

助力乡村振兴

我在基层

# 脱贫户家里来了“核酸采样队”

本报记者 乔晓娜 通讯员 杨万良

“在走访过程中，你们要重点关注有大病、重病、负担较重的慢性病患者，重度残疾人员、失能老年人及享受低保政策的家庭。”每次入户摸底排查时，南阳市精神卫生中心驻方城县杨集镇五龙庙村帮扶队队长闫虎总是这样叮嘱队员，“要重点查看脱贫户和监测户的住房、饮用水是否有隐患，全村是否有因病、因灾辍学户，脱贫户和监测对象教育补贴政策是否落实到位。”

杨集镇五龙庙村位于方城县北部，管辖10个自然村13个村民组，村民总户数为604户2368人，总耕地面积5040亩(1亩=666.67平方米)。该村主要农作物以花生、玉米、小麦、红薯及小辣椒种植为主。近几年，在驻村帮扶队的帮扶下，开展防止返贫动态排查监测，持续推进“两不愁三保障”及安全饮水工程，以巩固脱贫攻坚成果。

根据走访、排查情况，驻村帮扶队制作五龙庙村“五必到户”名单，并将名单按照自然村分类，制成明

细表，定期入户走访。按照明细表上的名单，驻村帮扶队与村干部时常来到农户家中或田间地头逐一询问，仔细排查，并填写《防止返贫动态监测排查表》，确保惠民政策落实到每户每人。截至目前，10个自然村均已接通并使用自来水。经过两次水质化验，饮用水质量和卫生条件均达到国家规定标准。针对季节性缺水现象，驻村帮扶队多次到农户家中宣传饮用水保障政策，并协调水质管理人员采取集中供水、定时供水等方法，保证村民安全用水。闫虎与村委负责人开展防止返贫动态排查和监测，做到早发现、早干预、早帮扶，解决了五龙庙村村民住房、饮用水、人居环境集中整治及基本医疗保障等问题，守住了不发生规模性返贫的底线。

今年6月初，脱贫户邓小领找到闫虎说：“我家厨房的排水道有问题，需要进行污水改造。”闫虎到现场查看后，又带领两位驻村帮扶队员咨询专业的排水道污水改造技术

人员，并制定了改造方案。第二天，3名驻村帮扶队员就借来施工工具和施工材料，来到邓小领家里，有的和泥、砌砖，有的破墙凿洞，进行了污水施工改造。看着干完活后满头大汗的驻村帮扶队员，邓小领跑到小卖部买了几瓶饮料，感激地说：“这么热的天，你们不怕脏和累，帮我改造污水管道，赶紧喝口水吧！非常感谢你们！感谢国家的好政策。”队员李合国说：“这是我们应该做的，你手活儿不宽裕，又花钱买饮料干啥呀！”

自新一轮新冠肺炎疫情暴发以来，南阳市统一组织全员核酸采样。为此，驻村帮扶队协助村委负责人，提前布置场地，张贴核酸采样预约码，帮助操作手机不熟练的村民扫码登记；佩戴红袖章维持现场秩序，为不理解疫情防控政策的村民讲解核酸采样的重要性；安抚村民的焦虑、烦躁情绪，确保核酸采样平稳、有序进行。

“作为一名驻村干部，在疫情防

控的关键时期，就应该充分发挥熟悉村民的优势，遇到危险必须冲锋在前。”闫虎是这么要求队员的，也是这么干的。平时，他利用微信群、村委大喇叭、张贴发放宣传资料、悬挂横幅等“线上”和“线下”相结合的方式，宣传防疫政策，确保防疫知识进入村庄，落实到户；针对疫情防控面临的严峻形势，口罩、防护服、消毒液等物资短缺的情况，他们发挥上下衔接、左右协调的作用，先后为该村争取了口罩3箱、防护服1箱、消毒液3箱等，有效缓解了疫情防控卡点的物资短缺现状；同时，驻村帮扶队按照方城县“美丽乡村建设”要求，同村委负责人及村小组负责人一起清扫道路、捡地面积圾等，做好环境卫生整治工作；利用入户走访的时机，为村民普及防疫知识，并进行心理疏导，鼓励其树立信心。

在配合村委实施疫苗接种清零和核酸采样过程中，对出行不便的老年人、患病卧床的村民，驻村帮扶队员想方设法提供上门服务。脱贫

户张成祥的腿部有残疾，行走困难，单独居住，如何进行核酸采样呢？于是，驻村帮扶队快速变成“核酸采样队”，积极携带采集器械，穿上防护服等，顺利完成了采样任务。张成祥看着穿戴成“大白”的驻村帮扶队员说：“你们像亲人一样！前段时间帮俺治病，安装自来水管，今天你们又上门为我采样！啥活儿都会干，做完核酸采样后，我的嗓子一点儿都不难受，你们真中！”

听完张成祥的话，驻村帮扶队员心里很高兴。前几天，村委将村民代表精心制作的两面锦旗“乡村振兴促发展 情系百姓解忧”“派驻人才促发展 真情帮扶暖民心”赠送给南阳市精神卫生中心驻村帮扶队。得到村民的信任与肯定，驻村帮扶队员干事创业更有劲了。

“要想巩固拓展脱贫攻坚成果和全面推进乡村振兴工作，驻村帮扶队员就要主动担当重任，才能完成好党和政府赋予的艰巨而光荣的任务。”闫虎说。

## 坚守基层 我们充满信心

在新乡医学院第一附属医院经过一年多的全科医师规范化培训后，我们来到巩义市河洛镇卫生院进行3个月的临床实践。在这里，我们看到了老前辈工作者扎根基层的风范，深刻感受到从医之路的神圣，更加坚定了走全科之路的决心。

一天清晨，卫生院像往常一样运转，刚打开诊室的门，就听到一个急切的声音说：“你好！医生，你快看一看她脚上的伤口吧！”随后，映入眼帘的是坐在轮椅上，愁容满面的宋女士，跟诊医生赶紧查看宋女士的右下肢，娴熟而缓慢地将略有污渍的纱布打开，因糖尿病导致的溃疡创面逐渐显现出来，右小腿后侧、外侧及足趾之间均有大小不等的溃烂面，用棉签轻轻按压后，一部分创面有淡黄色液体渗出。跟诊的同学检查后，冷静地说：“阿姨，您的伤口应立即处理，需要将局部切开、排脓、冲洗，只有清洗干净创面，伤口才能逐渐愈合。为了快速控制病情及血糖，您需要住院治疗！”看着宋女士和儿子充满疑惑、为难的表情，院长耐心地跟他们讲解糖尿病的治疗方法及注意事项，又强调了住院治疗的必要性。顾虑消除了，他们就主动办理了住院手续。接诊完毕后，院长语重心长地对跟诊医生说：“我们是卫生院，往往是老百姓就诊的第一站。之前，他们也许不知道或者不了解疾病的严重性，时常认为不耽误吃喝的疾病都不算病，所以，我们需要详细讲解，以增强他们对疾病的认知；只有看到有治疗效果了，他们才会逐渐接纳，慢慢改变生活方式。同时，这也提醒我们，慢性病的宣传教育和监督十分重要。”

这是日常诊室医患沟通的一个缩影。在诊室里，还一些患者因为家庭困难、未办理医保手续等问题，不能正常报销治疗费用。对此，院长都会尽力解决问题，并向患者详细讲解防病知识等。我们深知，始终坚守在基层一线，前辈的品德与仁心始终是我们学习的“标杆”。现在，虽然我们与他们存在一定的差距，但是我们会学着前辈的样子积极前行。前辈那面带微笑，充满激情，对待患者认真负责，为患者着想，这给即将踏入基层工作岗位的我们树立了榜样。

几天后，在医务人员精准治疗和护理下，宋女士顺利出院了。前几天，看到她在门诊上换药，伤口情况有了明显好转，血糖也稳定了。对此，宋女士的儿子非常感激我们，我们也很开心。

在这里，我们收获了坚守、责任、信心、榜样，将会满怀信心地走向基层，走向群众。

(作者为巩义市河洛镇卫生院的全科医生刘力博 吕浩杰)

## 炎炎夏日肝火旺 当心「情绪中暑」

席娜

王女士是一家公司的高级管理者，平时工作压力大，加上近两年新冠肺炎疫情等原因，她的神经每天都绷得紧紧的。最近，随着持续的高温天气，王女士心情烦躁，思维紊乱，不能静下心来思考问题，还健忘，整天感到疲惫不堪，不思茶饮，头痛失眠，甚至连说话都带着“呛人的火药味儿”。

平日里，那么温文尔雅的一个，情绪突然变得阴晴不定，常因一些微不足道的小事而情绪烦躁、大发脾气。前几天，王女士在开车去上班的路上，因与对面的车互不相让，发生了争吵，竟然闹到派出所协调的地步。对于自己的过激行为，王女士自己也很苦恼，她说天气一热，就莫名其妙地控制不住自己的情绪，看谁都不顺眼，以至于公司不少人建议她到郑州市第八人民医院找心理医生治病。

其实，像王女士这样的情况并不是个例。连日来的高温天气，让郑州市第八人民医院心理门诊的就医者有所增多，其中不乏城市白领人士。郑州市第八人民医院主任医师张中发提醒大家，在高温天气里，如果出现情绪烦躁、大发脾气、记忆力下降等症状，有可能是“情绪中暑”。

“炎炎夏日，人们往往易动肝火、发脾气，出现心烦、急躁、发怒等症状。这都是‘情绪中暑’惹的祸。”张中发说，人的情绪和天气有着密切关系，尤其当气温超过35摄氏度时，天气对人体下丘脑的情绪调节中枢的影响会更加明显。特别是在炎热的夏天，大约有10%的人会出现莫名的情绪和行为异常，进而表现为固执地重复一些生活中的动作，比如反复洗手、持续拖地等。

具体来说，“情绪中暑”的主要症状是心情烦躁、情绪低落、乱发脾气、思维紊乱、行为异常，以及对事物缺乏兴趣等。另外，还有一些人因追求完美而导致工作中出现失误，盲目自责，如果这种情绪长时间持续，容易出现心血管和心理等方面的疾病。

“此外，有的人即使所处环境并不热，也会因为看到窗外强烈的光线照射而产生烦躁情绪。”张中发说，“除了气温变化外，出汗较多、睡眠不足及饮食不良因素还会导致人体电解质代谢障碍，影响大脑神经活动，致使人们出现情绪和行为方面的异常表现。”张中发说。

那么，如何远离“情绪中暑”呢？张中发建议，这种夏季情感障碍的发生，除了气温的变化外，还与人们的出汗量大、睡眠时间短和饮食不足有关。因此，人们应该顺应夏季昼长夜短的特点，及时调整自己的工作计划和生活方式，并明确目标，适当放缓进度。同时，要保证充足的睡眠，在封闭的房间里不要待得时间太久，居室要注意通风，并尽可能地保持室内空气清新，避免出现压抑感，特别是早晚室内外气温相对较低时，宜打开门窗通风。

在饮食方面，张中发也开出了“药方”。“由于夏季出汗量大，建议大家适当食用咸味食物，可补充身体排汗所流失的矿物质。同时，在保证营养的前提下，少食辛辣、油腻的食物，少饮烈酒；多食富含维生素的瓜果蔬菜；要多饮水，以调节体温，改善血液循环。”张中发建议大家，适量做一些自己喜欢的体育运动，可促进肾上腺素和多巴胺的分泌，使大脑兴奋起来，有助于消除疲劳；遇到不顺心的事，要学会情绪转移，或找朋友倾诉，说出心中的烦恼；要学会自我调整，多做深呼吸，以“冷却”不良情绪。在必要时，大家可找心理医生咨询，消除不良情绪。

广告

### 心灵驿站

协办：郑州市精神卫生中心 郑州市第八人民医院  
疫情防控心理援助热线 (0371) 55622625

## 人物剪影 “热心肠医生”

本报记者 丁宏伟 通讯员 王有震 文/图



工作中的郭鹏

“只要患者找我治病，就是对我的信任，我一定会全力以赴，尽心尽力救治。”这是泌阳县马谷田镇卫生院医生郭鹏时常说的一句话。由于他医术精湛，待患者热情周到，被当地群众亲切地称为“热心肠医生”！

2005年，学成归来的郭鹏主动向组织部门申请回到故乡马谷田镇卫生院工作，成为一名医生。“虽然这里属于山区，距县城较远，群众看病困难，我一定会尽我所学为群众的身心健康尽职尽责。”他暗暗下定了决心。

2018年冬天，天寒地冻，患气管炎、肺心病十几年的庙街村五保老人董付突发高热，呼吸困难，心悸，胸闷，病情危重。老人来到马谷田镇卫生院后，郭鹏快速为其查体，询问病情，初步诊断病情后，安排老人住院治疗，专门把老人调整到有空调的病房。当他看到老人未带棉被、穿的棉衣单薄时，便拿出自己的棉被为老人盖在身上，又买来加厚棉衣及日用品等送给老人。在郭鹏

的精心治疗下，老人的病情很快有了好转。出院那天，老人感激地拉着郭鹏的手说：“是你救了俺的命，俺这次来看病，就没想到还能活着回家！”

医学有温度，医生更有温度。在工作中，郭鹏一直把患者当成亲人，用医者仁心守护辖区群众的健康，默默付出，无怨无悔。

“医生，快救救我的孩子吧！”在去年一个冬日深夜里，在急诊室值班的郭鹏突然听见急切的呼救声，只见一名几个月大的婴儿右手手指持续流血。患儿母亲说：“我用指甲钳给孩子剪指甲，不小心剪到指尖，切口处流了血，我以为按压一会儿就能止血。不料，按着按着，我就睡着了。第二天凌晨，我醒来一看，孩子的手上、袖子上流了许多血。于是，我急忙带孩子来治疗。”郭鹏一边察看患儿情况，一边用纱布按压伤口近10分钟，松开手后仍有血液流出。“孩子很可能患了友友病。”郭鹏轻声说。于是，在包扎好伤口后，郭鹏立即

联系车辆，护送患儿到泌阳县人民医院救治。半个月后，患儿的母亲特意找到郭鹏说：“谢谢你！你真是一名技术精湛的好大夫，是你救了俺孩子的命。”原来，那天到泌阳县人民医院后，经过检查，患儿被确诊为友友病，很快被转往河南省人民医院救治。由于治疗及时，患儿现已痊愈出院回家。

在为患者治疗疾病的同时，从2020年至今，为了防控疫情，郭鹏已做好随时投身抗疫工作的准备。其间，只要接到卫生院的通知，他就第一时间奔赴发热门诊，夜以继日坚守岗位；积极参加核酸采样工作，并为行动不便的群众提供上门服务。由于哪里有危险，他就冲向哪里，为了工作不遗余力，他得到同事和领导的赞许。

自入职以来，郭鹏在基层医疗卫生工作岗位上默默倾注了大量的精力和心血，无怨无悔守护着群众的身体健康和生命安全，凭着崇高的医德、热情的服务，赢得了患者的信任。

## 中国人寿 升级柜面服务 提升客户体验

本报记者 王平 通讯员 刘富安 王小宝 菲 菲 文/图

近年来，中国人寿河南省分公司(以下简称中国人寿)将客户体验工作融入发展大局，深入贯彻落实以人民为中心的发展思想，深入推进服务和体验融合，致力于为客户提供高质量的柜面服务，满足客户多样化、个性化的服务需求。

### “来即办”更便捷

中国人寿在网点配备智慧柜员机、智能机器人、E柜(移动电力微型银行)等电子化设备，打通线下服务流程触点，为临柜客户提供智能、自助、尊享服务，让服务省时省力、简单快捷；客户通过APP(手机软件)可以随时查看全国网点营业信息，根据自己需要进行业务预约，缩短客户临柜时间，真正实现“来即办”，让客户享受到更便捷的服务。

为了进一步完善网点服务设施，丰富适老物品配置，推进



### 强服务 促提升

为了提升客户体验，中国人寿在服务网点设置多个功能区域，优化增设了党建专区、便民服务区、健康体验区、阅读区、增值服务区、群享体验区等，满足不同客户群体多元化的服务诉求，将柜面逐步打造成为公司形象展示、客户活动、温馨舒适、口碑建立的平台。

另外，服务网点配置了时尚、休闲造型为主的办公家具，营造轻松、舒适的现代氛围；巧妙使用企业文化元素，分别在背景墙、办公家具、电子设备等显著位置，增加中国人寿绿色及公司logo(徽标或者商标的外语缩写)，重点突出品牌文化元素；通过配置智慧

柜员机、云标牌、大屏电视等设备，同时搭配科技感强的灯带设计，传递专业智能服务感知。

今后，中国人寿将继续围绕客户需求，推进服务创新和转型升级，全力建设服务卓越型网点，为国家发展大局，守护人民群众的身体健康贡献力量。

携手好乡医 共建一个家

中国人寿 CHINA LIFE

协办：中国人寿保险股份有限公司河南省分公司