慢性心衰规范化治疗和管理。

两年前,市中心医院正式启动心衰中心筹备工作。该院高度重视心衰中心建设,院长于彦章多次组织召开专题会议,对心衰中心建设提出要求。同时,心内科和CCU担任牵头科室,急诊科、心外科、肾内科、内分泌

科、营养科、检验科、放射科、超声科等科室团结协作,成立领导小组、工作小组及专业小组。除了成立心衰中心,该院还开设心衰门诊,由专家坐诊,开通“绿色通道”,为患者提供优质的诊疗服务。此后,心衰中心还将通过分级诊疗、双向转诊等形式,不断提升心衰防治水平。②9

## 义诊送健康 服务受称赞



## 我市举办妇幼健康服务信息管理培训班

本报讯 为规范妇幼健康服务信息管理工作,提高数据上报质量,近日,我市举办2019年河南省妇幼健康服务信息管理培训班。来自各县(市、区)

卫生健康委、市直相关医疗单位近180人参加培训。

省妇幼健康服务信息管理系统工程师杨小杰利用PPT课件,对母子健

康手册APP和省妇幼健康服务信息管理系统的操作流程进行了详细讲解,并回答了参训人员提出的问题。

通过培训,受训人员基本掌握了省

妇幼健康服务信息管理系统的具体操作方法,对提升我市妇幼健康服务信息管理水平、保障广大妇女儿童的健康起到积极的推动作用。②9 (陈海威)

## 著名整形外科专家李圣利到周口港区医院指导工作

本报讯 (记者 史书杰) 6月1日上午,我国著名整形外科专家李圣利到周口港区医院(原周口烧伤医院)指导工作。

当日,李圣利对该院烧伤科、整形科等科室业务开展情况进行了实地查看。他指出,整形外科一定要走培养高端人才、追求创新发展的路子,建议强化烧伤科、整形科等龙头科室建设,打造医院文化,营造和谐

的工作氛围,从而推动医院快速健康发展。

随后,李圣利参观了该院手术室、烧伤科病区、整形科病区,对该院内外环境、硬件设施等赞不绝口。在整形科病区,李圣利走进病房,与疤痕及整形患者进行交流,并对患者的一进一步治疗提出意见和建议。听闻著名整形专家莅临医院,众多患者及家属纷纷前来,向李圣利求医问诊。李圣利不厌其

烦,耐心回答大家的提问。李圣利是上海交通大学医学院附属第九人民医院整复外科主任医师、教授,我国知名整形外科专家。他还担任国际整形与重建外科学会委员,中国美容整形协会副秘书长,眼整形分会常务理事、整形与重建外科分会常委兼秘书长,中国医师协会美容整形医师分会干事长、鼻整形专业委员会主任委员等职务。②9



## 如何缓解高考焦虑

胡杰一

高考临近,有不少学生及家长前来进行心理咨询。在诸多来访者中,高考焦虑较为多见。那么,如何预防缓解高考焦虑呢?

### 高考焦虑的产生

焦虑主要产生于人们的内心冲突,高考焦虑也不例外。一是来源于学生本人对高考的恐惧心理,或对自己的成绩的评估偏低,或平常就没有认真学习,或对自己要求过严,或追求超越心理,或怕考不好丢面子等。二是来源于家长的压力,由于家长对孩

子的期望值过高,从而使孩子的心理压力增大,担心考不出好成绩愧对父母;另有家长经常在孩子面前唠叨,使其产生逆反心理等。三是学校及老师的问题,在大环境下,学校及老师为追求升学率,给学生施加压力,一味采取“填鸭式”教学,使学生得不到充足的睡眠和休息,加上一些老师的不当说教,导致学生反感而产生焦虑。

### 如何缓解高考焦虑

作为学生,首先要有一颗平常心,

一方面要努力学习,另一方面要学会放松自己,调整好心态,只要尽力了,就无愧于心,不再勉强。其次要相信“天生我材必有用”,人生之路千万条,考不上大学照样可以施展自己的聪明才智。

作为学生家长,关心孩子的学习成绩无可厚非,但应和孩子像朋友一样相处,让孩子心甘情愿接受自己的观点,切记不要指责、埋怨,以免引起阻抗心理,从而产生焦虑情绪。一旦发现孩子有焦虑等心理问题,要及时

与其沟通,或寻求心理医生的帮助。

作为学校领导及老师,在关心学生学习成绩的同时,不可忽视学生的身心健康。任课老师尤其是班主任要掌握每个学生的学习情况、身心状况,以便因材施教、因势利导。一旦发现学生有心理及身体问题,应及时与家长沟通,尽快处理。

最后,祝参加高考的学子以平和的心态考出优异成绩。

(作者单位:周口精神病医院)

## 市疾控中心督导“创卫”工作



本报讯 (记者 史书杰 文/图) 6月1日,市疾控中心深入中心城区学校及托幼机构督导健康教育与促进、病媒生物防制宣传等“创卫”工作开展情况(如图)。

当日,针对督导中发现的问题,市疾控中心督导组现场下发整改通

知书、反馈督导意见,制定切实可行的整改措施,确保“创卫”各项工作落到实处。

此次督导,使学校及托幼机构进一步明确了“创卫”工作要求,为深入推进创建国家卫生城市工作奠定了坚实基础。②9

## 市中医院积极开展“创卫”工作

本报讯 (记者 李硕) 6月4日下午,市中医院根据医院“创卫”领导小组的安排,组织志愿者到前王庄社区和七一路开展“创卫”工作。

出发前,市中医院党委委员、工会主席孙俊强调,“创卫”工作没有完成时、只有进行时,任何人都不能有丝毫懈怠情绪,并再一次强调说明了“创卫”工作重点和难点。

当日,孙俊和大家一起捡烟头、拾垃圾,向商铺宣传“创卫”工作,要求其严格落实“门前三包”责任制,巩固“创卫”成果。

“创卫”以来,市中医院经常组织志愿者到分包社区和责任路段捡拾垃圾、打扫卫生、宣讲卫生健康知识,提高居民健康素养,让其养成良好的卫生习惯,助力“创卫”工作。②9

## 夏季常见疾病的预防

夏季,气温升高,人体机能和环境发生诸多变化,各种细菌和病毒随之活跃起来,使得夏季成为一些疾病的高发期。下面为大家介绍如何预防夏季常见疾病。

### 空调病

空调病是指长时间在空调环境下工作学习的人,因空间相对密闭,空气不流通,环境得不到改善,会出现鼻塞、头昏、打喷嚏、耳鸣、乏力、记忆力减退、四肢肌肉关节酸痛等症状,以及皮肤过敏症状,如皮肤发痒等。

预防空调病的方法就是将空调房的空气加湿,达到人们适宜的温度。开启空调一段时间后可以关闭一会儿,尽量避免一直开着。同时,不要长时间待在开着空调的房间内,可在早晚气温相对较低的时候进行一些户外活动。

### 热伤风

热伤风指的是夏季常见的普通感冒,临床表现为咳嗽咽痛、鼻塞流涕等。

预防热伤风的主要方法是不要贪凉,根据个人身体状况,采取合理的防暑降温方法。另外,大家还要按时作息,保持乐观的心态。

### 中暑

中暑是指因高温引起的人体体温调节功能失调,体内热量过度积蓄,从而引发神经器官受损。中暑分为先兆中暑、轻症中暑和重症中暑,其中重症中暑又分为热射病、热痉挛和热衰竭。先兆中暑的症状是头痛、

头晕、口渴、多汗、四肢无力发酸、注意力不集中、动作不协调等。轻症中暑的症状是头晕、口渴、大量出汗、皮肤灼热、四肢湿冷、面色苍白、血压下降、脉搏加快等。

预防中暑最重要的一点就是避免太阳暴晒。夏季出门一定要做好防晒措施,最好不要在上午10时至下午4时之间到户外活动。此外,在炎热的夏季,要随身携带防暑降温用品,如十滴水、人丹、风油精等,以备不时之需。

### 急性肠道疾病

急性肠道疾病主要是指胃肠黏膜的急性炎症。临床表现多为恶心、呕吐、腹痛、腹泻、发热等。

预防急性肠道疾病必须控制饮食,切勿暴饮暴食,慎用或不用易损伤肠胃黏膜的药物,尽量少食用螺蛳等易被病菌污染的食物,做到防患于未然。

(周口长城医院供稿)



主办:周口市卫健委 周口报业传媒集团  
承办:国药控股周口有限公司

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

邮箱:guoyaozhoukou@163.com

网址:www.guoyaok.com

## 健康服务热线

健康热线:13592220126 13949993566 18639402285

电子邮箱:zkrbwsb@126.com