

助力乡村振兴

真帮实扶暖人心

本报记者 乔晓娜 通讯员 青褚坡

“非必要不返乡,返乡必报备,返乡必做核酸检测。”南阳市卧龙区卫生健康委妇幼股副股长、谢庄镇小王沟村驻村第一书记兼帮扶工作队队长陈思在村部一边和大家说着目前新冠肺炎疫情最新的形势;另一边和帮扶队员及村部落实管控政策和排查任务。

小王沟村管辖12个自然村,14个村民小组,全村共有765户,3051人,是一个典型的丘陵薄地贫困村。全村以传统种植农作物为主,村民收入主要以传统的种植业和养殖业为主,农闲时到外地务工。2021年,经过组织选派,陈思来到小王沟村开展巩固脱贫攻坚成果与乡村振兴工作。

兴工作。

在疫情防控期间,陈思一方面加强返乡人员排查管控,另一方面经过多方协调,为村里准备了酒精、口罩、消毒液、洗手液和额温枪等防疫物资。在严格遵守疫情管控的规定下,陈思组织大家积极参与农村环境整治工作,开展好党员主题活动日。

“实施乡村振兴战略,改善城乡居民生产生活条件,加强农村人居环境整治,培育文明乡风,建设美丽宜人、业兴人乐的社会主义新乡村。”在村组会议上,陈思讲解开展巩固脱贫攻坚成果与乡村振兴的内容。陈思从开展帮扶工作开始,就结合小

王沟村的实际情况,带领帮扶队员和党员学习“农村全面推进振兴的重要论述”等文件,做好脱贫攻坚成果巩固和乡村振兴有效衔接。

“起初,我对驻村工作也不懂,就是学习政策和文件,然后再逐一落实到实际工作中。”陈思回忆刚来到小王沟村的时候说。在他的带领下,帮扶队员和党员都开始学习防止返贫、致贫动态监测标准、帮扶程序等,查找是否存在帮扶不到位等现象,以消除返贫、致贫风险等。

同时,陈思还与村干部一起挨家挨户排查农户存在的困难,倾听他们的心声,帮助解决困难;组织当地医院

对辖区群众进行健康体检。

多次入户核查脱贫户、监测户“三保障”和饮水安全政策落实情况、收入情况等,查漏补缺,张贴明白卡等,确保各项政策(如小额贷款、公益岗等)落实到位。

“平时,你可以适当运动,稍微做一些家务活,有助于身体康复。”在一次走访中,陈思发现监测户赵普家里的物品堆放零乱、污水横流。于是,陈思带领帮扶队员及时查看情况,发现赵普家里的水管断裂,赵普曾患脑出血,留有后遗症,不能干重活;家里还有年迈的父母和3个上学的孩子,困难程度可想而知。为了改善赵普家的户容户貌和解决困难,陈思一边引导其树立

整洁意识,一边帮助其摆放生产、生活物品。

就这样,遇到一个问题,解决一个问题。陈思把小王沟村当成了“新家”,用实际行动温暖着小王沟村的村民。如今,村民们都树立了整洁意识,养成了卫生习惯,家里的物品摆放有序,室内外环境整洁。

“陈书记和樊斌院长对俺一家真好!我一辈子都不会忘记。”近日,卧龙区卫生健康委组织帮扶责任人到小王沟村查看情况,脱贫户田伟兴的父亲感激地说。

据悉,田伟兴有智力障碍,与儿子相依为命,生活困难。考虑其情况,陈思一方面鼓励其儿子学习一技之长,另

一方面给田伟兴做思想工作。陈思和帮扶责任人卧龙区妇幼保健院院长樊斌一起为其解决困难。为此,田伟兴的父亲见人就说国家的政策好,解决了实际困难。

其间,陈思坚持因户施策、一户多策,坚持保障与增收、短期与长期相结合,坚持开发式和保障性并重,科学制定帮扶措施,以激发脱贫户、监测户的劳动积极性。陈思带领帮扶队员与村干部实施了产业、就业奖补政策,安置公益岗就业14人、农业保险宣传员24人;为脱贫户和监测户办理慢性病卡48人,实行家庭医生签约服务40户,实现了建档立卡脱贫户健康帮扶全覆盖。

基层之声

村医治病更需要耐心与仁心

□卢甲丹

幼年时期,我有一段酸楚的灰色记忆。由于早产小脑发育不完全,在相当长的一段时间内,我的四肢活动不协调、语言表达不清晰。但是,作为一个先天资质严重缺失的人,我凭着与命运之神顽强抗争这股劲儿,问道岐伯,苦读本草,一路拼搏,永不言弃,一直奋斗在平凡的乡村医生岗位上,守护着父老乡亲的身体健康与生命安全。

2020年,我被卫辉市卫生健康委评为优秀乡村医生,走在颁奖的红地毯上,激动的泪水模糊了我的双眼,泪水中,有幸福,有欣慰,更有自豪和骄傲!

时光倒流到2000年,我走出卫辉市卫生学校的大门后,向卫辉市中医马少忠拜师,踏上了中医之路。也就是在那一年,我扎根乡土,成为卫辉市庞寨乡庞寨村的一名乡村医生,将所学知识与技术运用到诊疗工作中,为患病的村民“望、闻、问、切”,遣方用药。

在用医术服务广大村民的过程中,我能够治疗常见病、多发病,可一旦遇到疑难疾病,就感到有一种无形的“瓶颈”束缚着,深感知识匮乏。于是,在繁忙的工作之余,我到新乡市第一人民医院等上级医院进修,并适时结合临床实践,练就了一套独特的诊疗技巧。

我运用中医理论与技术,进行内服、外熏治疗面瘫、产后缺乳;用中医贴敷方法治疗小儿发热、扁桃体发炎等疾病,疗效显著。其中,在治疗面瘫时,我在牵正散的基础上加减,通过辨证施治,外用中药熏蒸患者的患侧面部,达到事半功倍的效果。有一名村民得了面瘫,先后在不同的地方治疗了一个多月,收效甚微。一天,他来到村卫生室就诊。我通过问诊、切脉,得知患者在年轻时曾有产后大出血的病史,进行辨证施治,诊断其为气血两虚,让患者持续服用20多剂中药后,病情有了明显好转。对此,患者感激地说:“卢大夫,你是俺的救命人啊!”

新乡市区有一名产妇,生过小孩几天乳汁少,不够孩子吃,慕名前来治疗。当时,天气寒冷,大雪纷飞,孩子饿得哭闹不止。我没有让患者下车,直接走进车内,迅速进行查看、问诊,开了药方,让患者回家取药,患者家属执意付诊疗费,我说:“你们回家取药,先让产妇喝药吧!有效果了再说。”一周后,患者打电话说:“医生,你开的药效果好!我还没吃完药,病情就有了好转!”

2020年,新冠肺炎疫情暴发。在疫情防控期间,我白天坚守在村头卡点,给过往人员测量体温、登记旅居史等,晚上为返乡人员宣传防护措施;为准备外出务工的村民、返校的学生填写健康卡等,一直忙碌了两个多月,防控疫情取得了阶段性胜利。可是,国外疫情又严重了,按照上级部门的要求,每个乡镇又成立了一个回国人员隔离点,要求一个隔离点配备一名医生,我主动请缨,到隔离点一待就是20多天!

小儿发热、感冒、扁桃体炎在基层属于常见病和多发病,让孩子吃药,打针的过程繁杂,大人十分着急。对此,我看在眼里,急在心上。在一个个不眠之夜,我通过总结、梳理、辨证、分类等,对这些疾病采用中药贴敷穴位疗法,发现效果好,可消除小儿吃药难、打针疼痛难忍的痛苦。

2021年,卫辉市发生了百年不遇的特大洪水灾害,庞寨村小学成了受灾村民的安置点。在这些被安置的受灾群众中,以老人、小孩和妇女居多。我得知情况后,二话不说,带上血压计、听诊器和一些急需药品为灾民测体温、量血压,免费发放治疗高血压病、心脏病的药品。在漆黑的夜里,我不敢停下巡诊的脚步,坚持为村民诊治疾病。我在内心深处经常默念:“我要用医德医术,为更多的村民消除病痛!”

(作者供职于卫辉市庞寨乡庞寨村卫生室;本文由通讯员陈卫华整理)

我在基层

我于2011年10月~2012年10月在河南省中医院进行临床中医全科医师培训。一开始,我就默默地下定决心:以后做一名尽职尽责的全科医生。

在培训过程中,我像旋转的陀螺一样,值班、上课、考试。我深知,成长需要耐得住孤独和寂寞,巩固医学基础知识,掌握临床基本技能,理论联系实际,不断积累临床经验,刻苦钻研医疗技术,注重人文关怀,努力成为一名会看病的好医生。

培训结束后,我如约回到漯河市郾城区中医院工作,正式成为一名中医全科医生,为群众提供中医诊疗服

务。刚开始,面对基层与省级医院的落差,我深感失落,也想过放弃。但是,当我静下心来为患者看病时,我的想法却发生了改变。

开始坐诊时,找我治病的患者很少。一些患者看到一个学生模样的医生,就悄悄地走开了。每当看到一些资深医生的诊室里,候诊患者都排成了长队时,我心中泛起了微微的苦涩感。面对困难,我选择勇敢面对,除待患者热情周到外,还努力提高自己诊疗技术水平,学习新的医学知识与诊疗技术;遇到疑难问题时,我积极咨询资深医生、联系导师等解决问

题;将所学知识与技术适时运用到诊疗工作中。

为了及时了解和掌握群众的健康状况,我积极参加医院举办的活动,为辖区群众建立健康档案,对筛查出的慢性病患者和老年人进行分级管理,突出中医药特色;根据中医体质辨识方法,配合中医的理法方药,对群众进行干预,调理其体质,提供中医治未病服务,努力将疾病消灭在初期。

在诊疗工作中,我坚持在夏季实施中药外敷、冬病夏治措施,为许多患者治疗疾病,并取得了较好的效果;尤其是治疗支气管炎、哮喘、肺气肿、关

节炎及阳虚体质的患者,均取得了明显效果;体现了中医治病“简、便、验、廉”的特点,受到了群众的好评;并对残疾人员提供相应的中医康复技术服务等;还积极与同事举办中医健康咨询、讲座及向群众普及中医养生知识等活动,以改变群众的不良生活方式,提高了群众的健康水平和生活质量。其间,我对前来就诊的患者,做到热情接待,耐心消除患者及家属的疑虑,尽量选用疗效好、价格便宜的药物,以减轻患者的经济负担。

我时常利用业余时间积极参加医院组织的下乡义诊活动,对慢性病患

者进行健康教育,对乡村医生进行业务培训,参与健康帮扶工作,并代表医院前往漯河市参加健康科普能力大赛……我向群众宣传正确的健康理念,认真对待每一位前来就诊的患者,用通俗易懂的话语告知病情,让患者明白治疗措施和治疗效果,最后给出清楚的服药说明,以及进行饮食及行为习惯方面的指导。

时光荏苒,我参加工作已将近10年了。回顾工作经历,我深感努力与成长同在。在日常工作中,为了给急诊患者提供更好的服务,我积极联系检验科,建立了临床急诊检验报告微信群,把所有急诊化验结果发在群里,以便第一时间将报告单传到医生的手机上。这不仅方便了同事的工作,还让患者少跑腿,提高了工作效率。面对路边晕倒的老年人,我立即俯下身

询问、查看,并进行现场急救,安排救护车,全程跟踪老年人的后续治疗。对于阿尔茨海默病患者,我不仅治疗患者的并发症,还嘱咐其家人护理患者的注意事项,让其家人给予患者理解和宽容。当患者的病情有所好转时,患者家属为了表达感谢,送给我一面锦旗。这激励我更加努力工作,争取为群众提供更好的诊疗服务。就这样,我逐渐得到了同事的认可和患者的赞许。

目前,在防控新一轮新冠肺炎疫情中,我积极运用中医药技术,为群众推荐应用中医药防治疾病的方法,用中药艾灸、熏蒸、按摩、刮痧、针灸等方法预防疾病,深受群众欢迎。

今后,我仍将对患者热情周到,尽最大努力做一名会看病、负责任、有温度的全科医生。

(作者供职于漯河市郾城区中医院)

人物剪影

PCR实验室的“排雷兵”

本报记者 王正勋 通讯员 任怀江 关心文/图



3月23日~28日,温县连续开展四轮全员核酸检测,温县人民医院圆满完成80多万人次的核酸检测样本采集、检验任务。检验科PCR(聚合酶链式反应)实验室的疫情“排雷兵”们,付出了超常的努力与艰辛。

全员核酸检测离不开检验科,为了助力全院顺利完成全员核酸检测工作,温县人民医院检验科接到任务后,科主任赵玉芬立刻组织全科职工,统筹安排,除了每天留守科室值班的职工,将其余职工分成3个班,一天24小时轮流到检验科PCR方舱实验室进行核酸样本检测。赵玉芬又抽调7人,分派到设立在该院急诊科楼上的检验科PCR实验室。同时,两个实验室全力以赴服务此次全员核酸检测。

PCR实验室对工作环境要求极高,尤其是PCR方舱实验室,这些验人员需要穿上密不透风的防护服,在负压状态下做好检查工作。

在密闭的环境中,大家认真负责,严格规范操作,做好每一例检测。按照三级生物安全防护要求,他们严格按照工作流程谨慎操作,从试剂配制、标本处理、核酸提取、基因扩增到结果判读、报告审核的每一项工作流程,一干就是几个小时,检验员们累得胳膊酸痛,但没有一个人叫苦叫累。

进入PCR方舱实验室,工作量一下子比平日增加了十几倍,为了尽快完成当天的样本检测工作,有些人早上刚下班,仅休息一两个小时,下午又迅速赶到实验室接着工作。

全员核酸检测第一天,在检验人员严谨、规范的操作中,顺利完成6个乡镇(街道)9397管、184614人的检测任务;3月24日完成8个乡镇(街道)11116管、212449人的检测任务;3月25日完成11010管、217392人次的检测任务……这些精准检测结果的背后,是工作在PCR实验室、PCR方舱实验室的检

验人员用通宵达旦、废寝忘食换来的结果。在高度集中的操作中,他们的汗水浸透了全身、口罩压痛了鼻梁、水雾模糊了护目镜(如图),为了确保检测质量,提高检测速度,他们尽量少喝水,或者不喝水,以减少上厕所的次数;防护服一穿就是六七个小时,最长时可达十几个小时。他们用心用情,以“快、稳、准”的标准,取得了满意的效果,圆满完成了上级部门交办的任务。四轮核酸检测,他们共完成80多万次例的核酸检测。

不负韶华,未来可期。在这场全员核酸检测大“考”中,检验科医务人员迎难而上、不负重托、不辱使命,用担当和坚守筑牢了核酸检测关卡。

“为了圆满完成上级部门交办的检测任务,全科医务人员都在加班加点,没有人请假,也没有人抱怨。我很感谢这些好同事!”说起医务人员连续奋战,辛苦劳累时,赵玉芬感慨地说。

目前,新冠肺炎疫情防控进入常态化状态。为了保障全民健康,各级医疗卫生机构均加强对群众相关知识的普及与宣传,增强全社会对新冠肺炎病毒的认识,主动、正确做好防护,以保障身体健康。老年人群由于身体机能下降,加之深受各种慢性病困扰,以致免疫力低下,因此,应增强老年人的自我保健意识及提高看护者照顾老年人的能力。

老年病区的疫情防控措施

1.做好医务人员日常防护,主要指正确佩戴医用外科口罩和实施七步洗手法,严格落实感染防控要求。2.加强医院全区内环境清洁消毒。普通病房:加强日常通风,保持开窗对流,使用1000毫克/升含氯消毒剂进行环境消毒,每天至少消毒1次,发现疑似患者或确诊患者时,将他们转出后,应严格进行终末消毒,针对病房,先采用3%的过氧化氢喷雾等进行空气消毒,再对室内物体表面使用2000毫克/升含氯消毒剂进行擦拭、消毒;隔离留观病区:应做好随时消毒与终末消毒处理,加强通风,严格采取空气消毒(有人情况下使用空气消毒机,无人情况下使用3%过氧化氢溶液、紫外线灯照射等方法)措施。环境消毒:应使用2000毫克/升含氯消毒剂,每天至少消毒4次,遇到明显污染时,应随时消毒。对于疑似患者和确诊患者转出,或解除隔离后的终末消毒:先采用3%过氧化氢溶液等方法进行空气消毒,再对室内环境、物体表面使用2000毫克/升含氯消毒剂进行擦拭、消毒,必要时可再次进行3%过氧化氢喷雾消毒。终末消毒:需要增加对洁净系统的出风口、回风口消毒。3.建立严格的病区管理制度:未经发热门诊排查的发热患者一律不收入院。疑似患者或确诊患者的隔离留观病房应严格探视制度,不设陪护。探视、陪护、会诊、保洁等进入病区的人员必须佩戴口罩,并严格执行手卫生,配合疾病防控要求扫描行程码、健康码。病区在通风良好的区域设置过渡病房,将新入院患者安置在过渡病房,观察3天;观察期间,患者若无发热、呼吸道疾病,再转入普通病房,配合护士站做好定期咽拭子核酸采集及陪护等。

社区、养老机构老年人的疫情防控方法

在疾病流行期间,社区、养老机构应实施封闭式管理,原则上不接待外来人员走访、慰问,老年人不能离院外出,不再接受新人住老年人;必须外出的老年人,回到养老院后应密切观察。社区、养老院中出现可疑症状的老年人时,应及时对其进行单间隔离,由医务人员对其健康状况进行评估,送至医疗卫生机构就诊。

居家慢性病老年患者的疫情防控要点

1.开窗通风。每天应通风2次~3次,雾天除外,每次30分钟左右。其间,应尽量避免老年人坐在对流的窗口,以免受凉。2.环境清洁。保持室内物品清洁,物品表面可用75%的酒精或消毒液擦拭,尤其是保持手卫生;对卫生间下水道消毒,卧床及行动不便的老年人可用75%的酒精棉巾或免洗手消毒液消毒。3.合理饮食。定量补充优质蛋白(如牛奶、鸡蛋、鱼、瘦肉等),增强抵抗力;食欲差的老年人,可补充多种维生素、乳清蛋白粉等,清淡饮食,多吃水果、蔬菜;适量补充水分,每天饮水量在1500毫升~2000毫升,保持大便通畅;少食多餐,尤其晚餐不能过饱,人睡前饮食过多,在人睡平卧后会引起潜在的食管反流,导致误吸、呛咳,可引发肺部感染。4.适度运动。少坐多动,适度锻炼身体,可在室内散步、做操,打太极拳、八段锦,或借助运动器具锻炼身体,但身边必须有人看护,更不能穿拖鞋运动,以防跌倒。5.注意口腔卫生。餐后刷牙、漱口。6.保持信息畅通。经常与家人进行电话沟通,把儿女的手机号码设为快捷键,并写在小卡片上随身携带,以备不时之需;有行动不便、交流困难者,家人更应关注其体温、饮食及心理状况。7.关注社区慢性病老年人的心理情况,及时给予宽慰。保持充足的睡眠,睡前1小时不做易引起兴奋的脑力劳动,不观看易引起兴奋的影视节目和书籍;避免观看与新冠肺炎疫情有关的信息,以免引起紧张、焦虑、恐惧等不良情绪,导致失眠;可选择听舒缓的音乐,或做深呼吸和肌肉的放松性训练,切忌喝酒助眠;不能把闹钟、手机放在床头;儿女应多陪伴居家老年人,增加他们的兴趣爱好,不仅可以转移注意力,还可减轻心理压力。8.预防心脑血管疾病。老年人大多患有心脑血管疾病、肺部疾病等慢性病,需要长期服用多种药物,家人及社区医务人员应加强对老年人用药的指导,督促其严格按照医嘱服药,不能漏服、误服。老年人一旦出现身体不适,要立即前往医院治疗。

出现发热时如何处理

对于老年人发热,家人不要惊慌,根据病情妥善处理。一是采取居家隔离的方式进行观察:1.若未接触感染源,居家环境保持清洁,因受凉引起的感冒,症状轻微,体温低于38摄氏度,无明显胸闷、呼吸困难等症状,生命体征平稳。2.无严重呼吸系统、心血管系统疾病,以及严重消瘦或肥胖者,可在观察体温的情况下,服用感冒药、多喝水。二是出现以下情况,建议到定点医院、发热门诊就诊:1.体温超过38摄氏度,持续2小时以上。2.出现胸闷、气短、呼吸困难等症状,应拨打120急救电话,由急救人员救治。

(作者供职于河南省胸科医院)

疫情之下 老年人该如何做好防护

□朱永慧