

助力乡村振兴

# 从群众最关心的事儿做起

“排水渠一定要保持畅通，夏天雨水多，排水不畅不行……”7月5日，在许昌市襄城县麦岭镇大刘庄村，许昌市卫生健康委驻该村第一书记艾飞虎和驻村帮扶队员一起检查村里的排水渠。

这是艾飞虎在大刘庄村开展帮扶工作的一个缩影。从2022年11月到该村担任驻村第一书记、工作队队长以来，艾飞虎就以“村为家”。

驻村帮扶工作伊始，面对千头万绪的工作，艾飞虎坚持以“五星”支部创建为目标，充分发挥卫生健康行业系统优势，从群众最关心的问题入手，扎实推动各项工作逐步开展。

艾飞虎着力抓好党建工作。他积极与村党支部负责人商量，严格落实“三会一课”、主题党日等活动等制度，每月开展党支部委员谈心谈话，带领党支部委员到市、县先进村考察学习，持续提升大刘庄村党员干部队伍的凝聚力。其间，艾飞虎组织村干部到村民家中、田间地头，与村民拉家常、谈农事、话发展，发动党员、入党积极分子、志愿者开展义务劳动、政策宣讲等活动；还筹措价值1万余元的物资，走访慰问脱贫群众，不断增强党组织的号召力。“党组织强起来了，工作开展就有了抓手，党员走到群众中间，也就能明白群众的真正需求，能够帮群众真正解决问题。”艾飞虎说。

为了让村民的生活丰富多彩起来，艾飞虎还积极争取项目资金，改善人居环境。在驻村帮扶期间，他积极协调对接项目，争取资金10万余元，在大刘庄村内新建一处日间照料中心，供村内特困供养、低保及突发困难人员日常照料和暂时居住；争取河南省中医阁建设项目落户大刘庄村卫生室，邀请市、县医疗专家对村卫生室进行实地指导，让大刘庄村的村民及周边村民享受高质量的诊疗服务；争取项目资金4万元，对体育器材附近破墙进行修缮，在村内设置800米健康步道，绘制彩虹标线；普及健康知识，让村民参与体育活动、了解健康常识，持续提升村民的健康水平。他还邀请许昌市曲剧团开展“送戏下乡”活动，大刘庄村及附近村庄千余名村民观看演出，丰富了村民的精神文化生活。

艾飞虎带领驻村帮扶队充分发挥行业优势，帮助村民防病治病。在季节性疾病流行期间，针对药品紧缺问题，他协调相关单位，购买双黄连、抗病毒口服液及预防性中药汤剂，开展送药上门服务；有针对性地开展健康知识宣讲活动，增强了村民的健康意识。

为了让村民享受到优质诊疗服务，他组织市级医院专家开展乡村振兴志愿服务专项行动，通过科普讲座、发放健康宣传品、现场义诊等方式，让村民们在家门口享受到高质量的诊疗服务。同时，艾飞虎经过与村干部沟通，规范了医保惠民政策的宣讲工作，为村民解决了就医、转诊过程中的难题，守牢了不因病或者意外事故返贫的底线，助力乡村振兴。

(王正勋 侯林峰 时歌)

## 中牟县人民医院

# 开通“诊间支付”便民服务

本报讯(记者李志刚 通讯员张志磊)“现在，看完病就能直接缴费，不用再排队了，这个‘诊间支付’功能真是太方便啦！”近日，到中牟县人民医院感染性疾病科门诊就诊的张先生体验了“诊间支付”的便利！

为了减少患者排队缴费等待时间，进一步提升就诊体验，中牟县人民医院开通了“诊间支付”便民服务，门诊患者检查、检验、处方、付费等可直接在诊室

完成，并且可以直接进行医保报销结算。

“以往看病我都是早早来到医院，看病、缴费不仅需要上下楼来回跑，还需要排队等候，费时费力，很不方便。现在好了，很快就能看完病了。”在眼科门诊看病的王女士说出了这次就诊时的感受。

据中牟县人民医院院长李瑞介绍，“诊间支付”功能，相当于把缴费窗口前移到各诊室，医

生在诊间开具检查检验申请单、治疗单、检查单及药品费用单后，出示微信付款码或支付宝付款码，患者不出诊室即可实现“秒缴费”。

患者就医时出示医保电子凭证或者社会保障卡，可直接享受医保报销服务。

“诊间支付”优化了就医、交费流程，提升了患者的就医感受。

为了提高患者的就诊效率，缩短患者的就诊、等候时间，中

牟县人民医院用信息化手段畅通院内就诊流程，方便群众就医，先后开通扫码支付、微信公众号支付、门诊自助机支付等便民服务，有效减少了患者在各楼层及各窗口之间来回奔波的次数，让患者享受便捷、省时的医疗服务。

为了真正做到方便于民，中牟县人民医院积极推行一系列便民、惠民措施，启动病区护士站“一站式”服务，“一站式”办

理人(出)院手续、医保卡登记、出院报销结算等业务。该院将结算服务布局到患者“随手可及”的地方，可起到“让患者少跑腿”的作用。

目前，中牟县人民医院还引进人工智能导诊机器人，通过语音、图文等交互方式，与前来就诊的患者进行沟通，提供路径指引、智能导诊等服务，让患者享受到智慧医疗新体验，真正实现了“智慧就医”。

## 人物剪影

# 他的手机保持24小时畅通

本报记者 乔晓娜 通讯员 余守森 文/图



工作中的家鹏飞

“血压190/100毫米汞柱(1毫米汞柱=133.322帕)，双肺满布湿啰音，心率快而不规则，双下肢水肿，请立即给予吸氧。”7月初的一天夜里，一位70多岁的老太太大汗淋漓，呼吸急促，由120转送到南阳市镇平县贾宋镇卫生院(镇平县第三人民医院)救治，急诊科主任宋鹏飞立即指挥医务人员采取急救措施。经过抢救，患者的呼吸困难症状有所缓解。

“为患者做心电图检查后，我发现有房颤症状，给予其吸氧，控制血压，纠正心律失常，以及利尿等治疗。”宋鹏飞考虑到患者有高血压病等慢性病，心功能不全等，快速判断，制定治疗方案。经过一周的治疗，患者的血压恢复正常，下肢水肿症状消失，未再出现呼吸困难现象。

心中常念患者苦，耳里如闻呼救声。急诊科工作具有紧急、繁重等特点，很多人不愿意从事这项工作，但是宋鹏飞坚守在这个岗位上，曾经多次遇到危急重症患者，经过他准确诊断和紧急抢救，均顺利脱离生命危险。他得到了患者及家属的赞扬，也赢得了同事们的赞誉。

从1992年毕业，宋鹏飞就在贾宋镇卫生院工作，这一干就是30多年。一年365天，他都绷紧急救这根弦儿，睡觉时经常把手机放在枕

头旁边，确保24小时畅通，一接到求救电话，无论何时，他都是随叫随到，风雨无阻。从“非典”到禽流感，从甲型流感到手足口病，再到新冠疫情，他总是跑在前面。由于工作业绩突出，2020年，他被镇平县卫生健康委评为“优秀院前急救工作者”。

无数个夜晚，宋鹏飞守护在患者的身旁，整夜未眠，努力把生命垂危的患者抢救回来。其间，他放弃了与家人团聚的机会，顾不上照顾年幼的女儿等。对此，他毫无怨言。2016年，他将女儿托付给父母照顾，为了抢救一个20多岁的重度有机磷农药中毒患者，他连续四天四夜守护在患者身边，密切观察患者的生命体征，不敢有丝毫疏忽，直到患者醒来，他才放心离开病房。他常说，每当看到患者的心电图由一条直线恢复为窦性心律时，那是作为一名急诊科医生很自豪、很有成就感的时刻。他带领急救团队用“生命至上，永不放弃”的信念，绘制了一道道守护患者生命的风景区。

“知识不断更新换代，唯有勤学不辍，才能提高自己的治病技术，才能治好更多患者的病。”宋鹏飞不仅是这样说的，更是这样做的，并且要求年轻医生也这样做。随后，他积极参加由南阳市急救中

心组织的急救知识培训班。在诊疗工作中，他把“做个好医生”作为自己的人生信念，总是抓紧一切机会学习治病技术，向资深医生学习，向同事学习，精益求精，熟练掌握了各项业务技能。

作为急诊科主任，他工作勤勤恳恳、兢兢业业、一丝不苟，尽力为患者治病，他时刻提醒自己：“责任重于泰山，把患者的生命安全放在首位。”为了带好急救团队，他精心制定了一套急救技能培训方案及考核制度，充分利用现有的人力资源，调动大家学习的积极性，提高工作效率和急救技能，强化了质量意识。正是在他的带领下，急诊科出色地完成了一次次的紧急医疗救援任务。他每年定期组织急救技能培训，接受培训人员包括医务人员、企业职工、在校学生、社区居民等，大大提高了广大群众的急救常识普及率和急救水平，有效降低意外事件的死亡率和致死率，真正为群众提供有益帮助。

坚守在基层急救一线，宋鹏飞没有豪言壮语，却有扎根于工作岗位默默奉献的韧劲儿，30年如一日，誓愿普救苍生之苦。宋鹏飞说：“处处关心患者，把解除患者的痛苦作为自己的责任，全心全意为患者服务，才能真正履行一名白衣天使的神圣职责。”

## 基层快讯

### 社旗县疾病预防控制中心 病媒生物消杀全覆盖

本报讯(记者乔晓娜 通讯员赵兰奇)7月10日上午，社旗县疾病预防控制中心针对夏季鼠、蚊、蝇、蟑螂等病媒生物滋生的实际情况，对全城进行消杀。

在具体操作中，工作人员采取一边宣传引导，一边

对餐饮单位、商场、超市、机关、学校、单位、居民区等进行灭鼠、灭蚊、灭蝇、灭蟑螂“四害”活动。

为了有效进行全城消杀，该中心共出动2台宣传车、5台消杀车等，按规划路线进行消杀。

### 洛阳市孟津人民医院 “小戒指”彰显“大成效”

本报讯(记者刘永胜 通讯员李艳艳 任雅彬)“谢谢！你们不仅是救死扶伤的天使，还是拾金不昧的好人！”近日，在洛阳市孟津人民医院东院区外科护士站，失主姚先生向护士韩贝贝道谢。

原来，韩贝贝在整理出

院患者被褥时，从被褥里掉落一枚价值7000余元的金戒指，就和护士长查询信息，猜想是刚办理出院的姚先生一家人遗落的。经与姚先生联系核对戒指样式等，韩贝贝将戒指交到姚先生手中。这是该院“清廉医院”建设中的一个缩影。

### 内黄县疾病预防控制中心 为环卫工人“送清凉”

本报讯(记者张治平 通讯员李纪法)7月10日下午，内黄县疾病预防控制中心组织党员志愿者开展“守初心 沁人心”活动，为坚守在环卫一线的环卫工人送

去了矿泉水、风油精、扇子等防暑降温物品；同时，现场讲解了相关防暑知识，叮嘱他们在夏季高温天气，要守初心 沁人心”活动，为坚守在环卫一线的环卫工人送

## 科普专家话健康

# 如何预防脑卒中

□周刚

某医院开展院外健康教育，定期到社区举办健康教育讲座。其中，心脑血管疾病防控知识、技巧及居家注意事项，受到社区居民的广泛关注。

一天下午，某医院按照年初制订的活动计划，举办有关脑卒中防治的科普讲座，由血管科的张主任讲解在日常生活中如何识别和预防脑卒中？发生脑卒中后如何处理？

当天，许多心脑血管疾病患者和家属纷纷来到现场，认真听讲。其中，张主任结合幻灯片，讲解了一系列识别和预防脑卒中中的知识，引起了群众的共鸣，感到收获不小。同时，张主任提醒大家，应掌握以下内容：

“F”——Face 指面部不对称，口角歪斜；“A”——Arms 指手臂突然无力感或者麻木感，通常出现在肢体一侧；“S”——Speech 指语言，说话不清楚，不理解别人说话的意思；“T”——Time 指时间。上述症状提示脑卒中，请立即拨打120求助。

那么，人们如何养成健康的生活习惯呢？

1. 下列情况易致脑卒中，应格外注意：情绪过度兴奋时；从暖和房间突然到寒冷空间时；用力排便时；职场压力大或过度劳累时；夏天运动大量出汗时。

2. 这些患者应注意：高血压病患者应控制血压；高血脂症患者应控制血脂；糖尿病患者应控制血糖；房颤或其他心脏疾病患者，应控制心脏病的危险因素。以上患者应定期到医院复诊。

3. 养成健康的生活习惯，可预防脑卒中：清淡饮食；适度体育锻炼；纠正不良习惯，戒烟限酒，避免久坐，不熬夜；防止过度疲劳；保持情绪稳定；定期进行体检等。

总之，人们应养成健康的生活方式，定期进行脑卒中危险因素筛查，做到早发现、早诊断、早治疗，可有效防治脑卒中。

(作者供职于河南省疾病预防控制中心，为河南省健康科普专家)

## 信阳市平桥区妇幼保健院 “二甲”揭牌 开启新征程

本报讯(记者王明杰 通讯员张伟 王琦 杨非)7月7日上午，信阳市平桥区妇幼保健院举行二级甲等妇幼保健院揭牌仪式。

在揭牌仪式现场，平桥区卫生健康委党组书记、主任陈军表示，近年来，该院通过创建二级甲等妇幼保健院，在业务、质量、服务、管理等方面均有明显提升。希望该院以此为契机，继续抓好医院管理、学科建设、质量与安全管理等工作，提高综合服务能力和核心竞争力；同时，推进新院区建设，着手开展三级妇幼保健院建设，打造新的妇幼健康服务高地，以一流的服务、精湛的技术、良好的信誉为群众造福。

平桥区政府党组成员、副区长龚廷树指出，平桥区妇幼保健院应把这个殊荣作为发展的新起点，在改革中探索，在管理上

创新，在业务上求精，成为“群众放心、职工满意、政府认可”的二级甲等妇幼保健院，为保障群众健康做出贡献。

据介绍，平桥区妇幼保健院自2019年启动创建二级甲等妇幼保健院工作以来，平桥区委、区政府高度重视，在资金、政策等方面给予大力支持。平桥区妇幼保健院在创建过程中不断完善基础设施和科室功能，加强人才队伍建设和质量安全管理工作，在硬件设施、精细化管理及医疗保健技术、服务水平等方面取得了长足的进步。

2023年6月，经信阳市卫生健康委审核批准，平桥区妇幼保健院正式成为二级甲等妇幼保健院，标志着该院在做强、做大品牌的征程上迈出了重要的一步，对推动全区卫生健康事业发展起到了引领作用。

## 心灵驿站

# 睡不着，能吃安眠药吗

□赵绍锋

在日常生活中，不少人会有失眠现象，只是有的人偶尔有之，有的人却饱受折磨。因此，一觉睡到自然醒，成为很多人的追求。在诊室里，经常有失眠患者问我：“大夫，我可以吃点儿安眠药吗？”可是，也有不少患者担心安眠药有副作用而不想服用。那么，人们在睡不着时，能服用安眠药吗？如何服用才能保障身体健康呢？

人为什么会失眠？美好生活，始于安心睡眠。从生理角度来分析，睡眠受3个系统影响：分别是恒定系统、生物钟、清醒系统。如果失眠了，就是这3个系统出现了问题。

恒定系统，就好像人的饭量是有“定量”一样，吃饱了，食欲就会下降；饿了，就想吃东西。那么，睡眠也有“定量”，当你晚上失眠时，请检查是否有以下3个原因：白天是否缺乏足够的体力和脑力消耗，是否小睡过或者打盹时间过长，是否刻意提前上床睡觉或者延迟起床呢？这些行为均会造成睡眠驱动力不足，也就难以入睡。

生物钟这个概念已经老少皆知，简单来说就是让我们在固定时间睡觉，在固定时间醒来。有的人前半夜呵欠连连，熬夜到凌晨精神奕奕，难以入睡，就是生物钟的原因。而清醒系统就像我们的“警卫员”，当监测到危险、压

力时，就会使身体保持警觉，导致失眠。比如第二天要考试了，本应该好好休息，但身体检测到有压力时，往往会直接激活清醒系统，造成失眠。

目前，临床上用于治疗失眠的药物大概有以下4种：1.传统的苯巴比妥类，副作用大，对呼吸有抑制作用，目前一般不用于治疗失眠，仅用于某种特殊情况，比如癫痫；

2.苯二氮卓类，这是我们常说的安眠药，这类药物具有起效快、镇静作用强、有一定的肌松作用、副作用大等特点，甚至有成瘾性，代表药物有地西洋、氯硝西洋、劳拉西洋、奥沙西洋等；3.非苯二氮卓类镇静催眠药，就是我们通常说的Z

族，这类药物一般起效快，作用时间短，为8小时左右，没有肌松作用，成瘾性较低，代表药物有佐匹克隆、扎来普隆等；4.其他治疗失眠的药物，比如具有镇静作用的抗抑郁药物、抗精神病药物等，代表药物有曲唑酮、阿戈美拉汀、喹硫平等。

临床上常用的苯二氮卓类镇静催眠药，如果在医生指导下正确服用，既可以起到治疗失眠的作用，又能够避免风险。

医生对患者的病情及躯体情况进行充分评估，了解患者的服药史、不良嗜好等，根据病情合理选药，比如入睡困难的，可以选择起效快的药物诱导入睡；入睡时

间短的患者，可以选择作用时间稍长一些的药物；早醒的患者，可选择作用时间更长的药物；尽量做到间断服药，每周不超过5天，总用药时间不超过1个月；服药只有按时足量才有效，根据所选药物的药理特点选择合适的服用方法，比如起效快的睡前服用，起效慢的提前服用；睡眠恢复正常后，要及时做好停药准备，不可立即停药，要逐渐减少药量，避免症状反弹，可一周减少药量1/4~1/2；如果患者同时服用其他药物，要注意与其他药物的相互作用；服药期间，要注意监测肝肾功能，绝对禁酒。

(作者供职于郑州市第八人民医院)