

# 金牌健康讲师是这样练成的

## ——记洛阳市第三人民医院体检中心主任高莹

本报记者 刘永胜 通讯员 段言文 王小燕

她叫高莹，是洛阳市第三人民医院体检中心主任，同时还是国家一级健康管理师、二级心理咨询师，洛阳市首届科普能力大赛一等奖获得者，“盛世健康杯”河南省第三届金牌讲师大赛冠军。

一位体检中心主任是如何成为金牌讲师的？近日，我们对此进行了采访。

### 从体检中心走出的金牌讲师

2013年，已是主管药师的高莹从医院药房调到体检中心工作，从此与健康体检、健康咨询、健康科普宣教等一系列工作结下了不解之缘。

“医院体检中心最具健教优

势！”高莹说。在这里，他们能够根据患者在体检中发现的健康隐患及亚健康状态，有针对性地进行健康行为、健康饮食、健康运动的健康科普知识讲座，把体检中心变成医学科普知识教育的重要场所。

在这样的思想指导下，他们制定了有针对性的健康教育宣传计划。该中心对工作人员定期培训，定期进行考核，形成了“人人有宣传能力，时刻进行健康科普宣传”的良好局面。

同时，根据大众的需求，该中心增加了急救知识操作培训课程。工作人员携带模型人到讲课现场进行徒手心肺复苏操

作演练；从社区、学校、企业、机关单位，到铁路沿线站点，进行了近百场讲座及实操培训，备受社会各界人士好评。

2017年，高莹所在的体检中心被洛阳市总工会授予“工人先锋号”，她本人也在2018年被评为“洛阳市三八红旗手”。2018年10月，她代表洛阳市参加河南省健康科普能力大赛，获得优秀奖。

**他们的健康讲座为什么受欢迎**

“作为一名医务工作者，传播健康理念，宣传科普健康知识，是我们义不容辞的责任。但

是，如何让科普知识简单易懂又具有较强的实用性呢？这里边

大有学问！”高莹说。

据高莹介绍，他们在讲座中会特别留意听众究竟需要什么样的知识，对哪方面的内容感兴趣；观察讲座中哪些地方互动良好、大家注意力集中，哪些地方会出现窃窃私语的现象；讲座语言尽量通俗化、口语化，内容做到浅显易懂、图文并茂、利于记忆……随着经验的积累，讲座的效果越来越好，大家的互动性也越来越强，提的问题也越来越多，这说明大家听进去了，而且进行思考了。

2014年夏季的一天，高莹到洛阳市某单位做健康讲座。当她了解到该单位有职工在工作

时中暑倒下、周围的人除了等待120到来外全部束手无策时，就有针对性地普及了中暑的预防知识和急救方法，又进行了几场模拟演练，很受大家欢迎。后来，他们又把徒手心肺复苏术和常见的急救知识作为每次讲座的必备内容，并携带模型人到讲座现场进行实操演练。每次，这个环节都是听众现场互动最热烈的。

高莹说，他们所做的一切，就是希望通过自己的努力，让更多的人拥有健康的生活方式，掌握简单的急救常识，拥有平安幸福的生活。这，就是他们最大的收获。

本报讯（记者刘永胜 通讯员路书斋 吴成平）日前，洛阳市中心医院顺利通过供精人工授精国家级技术评审，为患者带来了福音。

据了解，供精人工授精技术主要针对男方各种原因导致的无精子症，或者有不宜生育后代的严重遗传病。该技术牵涉许多伦理问题，需要更加严格的管理，需要国家技术准入。

洛阳市中心医院生殖医学科自2002年成立以来，开展体外授精-胚胎移植和卵胞浆内单精子显微注射（第一代、第二代试管婴儿技术）及供精人工授精技术。

该院此次通过评审，拓展了其辅助生殖技术的业务范围，可为相关患者提供更好的技术支持，一定会让更多的家庭早日拥有自己的健康宝宝。

## 技术国家级评审通过供精人工授精

洛阳市中心医院

# 雪中步行5小时来为患者做治疗

本报记者 刘永胜 通讯员 姚伟旗

2月10日7时许，在洛阳市老城区五股路公交站，孟津县人民医院康复科医生张令准备乘车去上班。

当天是农历正月初六。前天夜里，洛阳地区普降中雪，张令等到10时许，都没有等到公交车。这时，科室同事打来电话，说有几个腰腿疼痛的患者在科室等着看病。张令想，肯定是下雪路滑，公交车不发了。但是，患者正在遭受疼痛折磨，作为一名医生，应该早点儿到患者身边，帮助患者尽快减轻痛苦。

从洛阳市区到孟津县城超过20公里。张令试图乘出租车到医院，但是半个小时过去了，也没有看到出租车；再试试网约车，但过年期间，网约车也没有。最后，他决定步行到医院，并向患者打电话说明了情况，表达了歉意，获得了患者的谅解。

10时30分左右，张令开始步行出发。雪还在下，室外温度在零摄氏度以下。他边走边回头看有没有公交车或者出租车，一直走到朝阳镇，始终没有遇到公交车或者出租车。在朝阳镇吃过午饭后，他继续赶路，想争取在下午上班时间到科室。

下午3时许，张令终于赶到了医院。他顾不得疲惫，急忙换上工作服为患者做治疗。截至当天下班，他先后为2位腰椎病患者做了治疗，为1位腱鞘炎患者进行了复查，收治了3位住院患者。

## 正月初一喜迎宝宝来

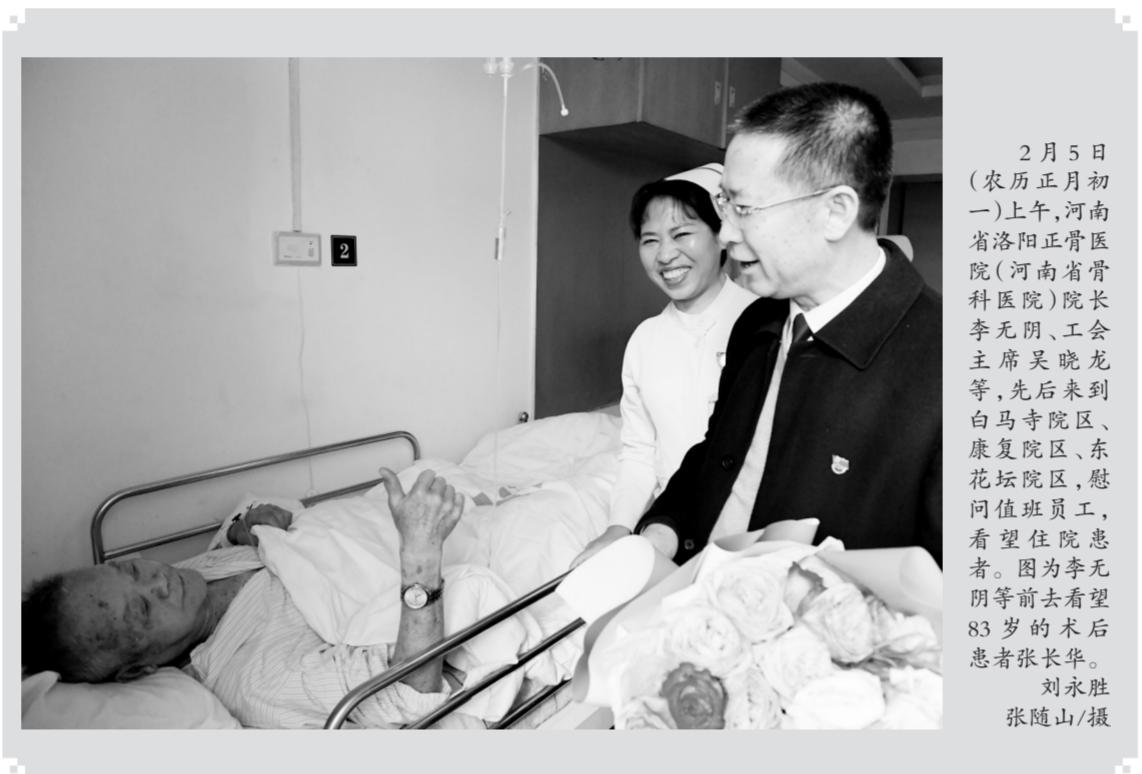
本报讯（记者刘永胜 通讯员李素娟 梁景化）2月5日是农历正月初一。当天凌晨4时29分，随着一声清脆响亮的啼哭声，孟津县妇幼保健院的手术室里迎来了一个体重3600克、身长50厘米的“小公主”。宝宝健康，母女平安。

手术后，还处于紧张焦虑情绪中的产妇家属紧紧握住该院妇产科主任徐现利的手说：“谢谢，太感谢了！”“不用谢，这是我应该做的事。看到健康可爱的宝宝出生，看到痛苦的妈妈露出笑脸，我打心眼里高兴！请照顾好大人和孩子，新年快乐啊！”

在这里，妇产科经验丰富的专业团队耐心守护着产妇，严密观察，贴心关怀，面对面进行各种指导，增加产妇顺利分娩的信心和动力。

据了解，从当天9时46分到10时51分，经过井然有序的准备、安全高效的安排，运用导乐分娩和无痛分娩等技术，先后有3位产妇顺利自然分娩。短短1小时，就有3个健康的宝宝平安出生。

据了解，当天，该院入住产妇6人，上午有4位产妇分娩，其中3位是顺产。



2月5日（农历正月初一）上午，河南省洛阳正骨医院（河南省骨科医院）院长李无阴、工会主席吴晓龙等，先后来到白马寺院区、康复院区、东花坛院区，慰问值班员工，看望住院患者。图为李无阴等前去看望83岁的术后患者张长华。  
刘永胜  
张随山/摄

救死扶伤回春妙手创奇迹 驱邪保健济世丹心献至诚

## “洛阳正骨”12位中心主任的元宵节祝词

橘井泉香，杏林春暖。在健康中国建设的新时代，千百名“洛阳正骨”人与您一道，又迎来了一个新的春天。

作为一家集医疗、教学、科研、产业、文化于一体的公立三级甲等中医骨伤专科医院，在刚刚过去的2018年，河南省洛阳正骨医院（河南省骨科医院）以只争朝夕的劲头、坚强的毅力，以提升骨伤科专业医疗服务能力为核心，立足新时代，展现新作为，在党的建设、学科提升、中医骨伤科国家区域医疗中心建设、医院文化、医疗惠民、健康扶贫等领域，一步一个脚印地将“洛阳正骨故事”续写得更加精彩。

盏盏花灯迎春到，曲曲笙歌兆丰年。值此元宵佳节即将来临之际，河南省洛阳正骨医院的12位中心主任代表新时期的“洛阳正骨”人，提前祝您节日快乐！平安幸福！

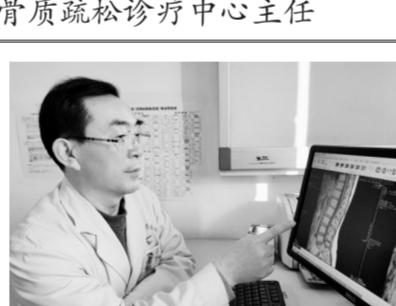
邓江海/文 张随山/图

### 万富安 小儿骨伤诊疗中心主任



愿我的祝福像高高低低的风铃，给您带去叮叮当当的快乐！

### 孔西建 骨质疏松诊疗中心主任



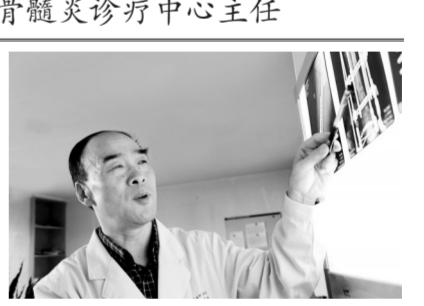
随波放下一盏许愿灯，愿您健康平安交好运，快乐幸福乐无穷！

### 王武超 骨盆髋臼损伤诊疗中心副主任



晴天、雨天、阴天，愿您快乐每一天；爱心、真心、关心，愿您天天开心；天意、情意、心意，愿您事事如意！祝您元宵节快乐！

### 王新卫 骨髓炎诊疗中心主任



送您一碗汤圆，愿您爱情甜蜜蜜；送您一盏彩灯，盼您事业顺顺利；送您一颗真心，祝您节日快乐！

### 冯峰 骨病研究治疗中心主任



寒冷冬季渐远，灿烂春日到来；四季五彩变换，不变的是“洛阳正骨”人的情怀。佳节来临，祝您生活如百花灿烂！

### 李少侠 医学检验中心副主任



被惦记是温暖的，被祝福是快乐的，被护佑是安全的，您是被我惦记着、祝福着、护佑着的朋友，预祝元宵节快乐！

### 沈素红 功能检查中心主任



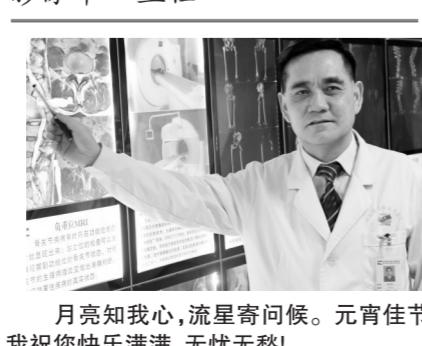
再多的话语，也道不出我对您平安健康的问候；再圆的月亮，也代表不了我对您幸福美满的祝愿……祝您元宵节快乐！

### 闻亚非 创伤急救中心主任



元宵节将至，送您鲜花一束；有玉兰，万事不难；有茉莉，事事如意；有秋菊，年年有余；有火鹤，红红火火；有牡丹，一生平安！

### 郭会利 影像中心主任



月亮知我心，流星寄问候。元宵佳节，我祝您快乐满满、无忧无愁！

### 高泉阳 手法正骨诊疗中心主任



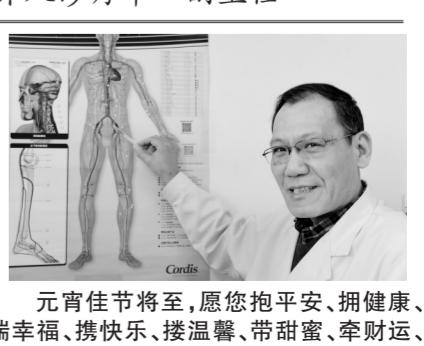
橘井泉香，杏林春暖。祝您家庭幸福绵绵，身体健康常伴，万事皆圆！

### 康定坤 麻醉中心副主任



朋友，不管工作有多么繁忙，我时刻都在关心着您、祝福着您，希望您每天都能拥有阳光般的心情！

### 韩松辉 介入诊疗中心副主任



元宵佳节将至，愿您抱平安、拥健康、瑞幸福、携快乐、搂温馨、带甜蜜、牵财运、拽吉祥！

