

扶贫手记



# 那抹石榴红

秋天的傍晚,天空湛蓝,橘黄色的夕阳慵懒地向田野播撒着金色的余晖,远处的天边荡漾着几朵洁白的云朵。乡间的水泥路上,我和护士陈圆圆一同前往孟州市会昌街道办事处红星村入户随访,为家庭医生签约群众体检,帮助贫困户解决实际困难。自扶贫工作开展的余晖,我们踏着夕阳的余晖,享受着在帮助群众解决困难后的成就感和满足感。

进村后,我们先和乡村医生郝淑燕会合,简单聊了聊最近一星期多的家庭医生签约户的健康情况。随后,像往常一样,我们首先走向贫困户郭素芹的家。熟悉的街道,熟悉的门前石榴树,红彤彤的石榴挂满枝头,籽粒饱满得已经“笑呵呵地咧开了嘴”,树枝间看不见的地方,叽叽喳喳的麻雀在商讨着“家长里短”。时间总是过得飞快,盛夏5月里,那火红的石榴花还历历在目。悄然间,岁月流逝,石榴花已凋

谢,石榴即将成熟。时间是世间从容的行者,不因任何留恋而驻足。

还没走到贫困户的家门口,我们就看到郭阿姨提着锄头从房前的菜地里走出来,一边走一边微笑着说:“你们来了!”我们回答:“您,又来看您和李叔叔、奶奶、朋飞了。大半个月没来了,我们还惦记您们的……”我和陈圆圆、郝淑燕一起回应着。简单寒暄,自然走进家门。我们和郭阿姨一家都非常熟悉,郭阿姨是建档立卡贫困户,经济来源仅依靠种地的收入,家境比较困难。郭阿姨自己遭受风湿病困扰多年,依靠长期服药控制病情;郭阿姨的丈夫李志强患肝硬化十几年,病情严重,除了服药控制外,多次住院治疗,还发生过几次昏迷症状;郭阿姨家中还有患抑郁症的人和需要照顾的老人。自从国家开展扶贫工作以后,当地管理部门积极落实各项扶贫政策,给予郭阿姨一家各种帮扶和照顾。比如,当地管理部门适时建立了家庭医生服务团队,定期上门为他们体检,进行健康指导、调整用药方案、宣讲国家的惠民政策;需要

住院时,我们积极联系转诊医院,开通绿色通道,想方设法解决他们的经济困难。

“李叔叔呢,上次住院治疗,病情咋样?”我询问着郭阿姨,因为在家里没有看到李志强的身影,想着之前他住院好多天,以为他还在住院。我这一句话刚说出口,就感觉郭阿姨的神色不对,我的心里会有一些紧张。郭阿姨停顿了一会儿,表情痛苦地说:“他不在了……”那一刻,时间仿佛停滞了……那不知行踪的麻雀还在叽叽喳喳,那红彤彤的石榴还在“笑着人间”,而我们几个人一时沉默起来,内心有万千话语涌动,嘴边却连一句话都说不出来。看着悲伤的郭阿姨,我们相对无言,不知道该如何安慰她。

沉默一会儿后,郝淑燕率先打破沉默:“请郭阿姨节哀,说句不好听的话,李叔也算是解脱了痛苦。这十几年,你们为他治疗操碎了心,去市级医院、省级医院治病,手术也做了好几回,钱也没少花,也算尽心尽力了……”我连忙接着说:“阿姨,你家的石榴长得真好看,看着都想吃!”郭阿姨也爽

快地说:“等石榴长熟了,我给你们摘一些。”我又问:“奶奶在哪里呢?我想给奶奶测量血压。”郭阿姨说:“你奶奶在朋飞的哥哥那儿住。”我回答:“那好吧。”郭阿姨,感谢您测量血压吧!陈圆圆立刻拉着郭阿姨坐下,利索地给郭阿姨带上血压计,测量血压。

我说:“阿姨!您的血压正常。如今,国家的扶贫政策好,您患的类风湿病可以办理慢性病卡,办理手续简单、方便。您经常服药就可以控制住病情,药费也不贵。您曾说,幸好国家出台了慢性病大病报销政策,您享受到这种惠民政策,住院治疗费也少了。”聊起这些,郭阿姨的脸上露出了笑容,并说:“多亏有你们,多亏国家的政策好。要不,我真看不起病,我的身体不知道是啥样呢!”谈起这些年国家出台的扶贫政策,郭阿姨的话匣子也打开了,絮絮叨叨地讲了附近家人享受到国家的扶贫政策,渡过难关,日子逐渐红火起来。其间,我们趁机给郭阿姨宣讲了一些新的扶贫政策,并做了相关的健康知识宣传教育。

聊了一会儿后,郭阿姨对我们说:“我的类风湿病没啥大事,还是朋飞让人操心,你们再给朋飞检查身体吧……”与朋飞开始交流时,感觉没啥问题,但接触久了,会发现他有一些交流障碍,不爱说话,和人交流有抵触情绪。我们给朋飞测量了血压,他的血压正常。随后,我们又询问了郭阿姨关于朋飞近段的病情,朋飞患的是抑郁症,吃药时间也不长,只能暂时控制病情,还是以心理疏导为主,所以我们尽可能聊一些朋飞感兴趣的话题,讲一些有趣的事情。朋飞说:“我和你们聊得很开心。”能够帮助朋飞,我们从内心感到欣慰!

随后,我们又检查了郭阿姨家小药箱里的药品,没有过期的药品。我们嘱咐郭阿姨平时注意健康饮食、锻炼身体等,就离开了。挥一挥衣袖,告别火红的石榴。此时,已经夜幕降临,万家灯火伴着村庄里的狗叫声、小孩子的哭声使得夜晚更加显现出乡村特色。这一趟,美好且值得!

(本文由孟州市中医院张欢提供 王正勤 侯林峰整理)

## “支持母乳喂养 守护健康地球” 主题征文



# 母乳喂养呵护宝宝健康

□付书念 文/图

在生命中,母乳是第一个“加油站”,是第一针“强心剂”,是第一剂“预防针”。母乳是初生婴儿最理想的食物,也是大自然最好的恩赐。

再完美的营养奶粉,也不如纯天然的母乳;再完美的婴儿食物,也无法与母乳相媲美。每一位母亲都希望新生儿能够健康快乐成长。对于一个新生儿,妈妈给予的最好礼物,就是出生时可以吃到的珍贵的母乳。

自古以来,哺乳动物都用自身乳汁哺育下一代,这是一种原始、科学的喂养方法。对婴儿而言,母乳是最理想的天然营养品,母乳中含有婴儿出生后4个月~6个月内生长发育所需的各种营养物质。比如适合婴儿生长的蛋白质、脂肪、乳糖、盐、钙、磷,以及足量的维生素和营养成分;母乳清洁、卫生、新鲜、无菌、经济、方便,是初生婴儿理想的食物。母乳,尤其是初乳含有丰富的抗感染物质,能保护婴儿少患病,提高婴儿的抵抗力。同时,哺乳可以减少母亲产后出血,有利于子宫恢复,且可抑制排卵,降低产妇产后患卵巢癌和乳腺癌的概率。母乳中有一些物质为婴儿脑神经细胞发育所必需,有利于智力发育,哺乳还能增强母婴之间的感情。母乳最大的好处就是能够给予婴儿安全感、踏实感。此外,母亲喂宝宝母乳不用担心宝宝吃多,不用夜里起来调冲奶粉,还操心温度是否适宜,更不用担心宝宝的大便软硬稀稠等。

随着国家实施全面两孩政策,高龄孕产妇剖宫产率偏高,加上母乳代用品促销、母乳喂养知识宣传力度不够等因素,对“准妈妈”母乳喂养的选择产生了不利影响。母乳代用品在市场上种类繁多,比如婴儿配方食品、乳制品、奶制品和饮料等。添加了各种营养成分的母乳代用品,与母乳营养成分、母乳味道十分接近,再加上婴儿奶粉广告宣传力度比较大,从而诱导母亲给孩子添加奶粉。这样,就很容易把人们带入喂养孩子的误区。同时,过早使用安抚奶嘴、奶瓶,会影响宝宝的牙齿和嘴形发育,与母乳相比,母乳代用品中的蛋白质、脂肪及碳水化合物质量差别无法改变,奶粉中还缺乏母乳中存在的天然抗感染因子和生物活性因子。婴幼儿配方奶粉生产过程中还可能存在安全问题。这样,或多或少都会影响孩子的生长发育。

如今,虽然全国各大奶粉商家都在尽力将配方接近母乳,各种安抚奶嘴都在尽力接近乳头,但最终母乳和乳房都是不可替代的。同时,母乳喂养可以节省一大笔费用开支,且方便无包装,减少不必要的污染;减少替代乳制品,减少中间生产环节,可大大节约社会资源。

目前,国家大力提倡母乳喂养,妇儿管理部门积极宣传母乳喂养的好处与意义。可是,在实际生活中,母亲坚持母乳喂养仍然存在一些困难。比如产假较短,工作单位、公共场所和家庭等对母乳喂养支持不到位。其中,重要的是家庭成员的支持,坚持母乳喂养,母亲很辛苦,既要干好单位的工作,又要处理好喂宝宝的事情和家庭成员之间的关系。所以,母亲选择什么样的喂养方式,社会、家庭都应给予理解和支持。

我们相信,随着母乳喂养各项管理制度的逐步完善和实施,将会营造出更好的社会支持环境,助力母乳喂养。

在母乳成分中,有50%以上的水,也被称为“生命之源”。母乳喂养是最佳的婴幼儿喂养方式,其重要性不言而喻,“喂”要坚持,给孩子更好的未来。

“支持母乳喂养,守护健康地球”,持续提升群众对母乳喂养的认知,重视母乳喂养与环境保护和气候变化之间的重要关联,通过支持母乳喂养来改善地球环境和守护宝宝健康成长,从而实现人类健康与地球健康的共赢。

(作者供职于镇平县老庄镇卫生院)

## 传播教育好声音

□王颖斌

有句俗语说得好:一个人有了健康可以有100个梦想,没有健康只有一个梦想——就是健康。

河南卫生健康干部学院是河南省卫生健康委员会直属的公办院校,具有培训和职业教育职能。

办服务人民健康的教育是一件十分光荣的事。近几年,学院着力打造健康照护的办学特色,呈现出环境好、教师好、学生好、教育好、形象好的新局面,传播出来的是教育好声音。

这是学院前进的好声音。面对日益严峻的人口老龄化进程,未来的老年人谁来照料,这已经成为全社会高度关注的问题。人民网刊发了学院海报上的内容:健康照护是什么?就是

养好老的,育好小的,照护病的。知识就是力量,学习改变命运。健康照护作为一个市场前景看好的职业,我们的责任就是把需要工作的人培养成工作需要的人。目前,学院成为首批河南省健康养老教育培训基地,职业教育特色越来越鲜明,所以吸引了很多养老机构跟学院洽谈就业和员工培训等业务。

这是老师奋斗的好声音。学院有一批德才兼备的教师团队,他们无怨无悔,兢兢业业,勤勤恳恳,用一言一行诠释着社会主义荣辱观。有一位老师叫武秋林,负责学院教学管理工作,30多年来始终坚守在教学第一线,任劳任怨。他带领技能训练团队,指导学生参加护理技能大赛,在全省、全国获得诸多奖

项:“勤勤恳恳、默默无闻”是老黄牛的精神;“燃烧自己,照亮别人”是蜡烛的精神。每种产物的存在,都有一种精神支撑着它。那么,支撑教师坚守在教学第一线的是什么呢?是高尚的师德师风!为什么教师是太阳底下最光辉的职业呢?因为他们是在为别人的家庭谋幸福。

这是学生成长的好声音。习近平总书记曾强调:为育人,为国育才。教育重在引导,要在政治上、文化上、职业技能上引导学生积极向上。学院设有国旗班,利用每周升旗活动,开展爱国主义教育;在早读时,各个班级要诵读《中华人民共和国宪法》;在晚自习时,学生们要读《弟子规》等国学经典医学书籍;每个学生要会唱国歌、

国际歌、共青团之歌,学生做到讲卫生、穿得体、扫干净、摆整齐、看着顺,觉得美。许多家长说,不管多么调皮的孩子,进入学院学习不到一年,就像换了一个人一样,学习能力得到增强的同时,生活能力也有了很大提高。我们深知,所谓“门槛”,能力达到了就是“门”,能力达不到就是“槛”,人生中的沟沟坎坎,多半是能力不足所致,学生的成长就是能力成长。

这是社会认可的好声音。去年5月,河南省副省长武国定专程到学院调研职业教育和健康扶贫工作。去年8月,新华社记者到学院采访职业教育和健康扶贫工作,后来在《国内动态清样》上发了一个内参。今年5月,学院领导应邀参加全国两会健康中国

人论坛和全国同行介绍教学经验。如今,学院附属中专生源特别好,许多家长这样说:“这个学校很正规,教育孩子有一套。”学校和家庭有责任用适当的教育方式,帮助学生成为最好的自己。

一个人遇到好老师是一生的幸运,一个学校拥有一批好老师是学校的光荣。办人民满意的教育,是学校和老师们的“合唱”,学院将其贯穿于师德师风建设全过程。一次,一个听众问一位著名歌唱家:“已经有很多人喜欢你,你为啥还要苦练呢?”他说:“我希望送给大家更动听的声音。没有最好,只有更好。”学院老师们的一切努力,为的是传播教育好声音。

(作者供职于河南卫生健康干部学院)

心灵絮语

## 爱在医患间

□姜欣霞

医患冲突事件时有发生,使一些从医者唏嘘不已。笔者虽然在临床上了许多年,医患相处和谐,但也着实感到痛心、深表同情。

回想起多年的临床生涯,总会有一些难忘的镜头映入脑海。令我难忘的一件事情,是郑州大学第一附属医院专家张效房,在他96岁高龄那年被评为全国“最美医生”,当记者问他好医生的标准是什么?这位96岁依然在临床工作的眼科泰斗说了一句让我

刻骨铭心的话:好医生非常简单,患者说好就是好。这句朴实、简短的话语让我记忆犹新,也鞭策我砥砺前行。是啊,一名好医生并非一定要做出惊天动地的大事,只要踏踏实实把工作做到极致,尽其所能用精湛的医术为患者解除病痛,默默坚守自己的诺言,在平凡的岗位上无私奉献……就会得到患者的认可和同行的好评。正是秉承这种“患者说好就是好”的医患关系,我得到了许多患者的认可,收到许多

患者的感谢信……

下面,笔者想从患者角度浅谈医患相处之道。

一是沟通。作为在临床上工作多年的医务人员,感到医患沟通在临床过程中极其重要。医患沟通有多种方式,不仅有语言沟通、心理沟通,还有肢体语言方面的沟通。比如,在临床工作中,遇见悲伤过度、情绪激动、疼痛难忍、异常愤怒的患者时,仅用语言安慰,很难消除患者的痛苦,所以

肢体语言也非常重要。

二是随访。如今,科技技术非常发达,在临床工作中,对患者的随访不单纯依靠电话,还可以通过微信、短信等方式随时与患者沟通,可适时了解患者的最新病情。然而,现在一些医院对门诊随访存在忽视现象,虽然住院患者随访率基本达到全覆盖,但是如果将患者随访等服务做到更好,还需要下大功夫。如果医院加强门诊随访工作,或许医患矛盾会有所减少;医生知晓患者的心理状况,或许医患矛盾可以避免。

三是心理关怀。如果发现患者有心理问题,应该及时采取补救措施以避免医患矛盾发生。患者看病不仅看的是病,还是一个真实的人。注重心理关怀,采取积极举措,才是避免医患矛盾产

生的根源。

四是健康宣教。把科普、健康宣教作为临床工作中的重要内容,让患者真正理解疾病发生的原因、疾病转归等。患者不知道疾病的前因后果,容易产生愤恨心理,所以把每种疾病、每位患者的健康科普宣教做到位,是医院义不容辞的责任和义务。

正如法国思想家罗曼·罗兰所说:世界上只有一种真正的英雄主义,那就是认识生活的真相后依然爱它。既然医路人生的幕布已经拉开,就一定要积极演出;既然脚步已经跨出,风雨坎坷也不能退步;既然已经把希望播在这里,就一定要坚持到胜利的谢幕,将医路人生进行到底!

(作者供职于河南省儿童医院)

### 彩陶坊天时 成大事 应天时

【太阳】建议零售价 1299元/瓶

### 遗失声明

鹿邑县中医院梁清清的医师资格证书(编码:199841110412725371028031)、医师执业证书(编码:110411628000398)不慎丢失,声明原件及复印件作废。

### 奇芝堂

甄选真材实料 安全放心可靠 健康营养每一瓶

### 老系坊友 就选奇芝堂

### 肛肠全程无痛技术培训 常年招生 学痔瘘技术送鼻炎技术

联系人:田长修 电话:13653737333  
地址:卫辉市人民路北段田氏痔瘘专科门诊