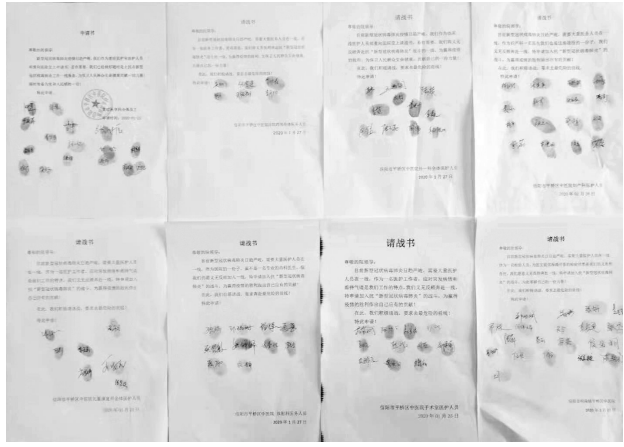


把中医这面旗帜在抗击疫情中举得更高

——来自信阳市平桥区中医院的报道

本报记者 王明杰 通讯员 熊立军 文/图



请战书



检查



为来院就诊患者戴口罩

与生命赛跑,保护人民安全,筑防控长城。

连日来,信阳市平桥区中医院(以下简称平桥区中医院)面对突如其来的新冠肺炎疫情,不惧困难,不等不靠,主动作为,立即启动突发公共卫生事件一级应急预案,周密部署各项疫情防控工作,全力打赢疫情防控攻坚战!

“防控新冠肺炎疫情是当前头等大事,事关人民群众生命安全和身体健康,在这场没有硝烟的战争中,我们要践行初心使命,体现责任担当,接受组织考验,要把中医这面旗帜在抗击疫情中举得更高!”面对当前疫情,平桥区中医院院长李鸿刚坚定地说。

成立机构 周密部署

疫情就是命令,防控就是责任。按照疫情防控工作需要和上级有关指示精神,1月22日,平桥区中医院紧急召开院长办公会,迅速成立了以院长任组长、班子成员参加的平桥区中医院新冠肺炎疫情疫情防控工作领导小组,下设疫情防控办公室。平桥区中医院根据疫情防控工作需要,设置了救治专家组、疫情防控组、后勤供应保障组、防控信息宣传组,研讨制订了新冠肺炎疫情防控应急预案和各小组职责。同时,为了抓好防控应急预案的落实,夯实主体责任,平桥区中医院成立了疫情防控工作纪律督查组,督导全院的防控工作。

筹措物资 全员响应

1月23日,平桥区中医院多渠道筹措资金,指定一名班子成员具体负责,其他班子成员紧密协助,昼夜不停,对发热门诊、隔离留观病房进行改造,工程力度,于1月25日上午8时投入使用,工程改造仅用了32个小时。平桥区中医院快速落实各项应急预案,由院感科、医政科、护理部等组织学习培训,要求全院医务人员熟练掌握新冠肺炎防控知识;紧急抽调64名医务人员投入发热门诊、发热门诊、隔离留观病房、急诊科、重症科等疫情防控工作,加强对放射科、检验科的组织管理,建立健全了疫情防控机制;配备必备

的检查检验医疗设备,多渠道、多方式采购疫情防控必备的N95口罩、防护服、护目镜、红外线测温仪、酒精、各种消毒液等防控物资。

由于明港镇情况复杂,辖区内有机场、高铁站、高速路口,国道、省道贯穿其中。为了落实好区委、区政府下达的疫情防控工作,平桥区中医院抽调了23名医务人员,积极参与明港机场、高铁站、高速路口、107国道和省道等卡点的防控工作。

为了人民 忘我工作

防控就是责任,生命重于泰山。1月24日(除夕),李鸿刚依然在疫情防控一线指挥工作。为了确保各项防控工作落实到位,他带领班子成员深入发热门诊、发热门诊、隔离留观病房、急诊科、重症科、放射科、检验科等重点科室和各个卡点、村卫生室进行督导检查,及时掌握各个重点科室的人员配备、防控物资、药品等基本情况,根据疫情变化不断调整防控部署,到现在也没有回过一次家。他用实际行动践行了他和全院医务人员并肩战斗的承诺,用实际行动践行一名共产党员的初心使命。

主动请战 逆向而行

1月25日(大年初一),平桥区中医院组织召开科主任会议,要求全院医务人员无条件服从新冠肺炎疫情防控工作大局,取消休假,迅速集结,逆向而行,抗击疫情。

自新冠肺炎疫情发生以来,平桥区中医院不但承担起信阳市北区域发热门诊的筛查、隔离留观患者的救治和信阳市北区域各乡镇的转诊工作,更是肩负起全区中医指导救治的任务。全体医务人员以高度的责任感和使命感,积极请战,全力抗击疫情。

“哪里需要就往哪里去,用责任和担当践行从医初心和光荣使命,义无反顾地冲在疫情防控的最前沿,成为新冠肺炎疫情防控中的坚强力量。”他们纷纷表示。

在疫情防控工作,平桥区中医院涌现出了一个感人至深的暖心故事!

平桥区中医院重症医学科主任张振说:

“我们是一个年轻充满朝气又有干劲的团队,在这个非常时期,我们全员都扑在了一线工作上,不分昼夜,不论班次,为了人民的健康,再苦再累我们也毫无怨言,敢于担当!”

“到人民最需要的地方去,到疫情防控的最前沿去”。平桥区中医院医务人员以大无畏的精神,纷纷递交请战书,要求到疫情防控第一线去。

重症医学科的主治医师汤玲,在疫情开始时,就勇敢地冲在第一线。根据疫情防控工作需要,汤玲被信阳市卫生健康委员会抽调支援信阳市第五人民医院。面对家人的担心,汤玲说:“我虽然不是战士,但我是一名医生,选择了这个职业,就要承担起这个职业的使命和责任。在危急关头,哪里需要我,我就到哪里去!”她做通家人的工作后,毅然投入抗击新冠肺炎的战斗中。

妇产科护士长张玉是两个孩子的母亲,作为一名技术娴熟的护士,她主动请缨,勇挑重担,和汤玲共赴信阳市第五人民医院参加疫情防控工作。截至目前,平桥区中医院在本院医务人员人手紧张的情况下,克服困难,陆续派出5批8名中级职称医务人员支援信阳市第五人民医院。

“我服从,我响应,只要需要,请组织随时安排我!”朴实的话语,彰显的是发自内心的崇高品格和白衣天使的风范。

发热门诊主治医师谢强和呼吸内科主治医师薛彦秀是一对夫妻,今年34岁的谢强于2019年12月前往郑州大学第一附属医院郑东院区心内科进修,儿子7岁,女儿2岁半。1月23日,两人携子女前往薛彦秀的老家山东临沂探亲;1月25日下午,他们接医院通知,暂停探亲及探亲,必须在1月26日8时到医院报到待命。谢强、薛彦秀于当日夜间驾车从700余公里外的山东返回明港,并联系自己的母亲于当天晚上从郑州赶回明港帮忙照顾孩子。为了抗击新冠肺炎疫情,谢强、薛彦秀夫妇积极请战,要求到院发热门诊防控的最前沿,虽在一个单位上班,时至今日,夫妻二人却未碰面。

据李鸿刚介绍,截至2月12日,平桥区中医院累计投入疫情防控一线工作的医务人员达153名,已达医院总人数的70%。

强化管理 严防院感

“展时代担当,守土人人有责。”平桥区中医院为了保障患者和医务人员的安全,在加强新冠肺炎疫情诊疗方案培训的同时,高度重视医务人员和患者的个人防护工作。为防止医院感染事件发生,平桥区中医院建立健全了各项管理制度,严格要求医务人员、住院患者及陪护人员戴口罩、勤洗手,拆除了容易发生交叉感染的门帘等设施,每天对疫情防控一线科室等进行消毒。在上下班和出院时测量体温,各病区科室为陪护人员发放陪护证,患者及陪护人员入院前要及时甄别是否武汉返乡人员、有无疫区接触史,是否为确诊患者的密切接触者,并做好记录和备案工作。

在疫情防控中,平桥区中医院强化对预检分诊、发热门诊、隔离留观病房等疫情防控一线医务人员的留观住宿管理,每天4次测体温,统一发放预防中药方剂,采取了多种方式和措施,保障医务人员、住院患者和陪护人员的健康安全。

为了确保各项管理制度的落实,平桥区中医院组织医政科、院感科、护理部,实施了疫情防控一线重点科室的日巡察制度,力争把医院感染风险降到最低。

新冠无情 白衣有爱

“全心全意地投入疫情防控,兢兢业业为人民服务,一心一意为人民着想,在疫情防控中凸显白衣天使的大爱!”平桥区中医院医务人员用实际行动诠释着自己的诺言。

为了保障一线的医务人员和患者的生活,平桥区中医院的行政管理后勤人员自发组织了志愿者服务队,开办“爱心小厨房”,购买食材,清洗、炒、炖,方便大家就餐。医院广大干部职工捐款捐物,一盒盒的饭菜免费送到患者的手中,患者流下了感动的泪水。医务人员的爱心动,受到了广大群众的赞赏。

“没有一个冬天不可逾越,没有一个春天不会来临。”在疫情防控面前,平桥区中医院医务人员坚定必胜的信心。他们坚信,在党和政府的坚强领导下,一定能打赢这场疫情防控攻坚战!

疫情防控制期间

慢性病患者要牢记六条措施

□ 祁 辉 王 萌

新冠肺炎疫情防控时期,与普通人群相比,慢性病患者或多或少都有一些呼吸循环系统疾病,自身免疫力相对较弱,一旦感染,病情进展相对更快,严重程度更高。如果您是心脑血管疾病、慢性呼吸系统疾病、肿瘤、糖尿病等代谢疾病以及其他慢性病患者,或者家人、朋友患有以上慢性病,更应重视健康管理。慢性病患者如何预防新冠肺炎,郑州市疾病预防控制中心专家提醒:自我管理不可少,6条措施要牢记。

- 一、按医生要求治疗和管理已有的慢性病。备齐药物,按时服药,密切观察所患慢性病的症状变化和病情进展,加强与医生的联系。
- 二、高血压病患者:每天测量血压。若出现收缩压 ≥ 180 毫米汞柱(1毫米汞柱=133.322帕)和(或)舒张压 ≥ 110 毫米汞柱,意识改变、剧烈头痛、头晕、恶心呕吐、视物模糊、眼痛、心悸、胸闷等危急情况之一时,请及时联系医生或到医院就诊。
- 三、糖尿病患者:自我监测血糖、血压。若出现血糖 ≥ 16.7 毫摩尔/升或血糖 ≤ 3.9 毫摩尔/升;收缩压 ≥ 180 毫米汞柱和(或)舒张压 ≥ 110 毫米汞柱;意识或行为改变或有其他的突发异常情况,如视力骤降等状况,请及时联系医生或到医院就诊。
- 四、合理营养。尽量做到食物多样,以谷类为主,粗细搭配,多食蔬菜水果,搭配禽鱼蛋、奶类、大豆、坚果等。进食有规律,七八分饱;少吃油腻、高盐、烟熏和腌制肉制品。
- 五、遵医嘱适量运动。一般建议每周运动5天~7天,每次30分钟以上的中强度运动。运动应循序渐进,当前应尽量居家锻炼。条件允许的可以适当户外运动,选择在开阔通风的环境进行,尽量不参加集体项目,注意晒太阳。
- 六、保持乐观积极心态。对待新冠肺炎感染不要恐惧,做好必要的防护。可以选择听音乐、唱歌、跳舞、微信联络亲友等方式放松心情。

(作者供职于郑州市疾病预防控制中心)



春季护肝正当时 四款小菜开胃又养生

本报记者 朱晓娟

中医养生学认为,五脏与四季关系密切,春与肝相应,春季的气候特点与人的肝脏功能有密切关系。春季养肝应顺应时节,养肝护肝要从饮食、起居、锻炼和情志入手。

河南省中医院治未病科主治医师边红恩认为,春季饮食养生要根据个人体质进行,对于一般人群而言,春季进食要注意清淡,顺应春季阳气自然升发之性,以养肝为重点,不宜过食辛辣、油腻的食物,不主张大量进补。此时阳气上升容易伤阴,因此要兼顾养阴,可食用百合、山药、莲子、枸杞等。适合春季吃的食物有荠菜、春笋、豆芽、蕻菜、山药、菠菜、莴笋、芹菜、香椿芽、胡萝卜、荸荠等。下面为大家推荐四款春季养生爽口小菜:

香椿芽拌黄豆

配料:香椿芽一小把,黄豆100克,盐、香油、醋适量。

方法:1.香椿芽除去杂质,清洗干净,黄豆提前用温水泡好。2.锅中放水,水烧开后放入泡好的黄豆,大约10分钟即可。3.锅中放水,水烧开后放入香椿芽焯水,香椿芽变色后捞出过凉水,控干水分。4.把香椿芽切碎。5.把切碎的香椿芽放入黄豆中,加盐、醋、香油,搅拌均匀即可。

芹菜胡萝卜拌花生米

配料:花生米200克,芹菜2根,胡萝卜1根,高良姜适量,八角2个,盐适量,香油少许,白芝麻适量,果蔬粉适量。

方法:1.花生米放入温水中浸泡一两个小时,让花生米充分泡开。2.砂锅中加入适量水,放入花生米、高良姜、八角等。3.加入适量食盐煮10分钟,然后盖上盖子,焖至水凉入味即可。4.芹菜去叶,清洗干净切成小块;胡萝卜去皮,清洗干净切成小块。5.芹菜与胡萝卜分别焯水,然后过凉水,沥干水分备用。6.将煮好的花生米,焯好的芹菜、胡萝卜放在一起,加盐、果蔬粉、香油、白芝麻,搅拌均匀即可。

香椿芽拌豆腐渣

配料:香椿芽100克,豆腐渣200克,盐、酒等调味品适量。

方法:香椿芽洗净切碎待用,起锅下油,把豆腐渣炒透调好味,再加入切好的香椿芽,炒熟即可。

金针菇拌黑豆芽

配料:金针菇1把,黑豆芽1小盘,红辣椒半个,油、盐适量。

方法:1.准备好原材料。2.热锅凉油,放入金针菇翻炒。3.金

针菇炒至微微发软后,加入黑豆芽翻炒。4.翻炒几下后,加入适量的盐调味。5.出锅前加入红椒丝翻炒变色。6.出锅装盘。

边红恩说,上面四款小菜中,香椿芽是春季时令名品,含挥发性芳香族有机物,健脾开胃,增加食欲。凉拌香椿芽吃进嘴里,慢慢嚼细,清香爽口,回味无穷,一盘凉拌香椿芽可让人胃口大开。

黑豆芽是由黑豆发芽而成,春季种子萌芽蕴含升发之性,凉拌味道清香脆嫩,口感极佳。芹菜入肝经,平肝降血压,口感脆爽。医院广大干部职工捐款捐物,一盒盒的饭菜免费送到患者的手中,患者流下了感动的泪水。医务人员的爱心动,受到了广大群众的赞赏。

“没有一个冬天不可逾越,没有一个春天不会来临。”在疫情防控面前,平桥区中医院医务人员坚定必胜的信心。他们坚信,在党和政府的坚强领导下,一定能打赢这场疫情防控攻坚战!

厨房中药奇芝堂

奇芝堂 健康调养每一餐

联系电话: 0371-58615152

承建医用洁净工程:手术室、产房、ICU(重症监护室)、NICU(新生儿重症监护室)、供应室空气净化工程。

承建医用防辐射、介入手术室与医用气体(氧气、负压)工程。

资质:装饰一级,机电二级,电子智能化二级,二类医疗器械生产许可证,二类经营备案。

河南中博医用设备有限公司

联系人:寇经理 13283848688

地址:郑州市高新技术开发区西三环289号

肛肠全程无痛技术培训

常年招生

学痔疮技术送鼻炎技术

联系人:田长修 电话:13653737333

地址:卫辉市人民路中段田氏痔瘡专科医院

药斗® 医用柜

张家3代传艺 87年传承 300多家三甲医院在使用 400-788-0059

主 中药柜、治疗柜、处置柜、配餐柜、储物柜

营 导诊台、护士台、操作台、实验台、诊断桌

多功能红外线灸疗床

Multi-functional infrared moxibustion bed

国家专利, 艾灸专业设备

专利号: ZL 2016 2 1384826.3

督灸 火龙灸 周末大艾灸

现代科技与传统中医完美结合

大艾健康 生生不息

河南龙菲医疗器械有限公司 电话: 13298305907 邮箱: 1119564171@qq.com

“防艾知识进万家” 答题抢号活动开始啦!

答题抢号

免费专家号 奇芝堂健康礼品 中医骨病检测项目

主办: 河南省卫生健康委员会