

开栏的话

近一段时期以来,经过市民对医患和谐基地候选医院一日体验活动的开展,一定程度上加深了百姓与医院的沟通与理解。参与体验的市民感受到了到医护人员的不易,体察了他们工作的不易。常说,理解源于沟通。如今,我们通过这样一种形式架起了医患沟通的桥梁。参与体验活动的市民直言不讳,对候选医院的医疗服务或扬或抑;候选医院有则改之或无则加冕,一同见证医患和谐的建设。

体验归来,市民写下了他(她)所感知的医院情形。

和风吹得人心暖

——西华县人民医院神经内科见闻

□王天瑞

11月27日,初冬的冷风嗖嗖地刮着,寒气袭人。当我走进西华县人民医院神经内科,陡然感到和风扑面,暖意融融。

病房里,医生们认真地查房、诊疗,护士们忙碌地扎针、量血压,患者安静地服药、输液。办公室里,两位患者已经康复痊愈,正在办理出院手续,患者的家人一再说着感谢医护人员的话。

据了解,神经内科是西华县人民医院的一个普通科室,然而就是这个普通科室创造着不同凡响

的业绩。神经内科现有6名医生、14名护士、2名护工。该科现已成立8年,每年接收患者大约2500人次,8年里接收患者共约2万人次,但是科里从来没有出现过医疗事故、医疗纠纷。办公室里挂满了患者送来的锦旗,上面写着:“医德高尚”、“医术高明”、“妙手回春”、“济世救人”……

神经内科的医患关系为何这么融和?该科室冯向阳主任说出了心中的感悟:

一要正视医患矛盾,勇担责

任。患者是求医者,医护人员是服务者,医患双方是一对矛盾,其中医是矛盾的主要方面。医护人员要承认医患矛盾,正视这一矛盾,并主动解决医患矛盾。在解决医患矛盾时,医护人员要多从自身找原因,多承担责任,多作自我批评,多检讨自己。

二要理解患者痛苦,帮助患者解难。凡是患者都是痛苦的,痛苦不仅仅指疑难病患者方能感受,既使头痛发热的患者也在陷于痛苦之中。在治疗中,患者常常是呻

吟中度过每一天。所以,医护人员一定要深刻理解患者这种痛苦,在为患者治疗、服务中,尽量为患者减轻痛苦。有的患者还有一些具体困难,医护人员要努力帮助患者排忧解难,使患者感受到医院的温暖。

三要摆正个人利益,奉献爱心。医护人员对患者奉献爱心,是一种理想、一种信念、一种信仰、一种传统。在强大的物质诱惑时代,能否对患者奉献爱心,是对医护人员的严峻考验。谈话中,我们

了解到神经内科的医务人员积极主动为患者奉献爱心。他们清楚地知道要为患者奉献爱心就有摆正个人利益。该科室人员一直把个人利益让位患者利益,视医院的整体利益高于个人利益。副主任董凤林的岳母患了重病,需要照顾,董凤林把任务交给爱人,仍然坚持上班。副主任贾泉勇的父亲因病卧床不起,贾泉勇把全家人作了分工,自己从来没有耽误过工作。

四要学习先进技术,提高医疗水平。时代突飞猛进,医术迅速发展,医护人员要具有为患者服务的高超本领,就必须认真学习。向同行学习、向书本学习、向实践学习、走出去学习、请进来学习,努力掌握先进技术,不断提高医疗水平,既能治疗常见病,也能治疗疑难病,能保证绝大多数患者不出本院就能治愈,不再奔赴遥远的外地看病。

和谐重在以心换心

□刘红建

近日,随周口日报社医药卫生工作部的记者一起来到西华县人民医院,实地体验该院医患和谐关系建设。一天下来颇有感触。

西华县人民医院是当地最大的一家综合性医院,是全县的医疗、保健、科研和医教中心,医院分南北两个院区。院长带领我们参观了两个院区。随后,根据分工安排,我和高阳记者分别到了儿科和医技科室。

在儿科,我看到患者较多,走廊里挤满了大人和小孩,看到每个大人揪心的面容和儿童痛苦的表情,我深有同感。医生办公室里,齐主任正在问诊一名患儿。经询问得知,该患儿在家门口门诊初诊为感

冒,已连续输液三天,一直未见好转。随后,齐主任又对患儿进行心肺功能、扁桃体、耳道、血液指标等深入检查,最后确诊患儿为感冒引起的中耳炎。据家长说“我们每次都是在家里治不好才来找齐主任,齐主任问的很仔细,态度好,技术水平高,孩子都是齐主任治好的”。听着朴实的语言,看到满意的笑容,我们也为医生和患者这么近距离的沟通感到欣慰。截至我们离开时,齐主任已诊治10余名患者,看到她那忙碌的身影,我们没敢打扰她便悄悄离开了。

下午,在西华县血库,血库李主任接待了我们,该血库是院长直接管理的一级科室。血库房间布

置比较规范。在房间的墙壁上悬挂着各种规章制度。李主任解释说:“这是为了提醒我们,按制度执行”。他还告诉我们,如今血库与血站实现了计算机联网管理,血站随时可以调取血库的库存和血液信息,便于跟踪查询。电脑文书与血液发放同步运行,不仅减少了人为书写的差错,也减少了手写的工作量。

通过一天的体验,我们感到西华县人民医院职工待患者如亲人,能正确处理医生和患者的关系,创造了和谐的社会环境。医院风气正,人心齐,相信医院的发展会越来越



参加和谐医患关系体验者(右一)“全身武装”在手术室现场观看手术,感受医生工作情况。



来自社会各界的多名志愿者与记者一同走进西华县人民医院,进行一日体验,感受医院在促进医患和谐方面所做的工作。

前进中的西华卫校

记者 刘艳霞 通讯员 石清良

规范教学管理,狠抓骨干专业,开办特色教育,提高教学质量,全面实施素质教育,形成了学校有特色、专业有特点、学生有特长、管理有水平的办学模式。

在基础设施上,30年来,西华县卫生学校发生了前所未有的变化,先后建起了教学楼、学生宿舍楼、学生食堂、大型投影电教室、图书资料室。如今,整个学校占地面积10亩,建设面积1000平方米,教职员工26人,附属医院一所。

校附属医院,新建3层门诊办公楼,建筑面积达1500平方米,内科、外科、中医科、妇产科、平衡针灸科、护理部、预防保健科、疾控科、检验科、放射科等,拥有X机、

血流变检测仪、多普勒、B超、尿分析仪、全自动麻醉呼吸机、心电监护仪等医疗设备。

在专业建设中,该校坚持以提高教育质量为中心,创新办学思路,积极调整专业结构,拓宽办学渠道,坚持以市场为导向,不断开发具有市场前景的新专业,并与高校联合办学,提高办学层次,扩大

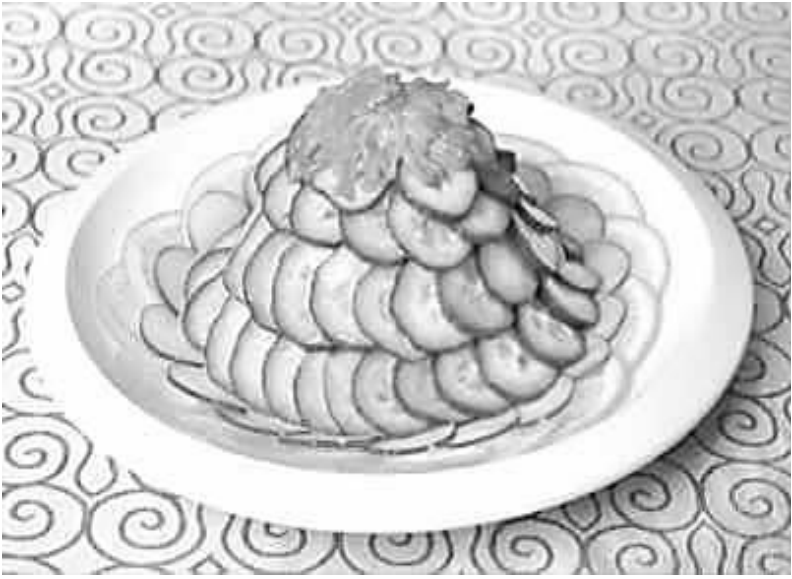
办学规模。如今,学校开设有护理、助产、中西医结合等专业,并与高等医学院联办临床医疗、护理大专班,逐步形成了以中专教育为主体、大专教育为补充,继续教育为延伸的办学格局,办学层次不断提高,规模不断扩大。

在教学上,西华卫校围绕质量与就业双重培养目标,改革教学内容与方法,由以前的重理论轻实践向突出技能、培养特长的教育模式转变,把人的整体素质放在首位。这种教育模式使学生掌握了基本的文化知识与必要的操作技能。

截至目前,该校举办各级培训班36期,培训乡村医生38批次,总计30590人次。

在专业建设中,该校坚持以提高教育质量为中心,创新办学思路,积极调整专业结构,拓宽办学渠道,坚持以市场为导向,不断开发具有市场前景的新专业,并与高校联合办学,提高办学层次,扩大

冬季吃点凉拌菜可以去火消脂



入冬后,天气日渐寒冷。人们往往喜欢多吃些温热的食物来抵御严寒。但殊不知,即使天气寒冷,温厚油腻的食物吃得过多,也可能导致“上火”,因此,冬季也别忘了吃点凉拌菜。虽然传统养生理念中,冬季寒冷,顺应气候要多吃热性食物。但现在,冬天通常室温较高,不少人穿得多、活动少,容易造成体内积热。此时再吃大量温厚油腻的食物,容易导致胃肺火盛。因此,若能调整饮食,吃道清爽的凉拌菜,对身体大有好处。

首先,冬季饮食相对其他三季,摄入热量高了,含油脂的食物多了。吃凉菜,能让身体自我取暖,消耗脂肪,调动免疫系统。

其次,人体的肺腑火盛不论冬夏均可产生,但冬季“上火”更为突出。因为冬季虽冷,但人们穿得很厚,活

动减少,体内的积热反而不能适时散发。再加上冬季饮食通常热量较高,很容易导致胃肺火盛。吃凉菜,能带走体内一部分热量。

最后,冬天想不“上火”,适量吃些凉性食物“治表又治本”。如拌凉菜其中的黄瓜、番茄、生菜可“降火”。混合着西瓜、哈密瓜、梨的水果沙拉也是不错的选择。此外,不少家常凉拌菜,如拍黄瓜、凉拌芦笋都有清热去火的效果。做凉菜时,不妨放点有杀菌作用的蔬菜,如蒜、洋葱、韭菜、大葱、青蒜,既调味又保证了卫生。

但需要提示的是,胃肠不适或体虚怕寒的人还是不太适合冬天吃凉菜。

(王宜)

郸城县农民有了自己的健康档案



农民健康档案工作是各级党委政府关心基层、关注民生的一项民心工程,也是新医改启动后,着力推动实施的九大公共卫生项目之一。郸城县卫生局本着先建设、后规范的原则分步实施,稳步推进。目前已完成了农村常住人员的信息采集工作,做到“纸质档案”和“电子档案”两不误、两对照,预计“电子档案”工作将于年底完成。届时,郸城农村居民在全县范围内看病时可以实现健康信息“全县通”。图为郸城县城郊卫生院建成的规范农民健康档案室。

(刘艳霞 高阳 摄)

周口协和骨科医院

颈椎间盘突出症手术做的就是好

本报讯(记者 史书杰)周口协和骨科医院是我市唯一一家经市卫生局批准成立的大型骨科医院。建院几年来,该院坚持“以病人为中心,以技术为核心”,采用先进的管理手段,坚持科学发展观,坚持品牌发展战略,以争创“廉医、诚信、便民、和谐”为出发点和立足点,以完善医疗服务质量为重点,坚持以质量为中心,努力改善就医环境,健全医院各项管理制度,探索新形势下的科学管理模式,逐渐发展成为患者较为认可的平民医院。近日,记者随同患者一起走进了这所患者口碑较好的专科医院,感知它的特别之处。

患者李某,现年54岁,项城市人。两个月前,患者因劳累出现双手尺侧及双下肢麻木、无力、行走时步态不稳。经多方打听,便与爱人一同来到了周口协和医院,经检查被确诊为“颈椎椎间盘突出症”。

11月15日医院对患者进行了手术,手术由刁庆勋院长亲自主持。经过两个小时紧张手术,患者颈4-5、5-6前路椎间盘摘除、取髓植骨融合、椎管扩大减压、颈前路钛板内

固定,手术顺利结束。

多数人可能不清楚自己有多少块脊椎,但对脊椎病却异常。因为由颈椎痛、腰痛带来的头痛、腿痛,每天都在困扰着很多人。对于我们来说,脊椎不仅仅支撑我们的身体,还缓冲身体的压力和震荡以及保护内脏。但是脊椎又很脆弱,在脊柱前后两面之间是椎管,内有脊髓,周围骨性结构。因骨折或其他病变而侵入椎管时,往往会引起脊髓压迫症,甚至少量出血或肉芽组织便可引起截瘫。

而刁院长的工作就是在脊椎上面动刀子,该项手术一直被业界称为在“高空走钢丝”,稍有不慎,患者就有可能瘫痪,甚至断送生命。刁院长说:“别人都说鸡蛋里面挑骨头难,我是在神经里面挑骨头。”困难可想而知,一次手术的失败,对医生来说是一次意外,但对患者来说是生命的消逝。所以,刁院长一刻也没放松自己。

在记者采访时,患者李治洪面带笑容地告诉记者“这里的 service 一流,医术一流,我非常满意!”

《中国公民健康素养 66 条》有奖征文选登

养生之道 路在何方

□苏建广

人命关天,健康无价。我国人民历来注重养生,从古到今形成了一整套独具特色的养生之道,其中包括养生思想、养生理论、养生法度和各种行之有效的养生法等。纵观古代养生保健术,的确让人“过把瘾”。其中,有些确实很管用,但鉴于时代的局限,还有一些非科学的养生保健知识存在,我们应“取其精华,去其糟粕”。

建国后特别是改革开放以来,祖国传统医学获得了新生,中国养生学得到了长足的发展;医疗保健机构数不胜数;卫生健康讲座现场常常是人头攒动;有关医疗保健的学术刊物和书籍琳琅满目;许多非医疗保健类报刊为了寻找卖点也积极向养生保健“靠拢”。

近年来,随着养生热的不断升温,健康科普知识得到推广,养生之风盛行,并逐步走向大众化。然而,健康养生类图书、刊物比比皆是,各有各的“秘方”,各有各的特色,各有各的招数,让人目不暇接、无所适从。“大河东流,泥沙俱下”。在养生保健不断升温的氛围中,健康科普因走向娱乐化、商业化而逐渐偏离正轨,导致谬种流传,连篇累牍的怪论确实害人不少;有些书为了赚得盆满钵满,竟然违背常识,颠覆传统养生知识;有的健康讲座为了迎合大众、多卖药品,竟

然把养生科普讲坛变成了鱼龙混杂的“名利场”;有的江湖郎中穿上白大褂冒充养生健康专家闪亮登场,在流动人口聚集处、在民营经济集聚区,大肆推销错误观点,制造知识混乱,简直是拿人命开玩笑百姓追求速成,媒体追求娱乐,商家炒作误导公众,耸人听闻的养生怪论得以流行!“戏”说健康养生,对健康养生乱“侃”,说到底,其本质都是为了弄钱。

养生健康属于医学,本来是一门严肃科学,任何一个观点的提出,必须有确切的科学依据,然而,“戏”说健康养生“忽悠”公众之现象竟然有市场。乱“侃”“戏”说健康养生简直到了“泛滥成灾”的地步。众多健康养生学习者、实践者因找不到科学的健康养生之道而郁闷烦恼,人们渴望科学健康养生的霞光出现。

总有云开日出的时候,《中国公民健康素养 66 条》像一抹霞光从东方天际喷射而出,照耀着健康养生之道。人们沐浴着光芒四射、明朗闪耀的霞光,沉醉于健康素养传播活动中、沉醉于全民健身有指针的喜庆中、沉醉于亘古未有的科学健康养生之道上。

愿《中国公民健康素养 66 条》成为指导你我他健康生活方式的指南针。

本栏目由周口市疾病预防控制中心主办

协和之窗

超声波检查在发育髋关节异常中的应用

发育髋关节异常(DDH)是常见的儿童致畸性疾病,未经治疗的 DDH 具有随生长发育病情加重和恶化的可能。新生儿出生时髋关节的组成,无论髋臼还是股骨头都是有软骨构成,而软骨由于无法得到 X 线的成像,早期 DDH 诊断就缺乏明确的证据。超声波髋关节诊断技术是利用了超声波可以穿透婴幼儿髋关节组织,在软骨界面上形成不同强弱回声的特性,观察髋臼形态,达到鉴别和诊断髋关节结构是否正常的目的。相比 X 线射线,超声波髋关节检查存在下列优势:

- 1.超声波是一种无创性的检查技术,对于新生儿,尤其是健康性的筛查,明显具备无创的优点,并且可以重复利用。
 - 2.超声波是一种动态性的检查手段,可以在活动中检查髋关节及股骨头与髋臼的关系,判断髋关节是否存在结构异常。
 - 3.超声波髋关节检查已被证明在筛查 DDH 中具备高度的敏感性,不易在检查中遗漏异常发现。
- DDH 的早期诊断意义:
- 与多数先天性或出生缺陷性疾病一样,DDH 作为一种与出生有关的发育性病变,同样存在着治疗越早,治疗效果越好,治疗痛苦越少,治疗费用越低的普遍规律。

周口协和骨科医院

新农合定点医院

城市医保定点医院

地址:周口市八一南路火车站北 100 米

健康热线:6072309 15896754369

骗取新农合资金
医疗乱收费
无凭证医
医疗事故
雇用医托
医院出租承包科室
……

监督热线
13592220126 13526297566
13949993566

发现以上情况,请拨打监督热线电话,我们将在第一时间关注您的呼声,通过记者的调查与呼吁,引起有关部门的重视,让您的合法权益得到维护。

老年人提高生活质量十条建议

健康的身體素質一方面源自遺傳,另一方面來自于後期的愛護。有研究表來,年老時體質的健康狀況主要由你自己的行為決定。只要你肯改變,無論何時,都有可能过上更健康更長壽的生活。如何提高老年人的生活質量有 10 條建議,仅供老人朋友參考。

要吃各種顏色的食物
多吃些營養豐富、色彩鮮豔的水果蔬菜,攝入的食物顏色越豐富,營養成分也會越全面。每周爭取吃兩次魚,因為魚類富含歐米茄-3 脂肪酸,對心臟很有好處。少吃紅肉和全脂奶制品;攝入一定量的粗糧。

適當鍛煉
每周堅持三次、30 分鐘的大步走,可以保持身體結實、頭腦清醒,骨骼和精神也可以得到鍛煉。騎單車、慢跑及一定程度的負重鍛煉等,也可以增強體質。

適量飲酒
適量飲酒可以降低患心臟病等疾病的風險。每天飲用 30 毫升烈酒,或 180 毫升葡萄酒比較合適。但由于酒精和某些藥物又相互作用,所以在飲酒前應該詢問醫生自己是否適合飲用。
保證充足睡眠
很多人都以為與年輕人相比,

老年人不需要太多睡眠。但實際上,老年人也需要保證每日的 8 小時睡眠,否則可能會引起心臟方面的疾病。

激發競爭感
可以玩玩電腦遊戲,让你的大腦得到充分的鍛煉;可以參加辯論俱樂部,激發自己的鬥志;可以學習新的語言,多參與社交活動等。這些都能讓大腦保持良好活力。

享受安全的性生活
研究發現,老年人性生活的次數越多就越幸福。

定期體檢
老年人要定期體檢,攜帶日常你在藥店買的非處方藥供大夫參考。

傾訴
當你情緒不佳或焦慮不安的時候,要與人交流。一旦出現憂傷、疲乏、對喜歡的事物失去興趣、敏感易怒等表現,應立即和醫生取得聯系。

注射疫苗
疫苗可以預防肺炎、破傷風、带状疱疹等,對老年人很重要。
定期檢查
定期去醫院檢查,患有慢性病或同時患有多种疾病的,最好去老年病科就診。(徐春昕)