

市中心医院举行重点学科建设任务书签署仪式

本报讯 为全面贯彻落实“人才强院”战略,加快市中心医院学科建设步伐,9月11日,市中心医院举行了重点学科建设任务书签署仪式。市中心医院院长车振勇作为医院学科建设领导小组组长,与各学科带头人逐一签订了重点学科建设任务书。

学科建设是医院实现高质量发展的核心要素。为充分发挥学科带头人在学科建设中引领示范作用,今年7月,市中心医院参照河南省

医学重点学科对学科带头人的基本要求,严格程序,公开遴选并聘任了学科带头人10名、学科负责人16名、后备学科带头人10名,为医院学科建设的高质量发展奠定了坚实基础。

此次签订重点学科建设任务书的26个学科不仅涵盖了上一轮河南省医学重点学科评审中已公示的重点学科和重点培育学科,还囊括了该院具备较大发展潜力的重点培育学科。此次任务书的签署不仅明确了各个学科的

五年发展规划,更是将学科建设任务细化分解到年度目标,更细致地规划了学科发展路径,压实了目标任务,也为学科带头人及学科负责人的绩效考核工作提供了重要依据。

在签署仪式上,车振勇表示,重点学科建设任务书的签署不仅仅是一个仪式,更是医院重点学科建设工作迈出的坚实的一步。绩效考核不是目的,只是推进学科建设的一项措施,目的是要让学科带头人真正做到明确目

标,勇担责任,切实推进学科的发展与进步,带领学科取得更大的突破与成绩。

各学科带头人纷纷表示,将牢记责任、不辱使命,以只争朝夕的勇气和担当,围绕学科建设目标,即刻整装再出发,积极推进学科建设,努力提升整体实力。久久为功,培养更多优秀人才;善作善成,在重点学科建设方面取得新突破,为医院的高质量发展作出应有的贡献。(许鑫铭)

市二院砥砺前行新档案



电子数据药物警戒系统在市二院上线

本报讯 近日,电子数据药物警戒(EPV)系统在市二院正式上线,此举更加积极推进国家药品不良反应监测哨点的建设,发挥医疗机构上报主渠道作用,利用电子诊疗数据开展药品安全性监测、评价、研究,减少和防控用药风险,保障患者和公众用药安全。

据了解,按照《国家药品不良反应监测哨点联盟规则》规定程序,国家药品不良反应监测中心认定,市二院符合监测哨点要求,并已于2020年被认定为国家药品不良反应监测哨点联盟成员。

药品不良反应监测(ADR)及上市后再评价是保障药品使用安全的重要手段。电子数据药物警戒(EPV)系统是国家开发的用于支撑国家药品不良反应监测哨点联盟(CASSA联盟)开展安全性监测、评价、研究的信息系统,通过建设国家药品不良反应监测哨点

联盟探索主动监测模式,能更好地为药品上市后的研究提供技术支持。

EPV系统软件改变了传统上报模式存在的漏报率高、报告随意性强、报告信息不完整等局限,实现了医院药品不良反应信息的主动监测、智能搜索、自动采集、内部管理、及时反馈,对增进医院ADR报告上报效率、提高ADR报告质量有重要作用,为临床合理用药与药品安全预警提供强有力的技术支持,也将为医院进一步开展药品上市后再评价研究工作奠定基础。与药品不良反应监测相比,药物警戒更加体现出药品风险管理的原则和国家对人民群众生命健康的重视,使医院不良反应监测工作进入新的信息时代,推动了医院信息化建设的进程。(刘宇豪 李君美)

技能竞赛中夺魁 市中心医院在市全科医生



本报讯 为大力推进全市卫生健康事业高质量发展,全面落实全科医生培养工作,近日,由市卫健委、市总工会主办,市中心医院承办的新乡市第三届全科医生技能竞赛在市中心医院落下帷幕。

本次竞赛共有18支代表队54名队员参加。比赛采用多站式考核方式,包括病史采集、体格检查、技能操作、辅助判读以及全科医学相关理论知识测试。重点考查参赛选手对全科医学理念的运用能力、临床思维能力、理论知识水平、临床技能掌握能力以及人文素养。经过激烈角逐,最终市中心医院参赛队勇夺团体一等奖;同时,市中心医院孙倩、高申斩获个人一等奖。(住培)

市中心医院举办住院医师规范化培训开学典礼暨拜师仪式

本报讯 近日,2023级住院医师规范化培训开学典礼暨拜师仪式在市中心医院举行,住培中心主任范文强主持典礼。

市中心医院院长助理何文龙代表医院领导班子对本院级学员的到来表示热烈欢迎,并提出了住院医师规范化培训的目标和要求,强调了培训的内容及医学伦理、医德医风的重要性,号召广大住院医师要以高度的责任心和敬业精神,以患者为中心,尊重生命,关爱患者。同时也希望学员们能够注重自身素质的提升,不断学习和探索,成为具有创新精神和实践能力的医学人才,为人民群众的健康事业贡献自己的力量。



得到了极大提高,他衷心希望学弟学妹们在未来的三年里,互相帮助、共同进步,收获全新的自己;2023级新学员代表张迪表态,在未来三年的规培时光中,认真完成住院医师规范化培训的学习任务,掌握各项临床操作技能,完善跨学科诊疗思维,提高自身能力,为成为一名合格的临床医生打下坚实基础。

随后,举行了住培学员拜师仪式,14名住培学员代表依次向导师敬茶,并与导师合影留念,一对对师徒将结伴走过未来三年,教学相长,共同进步。

会议最后,何文龙带领全体住培医师进行了《中医师誓言》宣誓(如图)。(邓璐 都雯琪/文 王鹏宇/图)

市二院心血管内科一病区为胸闷患者开通血管

本报讯 近日,市二院心血管内科一病区成功为一位冠脉慢性闭塞患者开通血管。

患者以“胸闷伴血压升高3小时”为主诉,到市二院找到内科一病区主任高鹏,称自己3年前因心绞痛曾做过冠脉造影术,但未将血管开通。高鹏查看其当年影像得知,患者右冠近段慢性闭塞,隐约能看到一丝血流。

经过完善各项检查,高鹏在医生寇广亚和梁伟以及导管室人员的密切配合下,通过多根导丝交换,反复尝试,不到一小时,成功为患者开通血管,并植入两枚支架。术后患者血流III级,无不适,无并发症,达到治疗预期。

木后患者激动地说:“在动手术的过程中我是完全清醒的,他们在讲话沟通,还问我有没有什么样的反应,疼不疼,我都知道。每一个流程都很顺利,让我感受到医护人员有一套很规范、很熟练、很完整的流程。”

据高鹏介绍,心脏是人体最重要的器官,是维持机体运作的发动机,而冠状动脉又是往心脏供血的血管,相当于往发动机供油的油管,地位举足轻重,一旦发生堵塞或者严重狭窄,就会引起心绞痛发作,导致心肌梗死甚至猝死。(陈楠楠)

如何促进痔疮患者术后恢复

痔疮属于肛肠科最常见的一种疾病,在保守治疗无效果时,需要及时手术治疗。由于肛周组织结构较为复杂,且神经末梢较为丰富,功能特殊,术后易出现水肿、渗血等现象,影响手术创面的愈合,并引发剧烈的疼痛感。目前,临床为了提高痔疮患者术后恢复效果,采取了一系列临床干预措施,但多数患者由于痔疮术后对恢复措施不了解,易出现多种应激反应,从而影响术后恢复。那么如何促进痔疮术后恢复呢?

1.采用麝香痔疮栓治疗
痔疮术后,先用高锰酸钾溶液进行坐浴20分钟。之后在肛门内塞入麝香痔疮栓,每天两次。在此治疗前,需先尽量排空大便。

2.痔疮术后中医疗法
中医认为,痔疮术后因湿热滞留,气滞血瘀,故需以清热泻火、退热止痛为主。取长强、会阴、飞扬、秩边、次髎等穴位,针刺得气后,留针半小时,行泻法,每天一次。

中药材具有清热燥湿、活血祛瘀的作用,而中药熏洗坐浴,可以缓解肛门,彻底化解淤积、郁结与湿阻,从而改善代谢循环,实现止痛的作用。

3.特定电磁波用于痔疮术后的恢复
可以内外共同加热,使病变组织均匀受热,有效改善局部血液循环,减轻局部结缔与肌肉的组织张力,从而提高疼痛耐受度与局部免疫力,提高抑菌作用的同时减轻局部炎症反应,消除或缓解肛周疼痛,实现疏通经络、活血化瘀、止痛消肿的作用。

4.促进痔疮患者术后恢复的护理干预
在痔疮手术围术期中,开展有效的护理措施,对辅助提高治疗效果具有重要作用。护理人员做好术前健康教育,缓解患者负面情绪与不良心理,指导排尿、排便训练,根据患者实际情况,开展个性化的护理服务;术后,及时提醒患者在排便

功能没有恢复前,需控制好饮水量,预防膀胱过度充盈而引发尿潴留。及时向患者讲解术后4小时可适当饮水,饮水量不可超过300ml左右。术后6小时~8小时,叮嘱患者进食少量的流质食物。术后第二天,改变为半流质食物,之后逐渐过度至普通食物为主。多食用清洁、易消化的食物、新鲜的水果与蔬菜,禁止食用刺激性食物。在排便恢复后,多饮水,预防便秘。术后患者均出现疼痛症状,护理人员可采用播放音乐的方式,转移患者注意力,缓解疼痛感。还可采用按摩小腹、热敷小腹的方式,缓解疼痛症状,如有必要,遵医嘱应用止痛药物进行治疗。术后2小时~4小时,护理人员应鼓励患者进行自主排尿,对出现排尿困难的患者,遵医嘱进行穴位按摩或是耳穴埋籽、针刺刺激中医疗法治疗,促进排尿功能的恢复。(新乡市中心医院 李荣先)

防止蚊虫叮咬远离疟疾

疟疾俗称“打摆子、冷热病”,是由蚊子(雌性按蚊)叮咬而传播的一种传染病。感染人体的疟原虫有四种:间日疟原虫、恶性疟原虫、三日疟原虫和卵形疟原虫。我国主要是间日疟原虫和恶性疟原虫,其他两种较为少见。

一、传播途径
疟疾主要通过蚊媒传播,也可由母体在分娩时传给胎儿,造成先天性疟疾;另外,疟疾可经输血传播。

二、典型表现
疟疾是以周期性发冷、发热、出汗等症状和贫血、脾大等体征为特点的疾病。我国输入性疟疾病例多为恶性疟,如不及时治疗,很容易发展成重症疟疾,严重者会出现脑型疟、多器官衰竭等病症,甚至导致死亡。

三、如何预防
防止蚊虫叮咬,尽量避免在蚊虫活动高峰期(黄昏和夜晚)到野外活动。户外活动时,要穿长袖衣服和长

裤,皮肤暴露处可涂抹驱避剂,使用蚊帐,房屋安装纱门纱窗,室内喷洒杀虫剂或点蚊香。

四、什么时候需要查疟疾
近2年去过国外疟疾流行地区(如非洲、东南亚等),曾被蚊子叮咬;近2周内有输血史或者有疟疾既往发病史;出现不明原因发热、发冷等类似感冒的症状。

五、特别注意
非洲、东南亚和中南美洲疟疾流行较为严重。到这些地区旅行或务工时,应当减少夜间活动,做好个人防护,如出现发冷、发热、出汗等症状,请及时就医,并告知旅居史。(李冰冰)



微创介入治疗子宫肌瘤那些事儿

子宫肌瘤是女性生殖系统最常见的良性肿瘤,在育龄期妇女中发生率可高达30%~50%。针对这一疾病,常规的处理方法包括肌瘤剔除或子宫切除术,但切除子宫,对于女性朋友造成的伤害极大,因此近年来,介入治疗子宫肌瘤疾病就成了为很多女性患者特别是育龄期患者的优先选择的治疗方法。

介入治疗子宫肌瘤有哪些优点?

1.创伤小、风险低、无疤痕。介入治疗仅需在大腿根部穿刺股动脉,然后使用1.5mm的导管对子宫动脉进行超选择性栓塞,治疗后仅留下约1mm~2mm小切口,术后没有瘢痕,对于美容要求高的患者更合适。

2.可以保留子宫,保留生育能力。由于介入治疗的原理是将子宫动脉栓塞,导致肌瘤迅速坏死萎缩,而正常子宫由于对缺氧的耐受性好而不发生坏死,会逐渐恢复供血。因此对于想要保留子宫和生育能力的女性,子宫肌瘤栓塞治疗是一个理想选择。

3.对多发性肌瘤的治疗效果更好。一些患者的肌瘤可多达数十个甚至数十个,这种患者若不切除子宫,手术治愈的可能性是很小的。介入治疗无论肌瘤有多少,只要导管插管到位,栓塞剂栓塞到位,对所有肌瘤都有效。因此对多发性肌瘤有更大优势。

4.痛苦小。子宫动脉导管和微导管的使用,使子宫动脉超选更为简单且到位,栓塞剂也改为刺激性更小的栓塞剂,并且术前术后常规服用镇痛药物,因此很少碰到疼痛明显的患者。其痛苦小于手术治疗,也小于激光、微波、射频等其他微创治疗手段。

目前子宫肌瘤的介入治疗已经成为主流的治疗手段,对于部分恐惧手术的患者,介入治疗无疑是一个最佳选择。(新乡市中心医院介入治疗科 刘全展)

心力衰竭知多少

心脏就像是一个“水泵”,不停地以5—6升/分的速度把血液输送到全身,为全身各器官输送氧气和营养物质,同时代谢废物。当心脏的结构或功能出现异常时,会导致心脏“回血”或向全身“泵血”的能力受损,使心脏不能提供人体正常生命活动需要的能量和动力,从而出现呼吸困难、疲乏无力、水肿等一系列症状,这就是我们常说的心力衰竭,简称“心衰”。

一、心力衰竭的分类
心衰分为左心衰、右心衰、全心衰。按照起病紧急等还可分为急性心衰和慢性心衰。

二、心衰的常见症状
1.自感体力疲惫,活动时浑身无力,气喘吁吁、大汗淋漓想休息。劳累或情绪激动时呼吸困难、不能平躺、特别疲惫乏力等。

2.血压下降,心率加快,面色苍白,皮肤湿冷,烦躁不安。有心血管疾病史的患者,如高血压、糖尿病、冠心病、风湿性心脏病或以往体检发现心电图或心脏彩超异常的患者,如出现上述情况,应及早到正规医院就医。

3.鞋子变得不合脚。如发现自己的双脚胖了一圈、鞋子突然不合脚、难以入睡,睡觉时又增加了枕头、经常止不住的咳嗽等。

此外,心衰患者还会出现焦虑、颈静脉怒张、心律失常、脉弱、皮肤冰冷、皮肤苍白等常见症状。

三、心衰患者的自我管理
按时服药是控制心力衰竭最重要的手段,可以减少住院和死亡的风险,同时可减轻或消除症状,改善生活质量。心衰患者除了按时服药外更应该知晓心衰加重时的症状,同时做好血压、心率、体重和尿量的监测。

四、如何识别急性心衰
有以下情形,提示心衰可能是急性加重或恶化,应尽早来医院就诊:
1.呼吸加重困难,夜间有憋醒、难以入睡入睡,夜间咳嗽明显;
2.疲乏力加重,活动耐力明显下降,轻微活动即感不适;
3.心率波动,静息心率增加≥15次/分或持续的心跳加速(>100次/分)或心动过缓(<50次/分);
4.血压波动,血压较平时显著偏高(>160/100mmHg)或偏低(<90/60mmHg);
5.水肿(尤其下肢)再现或加重;
6.体重迅速增加(3天内增加2千克以上);
7.尿量显著减少或24小时尿量<500ml;
8.食欲不振或恶心。(新乡市第一人民医院全科医学科 宋瑞芳)

如何拥有健康睡眠

现在人们熬夜成为流行的“社会病”,失眠困扰着许多人的生活。据睡眠研究会调查,我国超3亿人睡眠问题。长期失眠不仅影响精神状态,使人体免疫力下降,诱发肥胖,加速衰老,还会增加各种疾病的患病率。

失眠治疗指南推荐首选认知行为治疗,通过纠正错误认识,调整睡眠节律,增加睡眠动力、放松身心,建立良好的睡眠行为来解决失眠问题。

以下方法能帮助您建立良好的睡眠行为:午睡不超过半小时,以免影响夜间睡眠;午餐后不喝咖啡和茶,晚餐不过饱,在睡前2小时完成,禁烟酒;坚持适度有氧锻炼,不迟于睡

前3小时;创造安静舒适的睡眠环境,温度适中或稍冷;睡前喝牛奶、泡脚,不在床上做和睡眠无关的事情,如读书、玩手机,建立床和睡眠的条件反射;晚10点半定时上床,20分钟还无法入睡时离开卧室,看书、听助眠音乐、做放松训练,直到有睡意再睡觉;无论晚上睡了多久,每天都定时起床,使身体获得恒定的睡眠节律。

只要您保持正确的睡眠习惯2周~3周,睡眠质量就会有明显改善,长期坚持下来就会拥有良好的睡眠。(新乡市第一人民医院神经内科 郭丽娟)

卫生健康科普园地