

上海在全国首次发布“鼻腔清洗指数” 专家:清洗鼻腔要因人而异

本报记者 卜俊成

8月14日,上海市气象局正式发布全国首创的健康气象指数——“鼻腔清洗指数”。

据了解,“鼻腔清洗指数”是上海市气象局根据当日空气质量、悬浮颗粒物等指标,提示市民应及时清洗鼻腔,以预防上呼吸道疾病。

“鼻腔清洗指数”共分四级,一级代表需时洗鼻;二级代表定时洗鼻,健康人群每天1~2次,鼻炎患者每天2~4次;三级代表随时洗鼻,健康人群每天2次以上,鼻炎患者每天4次以上;四级代表及时洗鼻,建议健康人群和鼻炎、呼吸道疾病患者每天4~6次。

河南省人民医院耳鼻喉科专家提醒《医药卫生报》的广大读者,根据河南省的气候状况,健康人在常态下没有必要清洗鼻腔,患有鼻炎等呼吸系统的患者,在第一次清洗鼻腔前,最好先到正规医院咨询一下专科医生。

健康人没必要清洗

“健康人如果鼻腔没有不舒服的感觉,一般没有必要冲洗。”河南省人民医院耳鼻喉科副主任医师、博士后刘宏建表示。

鼻腔内正常的生理结构对人体吸入的空气有很好的净化作用。其中,鼻毛可以阻挡空气中的大部分颗粒。而鼻黏膜上面的纤毛会对从鼻毛处“逃离”的少部分小颗粒进行二次清扫,避免让其落入气管。鼻腔自身的这种净化作用,已经可以净化掉大部分的微尘颗粒,另外,人体的打喷嚏、吐痰、生理性咳嗽等应激反应也可以清除一部分微尘颗粒。

鼻炎等患者可以清洗

刘宏建说,生活中的工业废气、汽车尾气、粉尘等对鼻炎、气管炎等呼吸道系统疾病患者的危害很大,这类人群经常清洗鼻腔是有好处的。但是,是否有必要天天冲洗,最好咨询专科医生,根据病情而定。

清洗鼻腔时,最好不要用自来水,不要用手指掏。自来水中带有一定的细菌,而用手指掏很容易导致柔软的鼻黏膜出血。

人们可以选择专业的鼻腔冲洗器,配合使用生理盐水或消毒后的海水进行冲洗。冲洗前最好到正规医院,咨询专科医生鼻腔冲洗器操作的注意事项。

特殊人群要保护鼻腔

刘宏建提醒,在煤矿、水泥厂、面粉厂等场地工作,经常接触粉尘的特殊人群,要做好防护措施,避免因粉尘导致鼻炎、气管炎、哮喘等疾病的发生。这类人群除了注意经常换洗口罩,用生理盐水等清洗鼻腔外,还要避免感冒,避免鼻腔冷热刺激。

另外,可在鼻腔清洁的情况下,按压迎香穴(鼻翼两旁0.5寸处)或轻轻地揉搓鼻子,来保护鼻腔。

印有国旗的白大衣

中国援厄立特里亚第七批医疗队 王春光

临出发前,河南省卫生厅给每位队员配发了两件印有国旗的白大衣。鲜艳的五星红旗非常醒目,下面印着中国援外医疗队的英文缩写字母。穿上这样的工作服是对队员们工作的最好激励。

国旗象征着国家,白大衣上印着国旗,这意味着什么,每个队员都清楚。我们明白自己的使命,从不曾忘记出发前面对国旗作出的誓言。

在诊室里、在病床前,受援医院内处处流动着五星红旗。很多患者可能记不住中国医生的面孔,但是他们一定忘不了鲜艳的五星红旗;他们也许喊不出中国医生的名字,但是他们一定知道中国。在出诊的途中、在义诊的地方,穿着印有五星红旗白大衣的队员们常常被热情的当地人团团围住,每个在场的人都知道我们来自哪里。

国旗是红色的,我们的心也是红色的。在中国医生休息室内,每一件脱下的白大衣都会被规规矩矩地挂在衣架上,印有国旗的一面朝外。在以白色为底色的映衬下,五星红旗格外鲜艳夺目。一件件整齐排列的白大衣,乍看上去就像一面面升起的国旗。

队员们非常珍惜自己的白大衣,因为他们知道,每清洗一次白大衣,国旗就多一点褪色的可能。织染的旗帜会褪色,但是队员们为消灭疾病的意志和热情绝不会消退,在他们心中,一直会有一面鲜艳的五星红旗迎风飘扬。

河南援外38年纪事 省卫生厅国际合作处协办



洛阳市妇女儿童医疗保健中心 20顶自制小蚊帐彰显贴心服务



本报讯(记者 刘永胜 通讯员 李万江 鲁玉兵)连日来,在洛阳市妇女儿童医疗保健中心,一顶顶小蚊帐解决了许多住院产妇的难题。

近段时间由于天气潮湿,部分产妇和家属反映病房内有蚊子,影响产妇休息和宝宝的蚊帐。虽然在病区均配有灭蚊灯等设备,可有的产妇及家属担心灭蚊灯会影响孩子的健康而不愿使用。

针对这一问题,该中心产科护士长周建华多方了解,发现市场上并无适合新生儿的防蚊用具,就与科室人员一起根据婴儿床的大小,设计出新生儿专用小蚊帐。在后勤保障部的配合下,20顶自制小蚊帐送到了产妇和家属的手中,这一贴心的服务立即受到了产妇及家属的欢迎。

该院产科8床的产妇家属高兴地说:“有了这顶小蚊帐,我再也不用担心孩子被蚊子咬了,你们的服务可真是周到细致啊!”

全新居民健康卡呼之欲出

8月19日,在第二届中国卫生论坛上,卫生部办公厅主任侯岩说,卫生部决定整合现有的新农合一卡通、医疗机构就诊卡,为城乡居民配备居民健康卡。

侯岩说,“十二五”期间,我国卫生信息化总体框架已确定为“3521工程”。工作的切入点是居民健康卡为介质,共享居民电子健康档案和电子病历数据,促进数据库的信息共享,方便居民得到全病程、连续的医疗卫生服务。目前,卫生部已会同财政部、选择北京、内蒙古、上海、江苏、浙江、安徽、河南、湖南、重庆、云南、宁夏、新疆等省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团开展卫生信息化建设试点工作,建设卫生信息平台。今年,居民健康档案建设工作的目标为:到年底,50%的居民要实现电子化、规范化的健康档案管理。

会上,卫生部统计信息中心主任孟群说,卫生部已编制完成了《居民健康卡技术规范》,正在研究制定居民健康卡管理办法,将尽快发放居民健康卡,方便居民享受连续的预防、医疗、保健、康复等医疗卫生服务,改善就医体验。居民健康卡其他配套的标准和规范也在陆续制定中。健康卡主要拥有4个功能:身份识别;个人基本健康信息,包括血型、既往病史、药物过敏史等;跨机构就医、新农合异地结算,满足健康档案、电子病历建设需要;金融功能。

(孔令敦)

血源紧张 医护人员献爱心 仅8月份就有近1200人献血

本报讯(记者 阎涛涛)8月14日,郑州市骨科医院向各科室发出倡议书,号召医护人员踊跃献血。在院领导的带领下,该院职工纷纷响应,短短两天时间,报名人数已达200余人。河南省红十字血液中心得知后,于8月16日派出采血车前往郑州市骨科医院采血。

记者从河南省红十字血液中心的统计表格中看到,仅8月,就有将近1200名白衣天使

伸出了手臂:8月3日,郑州大学一附院184人献血;8月5日,河南省人民医院388人献血;8月9日,河南中医药大学一附院254人献血;8月10日,郑州市人民医院256人献血;8月12日,郑州市疾病预防控制中心100人献血。据了解,郑州市中心医院等医疗卫生机构也正在积极组织准备献血。

献血预约电话:63979183 献血咨询电话:63979371

河南省胸科医院 “爱佑童心”慈善项目

专门救助复杂先天性心脏病患者 最高可获救助款2万元

报名电话:(0371)65579055

别让坐诊表成一纸空文

□何双

前不久,一位读者致电记者,倾诉了他在某省级医院就诊时的遭遇。这是一位60岁的老大大爷,他刚满一岁的孙子生病了,当地医生向他推荐了郑州一位专家。他儿子在网上查询了这位专家的坐诊时间后,提前4天买好了火车票。老人和儿子、儿媳带着小孙子,坐了将近5个小时的火车来到郑州。

在院挂号处,他们被告知所要找的专家不坐诊。老人和儿子再次查看了医院门诊大厅张贴的坐诊表,和网络上查询的一致。也就是说,他们所要找的专家没有按照坐诊表的安排坐诊。不仅如此,坐诊表安排的4位当日坐诊专家中,有3人被换作他人。

老大爷犹豫了:无功而返,

意味着除了时间,几个人还得搭上回来火车票;继续等待,食宿费用支出将超出计划。

记者因为有过相同经历,对此深有同感。如果这些专家能按时坐诊,能认识到自己对于患者的重要性,甚至不可替代性,如果其所在医院能够提前通过多渠道发布变更信息,老大爷一家也许不会枉然此行。这个看起来很小的问题,其实带有一定的代表性和普遍性,是导致患者看病贵、看病难的众多因素中的一个。

由此可见,我们工作的点点滴滴都有可能给群众就医造成诸多不便,增加他们的经济负担,甚至导致病情延误,同时也说明了医疗服务工作中细节管

声音



理的重要性。我们一直呼吁要解决群众就医难题,这需要实实在在的行动起来推动它的实现。在这个因果链条上,科学高效的规范和医务人员的个人执业行为是不容忽视的关键一环。注重细节管理、细节服务,不让患者跑冤枉路、花冤枉钱,不让现有制度流于形式,使其在最大程度上得到执行,是对医改最基础也最有效的实践。

郑州片医风采录(39) 曹艳涛:他的世界里没有节假日

本报记者 卜俊成 阎涛涛



曹艳涛

医。有人说,人家都是从下往上走,他却是从上往下“混”。曹艳涛嘿嘿一笑:“坐在诊室里,入户人家都是一样给患者看病。”

就这样,扎根基层,服务村民,曹艳涛一干就是15年。曹艳涛所负责的农村社区,正是他所居住的社区,有510多户人家,2300多人口。他的服务对象都是乡里乡亲,方便开展工作,居民们有个头疼、腿疼的,打电话找他方便。正因为如此,曹艳涛好像没有节假日。他认为,随叫随到,这样才对得起工作,“乡亲们才看得起自己。”

一天的工作并不轻松

又是周一,仲夏,酷暑。曹艳涛一大早就来到单位,处理完手头的事情,他背起出诊箱和同事一起上门为患有慢性病的村民巡诊。按照惯例,他已经在前一天下午整理出了第二天需要巡诊的名单。

这天上午,他和同事计划要

走访8位慢性病患者。第一站要到63岁,患有高血压、冠心病的辛老太太家。

还好,辛老太太在家。曹艳涛询问了老人的服药情况,同事为老人测量血压。老人的血压控制得很好,没有其他不适感。曹艳涛和同事叮嘱老人按时服药,继续保持乐观的心态,之后便离去。走访完8位慢性病患者,已经快中午12时了,曹艳涛的衣服被汗水浸透了一大半。

“今天还是比较好的,有时候遇到老人不在家,或老人想跟我们聊聊天,可能时间更长一些。”曹艳涛告诉记者。

下午上班后,曹艳涛在社区卫生服务中心把上午随访的患者情况输入电脑,又整理出第二天上午要走访的患者名单,并为前来就诊的患者诊治。

大年三十还在出诊 工作这些年,每年春节曹艳涛除了会接到患者、村民们的祝福电话和短信外,还会接到求助电话。

可是当日上午11时,社区一位居民打来电话说自己的婆婆突然“说话不清楚,不认人了”。曹艳涛意识到患者的病情可能比较重,需要立即转诊。

赶到患者家里以后,曹艳涛急忙拨打了120急救电话,并跟随救护车护送患者到医院。办理住院手续,安排好病房,一切准备妥当之后,曹艳涛才赶往父亲的生日宴会,此时已经是13时了。

“曹艳涛能随叫随到,不为名、不为利地为居民们服务,真是难得的好医生。”社区一位患者这样对记者说。

看到老人的病情得到控制,家属拉着曹艳涛的手一直说感谢的话。

父亲生日宴上的迟到

2011年,曹艳涛父亲的生日碰巧赶上他放假,他打算和亲戚朋友一起好好为父亲过生日,提前一周就预订好了酒店。



主办:郑州市卫生局

短讯快车

洛阳荣康医院 巡诊残疾军人426人

本报讯(记者 刘永胜 通讯员 张天伟 郑小卫)2011年上半年,河南省洛阳荣康医院先后对郑州、洛阳、三门峡的优抚患者进行了走访和巡诊,共计走访22个县(市),巡诊治疗426名残疾军人,发放健康教育材料562份,免费发放药品价值1万余元。

据该院院长李文超介绍,目前,该院主要担负着全省复员退伍军人精神疾病患者的治疗和康复任务。他们计划用2~3年的时间,对全省3000多名6级以上精神残疾军人进行巡诊治疗,建立防治网络。

开封将联合中华医学会 举办全国卫生应急管理学习班

本报讯(记者 李季)8月15日,记者从开封市卫生局应急办公室、市120急救指挥中心获悉,开封市将联合中华医学会继续教育部举办“全国卫生应急管理及急诊医学救治新进展学习班”。

据介绍,此次学习班的学习内容为:重大突发公共卫生事件相关预案制定、医疗救援、应对策略及案例分析等;危重症救治(心肺复苏、心律失常、急性心衰、急诊病历书写等)相关知识;中小城市急诊、重症监护室管理、质控及绩效考核等;重大突发自然灾害应急医疗救援的现场组织与管理等。

漯河市卫生监督所 加强放射防护项目督导

本报讯(记者 王明杰 通讯员 黄红亮 陈卓超 赵治勇)漯河市卫生监督所日前就漯河市医疗机构放射防护建设项目进行了督导。督导组分别对源汇区人民医院、郾城区人民医院、郾城区中医院、召陵区妇幼保健院、后谢乡社区卫生服务中心5家新建、改建、扩建放射防护建设项目进行了督导检查。

沁阳市 “三结合”整顿小餐饮

本报讯(记者 王正勤)日前,沁阳市多部门联合,开展了小餐饮食品安全集中整治活动。此次整顿采取“三结合”的方法开展,即整治提升与日常监管相结合、严格执法与指导帮助相结合、扶持与规范相结合。整治活动达到了“三个100%”:小餐饮违法经营行为查处率100%,食品从业人员卫生知识培训率达100%,食品原料进货索证索票台账登记率100%。

为确保整治效果,各有关部门联合执法,明确职责:沁阳市卫生局负责检查小餐饮单位索证索票、餐具消毒、环境卫生等制度落实情况;工商部门负责取缔无证经营单位;城管部门负责管理占道经营商贩;公安局负责专项整治处理违法犯罪行为;新闻出版局负责专项行动信息新闻报道,对违法行为处理及时予以曝光。



8月8日,商丘市中心医院“青年志愿者公益社区健康行”义诊活动走进商丘市金世纪广场,受到了群众的一致好评。

