

“健康洛阳”再添新军 防治并举形成体系

洛阳市老年病医院暨老年疾病防治中心成立

本报讯（记者刘永胜 通讯员刘晓霏）11月29日，洛阳市老年病医院暨老年疾病防治中心在洛阳市第一中医院成立。自此，洛阳市60岁以上的老年人看病有了自己的专属医院。这个消息让已经步入“老龄化社会”的洛阳为之振奋。

目前，洛阳市60周岁及以上人口达到116万人，占总人口的17%；65周岁及以上人口达到74万人，约占总人口的11%。老年人医疗和养老方面需求很大，缺口也大。老年人普遍呈现出多病共存、并发症多、病情反复等特点，看病难也是老年人的主要问

题。

今年，洛阳市委、市政府把组建老年病医院列入2017年民生实事。洛阳市卫生计生委经过专家评审、综合评判，最终选择了洛阳市第一中医院和9家县级中医院，采用“院中院”的形式组建市、县两级老年病医院和全市老年疾病防治体系，以逐步形成以市老年病医院为龙头，以县老年病医院、康复医院、乡（镇）社区卫生计生服务机构老年医疗康复科室为架构，以大型健康养老社区为补充，相互之间具有紧密合作关系的老年医疗康复服务网络。

记者了解到，近8年来，洛阳市第一中医院通过“三甲创建”和“河南中医药大学非直属附属医院创建”，临床学科得到科学规范发展，教学能力得到较快提升，中医特色优势更加突出，优势专科群已经形成，联合救治能力得到加强，良好的临床疗效得到就诊老人和家属认同。中医药因“简、便、验、廉”而备受老人青睐。出院患者中，60岁以上老人占到62.06%，门诊就诊率更高。

受命以来，洛阳市第一中医院多次召开专题会和推进会，督导落实，相继制定出台了《市老年病防治中心运行管理办法》

《老年疾病急诊救治绿色通道》等16份文件，完善职能，明确责任；并以此为契机，进一步建立健全了老年疾病诊治体系，包括加强老年医学综合科建设、加强老年疾病专科建设、成立老年疾病专家防治委员会、成立双项门诊和分级诊疗管理办公室等，与9家县级中医院共同建设完善老年疾病防治体系，竭尽全力，共同把洛阳的民生实事办好。

洛阳市副市长张世敏、市卫生计生委副主任崔丽华、市第一中医院院长石莉、陆军总医院肿瘤科主任医师刘端祺教授共同为洛阳市老年病医院和洛阳市

老年疾病防治中心揭牌。

简约而热烈的揭牌仪式之后，老年医学高峰论坛学术讲座开始。由刘端祺教授、河南中医药大学第三附属医院心血管病区主任周立华教授、洛阳市第一中医院专家付江等，为来自洛阳市各医院、县级医院、二级以上医疗机构、社区以及养老机构的200多位同仁，分别做了《迎接安宁疗护的春天》《中医药在老年病中的应用》《中医膏方的应用》《老年医学的发展现状》《老年医学的核心技术——老年综合评估》《如何做老年综合评估（实际操作培训）》的学术讲座。



不久前，国医大师韦贵康教授在河南省洛阳正骨医院喜收新徒，郭珈宜、郭马琬、宋永伟、陈利国、滕军燕、李峰、李道通、康杰等成为“韦门”新弟子。

韦贵康现为广西中医药大学教授，1964年毕业于河南平乐正骨学院本科班，得到高云峰先生亲传。2017年4月，韦贵康被人力资源和社会保障部、国家卫生计生委和国家中医药管理局评选为“国医大师”。图为平乐郭氏正骨第八代传人、高云峰的曾孙女郭珈宜向韦贵康教授行拜师礼。

张随山/摄

中国糖尿病筛防工程颁奖

河科大一附院获评『优秀筛防中心』

本报讯 为了顺利推进中国糖尿病筛防工程在更大范围开展，提升糖尿病（其全称为糖尿病性视网膜改变）的管理效率和品质，日前，在中国微循环学会糖尿病与微循环专业委员会年会上，中国微循环学会和全国防盲技术指导组对优秀单位进行了表彰和颁奖，河南科技大学第一附属医院被评为“优秀筛防中心”。该院内分泌科专家付留俊因在中国糖尿病筛防工程中表现优异，被评为“先进个人”。同时，该院眼科专家魏菁当选为中国微循环学会糖尿病与微循环专业委员会糖尿病眼病学组委员。

据了解，糖尿病是糖尿病常见的慢性并发症之一，是目前成人致盲的首要原因。糖尿病患者失明的危险性比正常人高25倍。虽然糖尿病致盲是不可逆的，但是早筛查和早处理完全可以避免失明的后果。2016年6月，由中国微循环学会与全国防盲技术指导组主办、旨在“提高糖尿病筛查率，避免糖尿病人失明”的中国糖尿病筛防工程在北京举行了媒体发布会。中国糖尿病筛防工程项目组在全国已开展糖尿病规范化诊疗与管理工作中有较好基础的医疗机构中遴选出100家医院，建立我国首批“中国糖尿病筛防中心”，河南科技大学第一附属医院成为首批合作单位。

（刘群 梁靛）

一名“90后”护士的笑容和泪水

本报记者 刘永胜 通讯员 小 卫

“在这儿工作，我很自豪！”这是我们在洛阳市精神卫生中心见到刘榕榕时，这名“90后”护士所说的第一句话。

刘榕榕说，因为这里不仅是全国群众满意的卫生计生机构、河南省文明单位，还是河南省十佳专科医院、河南省精神卫生示范专科院区。对于自己在该中心精神七科3年的护理生涯和夺得河南省技能竞赛一等奖、洛阳市技能竞赛一等奖，荣膺2017年洛阳市老年护理竞赛优秀奖的事儿，她却很少提及。

笑容给患者 泪往肚里咽

洛阳市精神卫生中心精神七科主要收治老年人器质性精神障碍、焦虑症、抑郁症等精神疾病患

者。该病区共有住院患者60多人，其中有不少是需要特别关照的“老小孩”：常因生活琐事与病友拌嘴，或因子女不来探视拒绝治疗，或因行动不便而需要帮助。

3年前，刘榕榕还是一名护理“新兵”。尽管每天从早到晚忙得不可开交，但她深知责任重大：认真细致进行病房巡视、一丝不苟书写护理记录；体贴入微照顾重点患者、慢语轻声与新入院患者交流……为了让患者尽快康复、回归社会，刘榕榕经常以超负荷的工作状态加班加点，为住院患者提供最佳医疗服务。

去年春季，刘榕榕所在的精

神七科，入住了一位来自偃师市的82岁患者石某。他刚入院时情绪暴躁，见谁骂谁，且晚上自言自语不睡觉。石某入院当天，刘榕榕就多次尝试着和他交流，均被骂了回来。第二天，刘榕榕拿着从家里带来的香蕉去探视石某，石某拿起香蕉就往刘榕榕的脸上砸。刘榕榕拾起掉在地上的香蕉，放在石某病房的床头柜上，继续微笑着和他交谈。

这一幕，正好被前来探视石某的侄子、侄媳看到，他俩赶到病床前要对患者发脾气，刘榕榕赶紧制止道：“老人现在是发病期，应该耐心和他交谈。”几天后，经过刘榕榕的细心呵护和心理疏导，石某的情绪稳定下来了，对刘榕榕也越来越亲切，并且十分配合治疗。

技压群芳源于平时的努力

今年7月下旬，身体不适仍坚持上班的刘榕榕，接到医院老年护理技能竞赛的通知。

“要想赛出好成绩，必须注重操作的每一个细节。”刘榕榕暗下决心。她利用休息时间，仔细研读比赛规程、查阅资料、请教同事、观看教学视频，反复练习、琢磨技巧，掌握了如何协助老人翻身、怎样为老人进行口腔护理、单人徒手心肺复苏等操作要点……赛场上，面对来自全市的众多强手，刘榕榕沉着冷静，从容应对，干净利落地完成了一系列操作，最终技压群芳，捧得优秀奖。

“3年来，1000多个日日夜夜，时间都去哪儿了？交班、接

班、打针、发药，青春的身影融入静谧的病房，年轻的岁月写在悠长的走廊……”获奖后的刘榕榕在日志中写到，“我们医院春花烂漫夏树成荫，秋果飘香冬景旖旎。但如何更好地实现环境吸引患者、陶冶患者，让患者把这里当作康复之家，我们还有许多细致的工作要做。譬如，如何引导患者去学会发现、欣赏身边的美，如何让患者始终保持一种新鲜感，这都需要潜心研究、悉心实践。”

此时，我们看到，刘榕榕俊俏的脸上洋溢着青春的光彩，澄澈的眸子里透着坚定。我们衷心地祝愿刘榕榕——这位投身精神专科护理事业、默默奉献的“90后”护士，永远走在人间四月天。

栾川县人民医院 应急管理实现常态化

本报讯 如今，在栾川县人民医院，应急管理作为医院管理的重要内容，已纳入医院的重要管理日程。该院通过健全完善应急体系，全面加强应急保障能力建设，努力提高应急处置能力等，推进应急工作的制度化、规范化、常态化。

该院的应急管理措施主要是：一、建立应急组织体系，统一领导、分类管理、分级负责、加强协作，形成一级抓一级，层层抓落实的工作机制。二、加强风险评估，完善应急预案，提高快速反应能力。各科室、各岗位按照工作性质制定应急预案、演练脚本，按计划进行应急演练，持续改进完

善。三、预防为主，防患于未然。加强自查、自纠、预警、分析，早发现、早报告、早控制、早处置，重点环节、重点科室和重点岗位建立健全督查台账，定期督查，落实责任，及时整改。四、强化培训，重视督导，落实岗位责任，院应急办做好全院排序“前十”应急预案的培训，督导各相关职能科室进行预案的制定及培训演练。各科室制定出自己的专科预案，按计划组织培训演练。对于院级“前十”的预案，院应急办不定期对员工知晓情况进行抽查，确保知晓率达标，使大家真正做到应知应会。

（刘云飞 石秀娟）

母乳喂养对婴儿生长发育的重要性

□周世娟

母乳是婴儿出生后添加辅食前最好的天然食物，母乳喂养是目前全球范围内提倡的婴儿健康饮食的重要方式之一。

作为一名医务工作者，在实际工作中，我们仍有必要加大对家长的健康教育力度，使其明白母乳喂养在婴儿生长发育期起着不可替代的作用。同时，我们要努力提高自身的业务水平和沟通能力，有足够的耐心和用通俗的语言同患者交流，为提高群众健康水平贡献自己的一份力量，从而达到提高人口健康水平、实现优生优育、构建和谐社会的目的。

母乳喂养 对婴儿生长发育的影响

我们知道，虽然母乳含87%的水分，但13%的营养物质对婴儿的生长发育起着无可替代的作用。一个健康的母亲可为足

月儿提供长达4到6个月生长所需的营养素、能量和液体量。

具体来说，母乳的成分主要包括：

一、母乳蛋白质生物学效价高，必需氨基酸比例适宜，蛋白质以乳清蛋白为主，易被婴儿吸收利用，牛磺酸能够促进婴儿神经系统和视网膜的发育。

二、母乳中90%的碳水化合物为乙型乳糖，有利于大脑发育和肠道蠕动；特有的低聚糖与肠黏膜上皮细胞的细胞黏附抗体结构相似，可阻止细菌黏附于肠黏膜，促进乳酸杆菌生长。

三、母乳喂养中消耗的能量50%由脂肪提供，这将有利于母亲产后恢复。母乳中除含有亚油酸、亚麻酸外，还含有微量的花生四烯酸和DHA（二十二碳六烯酸的英文缩写，俗称脑黄金）等不饱和脂肪酸及丰富的胆固

醇，这些物质能够促进婴儿神经系统的发育。

四、矿物质。母乳中的电解质浓度低，能够促进婴儿不成熟的肾脏发育和吸收；虽然钙含量低于牛乳，但适宜的钙磷比使其吸收率高于牛乳，铁含量虽与牛乳相似但吸收率也较高。

五、维生素。除维生素K和维生素D外，若乳母营养状况良好则可满足婴儿所需的各种维生素。因为母乳中维生素K在婴儿出生时储存量较小，肠道上建立正常菌群不能合成维生素K，所以新生儿出生时应均一次性肌肉注射0.5-1毫克维生素K（早产儿连用3天），从而达到预防维生素K缺乏所导致的缺血性疾病。此外，由于母乳中维生素D含量较低，应鼓励家长尽早让婴儿户外活动。

六、免疫物质。母乳，尤其是初乳中含有大量的免疫物质，丰富的免疫球蛋白A具有抗感

染和抗过敏作用，大量的巨噬细胞等免疫活性细胞释放的多种细胞因子可发挥相应的免疫调节作用，较多的乳铁蛋白可夺走大肠埃希菌和多数需氧菌赖以生长的铁，从而抑制细菌生长；其中的催乳素可促进新生儿免疫功能的成熟。

七、生长调节因子。生长调节因子是母乳中一组对细胞增殖、发育有重要作用的因子。牛磺酸对视网膜、肝，特别是脑和视网膜的发育具有重要作用；上皮因子能够促进未成熟的胃肠上皮细胞和肝上皮细胞分化；神经生长因子可以促进神经元的生长和分化。

八、母乳中适合婴儿消化且比例适宜的营养素和多种免疫物质可增强婴儿的抗病能力，在经济方便、温度及泌乳速度适宜的同时可保证新鲜无污染。连续6个月以上的母乳喂养可使乳母孕期贮备的脂肪消耗，充分

促进子宫复原、体形恢复至孕前状态，降低再受孕率。母乳喂养还可密切母子感情，促进婴儿心理发育和健康成长。同时，尽早开奶，按需哺乳，可通过吸吮对乳头的刺激反射性地促进泌乳，有利于减轻婴儿生理性黄疸。

影响母乳喂养的因素和对策

影响母乳喂养的因素很多，包括社会因素、环境因素、产妇个人因素等。

从社会因素来看，经济的发展、社会的进步以及社会环境的影响使得人口流动性增加，妇女不再仅仅局限于家中；而基础设施的不健全、不完善和没有特定的场合为孩子哺乳以及人们对公共场所母乳喂养的看法和态度，也极大地影响着母乳喂养的顺利推进。因而，有必要

探索在公共场所设立相应的喂养室等基础设施，提高母乳喂养率。

从产妇的个人因素来看，由于经济水平的提高和部分女性担心哺乳后体形难以恢复或忙于工作等原因，使得其拒绝或没有时间进行母乳喂养。对于这些人群，应对其进行思想教育，并与其进行沟通交流，使其明白母乳中的免疫物质可增强婴儿的抗病能力，并且可以密切母子感情，有利于婴儿心理及身体健康。除此之外，也要使其明白，产后恢复不仅仅有拒绝哺乳这一条路，也可以通过做产后恢复操、产后瑜伽等实现。个人因为母婴分离或暂时使用禁忌母乳喂养的药物，或由于自身健康问题不能进行母乳喂养，可以根据自身经济实力选择相应的代乳品，但要明白孩子处于不同的发展阶段应给予相应的营养支持，

这样才能保证婴儿的能量和营养需要。

医院在母乳喂养方面所持的观点和态度至关重要。近年来，随着医学科学的发展，医院已在母乳喂养方面做出了不懈努力，绝大部分医院能够遵循相关规定，不让代乳品厂家在医院大肆宣传，从而使人们避免在广告的影响下摒弃母乳喂养转向代乳品。

身为医务人员，有责任也有义务对母乳喂养的普及和推广，要满足母乳喂养条件的婴儿家属进行相关的健康教育，使其明白，母乳喂养在婴儿生长发育期起着不可替代的作用，我们要提高人口健康水平、实现优生优育、构建和谐社会而努力；此外，还可举行相关的培训和讲座，使妇女养成科学的喂养方式。

（作者系河南科技大学第一附属医院实习护士）