



# 中国援助厄立特里亚医疗队凯旋

省卫健委有关负责人和市卫健委、市中心医院领导等到机场迎接



有关领导和援厄医疗队合影

本报讯 5月23日,市中心医院作为第16批援助厄立特里亚医疗队组长单位,在组长朱振军的带领下,该院队员周大凯、王玉莉、李鑫、李锋、王尧、李鑫龙、李明振以及其他兄弟医院的队员,在万里之外的非洲大陆医疗援助13个月之后,又踏上了祖国的土地(如图)。

飞机还未降落,河南省卫健委合作交流处处长孔芳,市卫健委副主任张均、人事科科长徐慧,市中心医院领导李继芬、谢伟,相关职能科室负责人

及部分队员家属就等候在了接机口。

当援厄医疗队队员们神采奕奕地走出接机口时,现场掌声雷动,热烈的握手、亲切的问候,诉说着无尽的敬意和思念。

在厄立特里亚医疗援助期间,医疗队员发扬“不畏艰苦、甘于奉献、救死扶伤、大爱无疆”的中国医疗队精神,面对当地医疗资源匮乏和医疗物资短缺的现状,援厄医疗队迎难而上,完成诊治门、急诊患者10935人次;中医针灸理疗20690人次;麻醉、

手术4421台次;磁共振、彩超、放射诊断25380人次;带教1745人次;为在厄中资企业同胞提供医疗服务近千人次。

13个月的援厄时光,医疗队员们不仅专注于日常的看病问诊,还将“传帮带”作为医疗队工作的重要内容之一。每收治一个患者,队员们都会和当地医护人员研究制订治疗方案,并结合自己的专业技术优势,加强了脊柱外科、泌尿外科、麻醉等专业的定向重点支持,制作适合当地医

生的教学课件,定期开展学术交流活动。

其间,援厄医疗队在朱振军的带领下圆满完成了苏丹撤侨任务,并收到了我国驻厄大使馆的感谢信以及河南省卫健委的表扬文件;去年儿童节时,医疗队还与中国驻厄大使馆工作人员一同前往阿斯马拉孤儿院,圆满完成“中非携手暖童心”活动;在一次巡诊回驻地途中,医疗队员们看到一起严重车祸,立即对受伤人员抢救,并帮助他们进行后续治疗,受救人员均转危为安。医疗队大爱无疆的精神不仅收获了广泛赞誉,更树立了祖国的光辉形象。

市中心医院党委书记李继芬在迎接仪式上说:“医疗队中的每一位队员都是一颗闪亮的明星,是中厄友谊和团结的使者。他们勇敢无畏的努力、无私奉献的精神值得我们每一个人学习。”

简短而温馨的迎接仪式后,该院援厄医疗队后方一对一服务小组,将每一位援厄医疗队员和家属都安全送回家中。

援厄医疗队员用实际行动在异国他乡守护当地群众身体健康,用精湛的医术赢得当地医生的认可,用高尚的医德赢得了当地人民的尊敬,用不懈的坚守践行了医者的使命。

(李炳文/文 王鹏宇/图)

## 市中心医院迎接国家二级癫痫中心评审

评审专家组对该院癫痫中心工作予以充分肯定

本报讯 5月25日,市中心医院经过两年多的积极筹备,终于迎来了中国抗癫痫协会(CAAE)癫痫中心评审专家组现场评审环节。

2022年4月,市中心医院开始国家级癫痫中心的筹建工作,该中心从零到有,逐步完善,经过不懈的努力与付出,2024年4月通过初评,遂启动了国家二级癫痫中心评审工作。

癫痫中心是癫痫疾病诊疗的一站式和多学科协作模式,通过合理配置资源,优化诊疗流程,能够达到医疗效果和服务的最大化目标。市中心医院癫痫中心以神经内科为依托,联合儿科、神经外科、神经重症、康复医学科、

医学影像、神经电生理等多个学科共同参与开设癫痫专病门诊、癫痫病房、脑电图室、神经电生理检查等,力求癫痫治疗科学化、规范化。

此次评审由河南省抗癫痫协会会长高丽教授、秘书长马冬菊、郑大一附院连亚军教授、河南省人民医院韩雄教授、河南省儿童医院陈国洪教授担任评委专家。市中心医院领导车振勇、何文龙以及癫痫中心所属科室相关人员、职能部门负责人参加现场评审。

会议上,市中心医院院长、癫痫中心负责人车振勇发表讲话并介绍了该院的基本情况,院长助理、医院癫痫中

心内科负责人何文龙从癫痫中心基本情况、人员构成、基础设备情况、诊疗情况、管理与科学建设情况以及年轻医师培养、学科未来发展规划等方面对癫痫中心的建设工作进行了汇报。

汇报结束后,评审专家组现场查阅评审资料,并对该院癫痫中心基本情况、人员架构、基础设施、MDT诊疗学科建设等方面内容进行现场提问。随后,评审专家组一行对该院癫痫中心门诊设置、神经内科四、儿科一、康复医学科一、神经重症病房及脑电图硬件设施、神经电生理室、磁共振室等场所进行了实地查看。

评审专家组在经过封闭式讨论

后,对市中心医院癫痫中心工作予以充分肯定,并对癫痫中心的持续改进和未来发展给予了具体指导建议和建议。同时,专家组充分肯定了该院对创建国家二级癫痫中心的重视程度,以及创建工作措施和创建工作成效。

车振勇在总结发言中表示,市中心医院将加大对癫痫中心的投入与支持,进一步加强学科团队建设和学科协作发展,推动癫痫中心人才培养,做好癫痫的临床诊疗工作,推动癫痫相关科的高品质发展,以规范化、专业化的诊疗为癫痫患者提供优质高效的服务。

(岳琳 吴强)

## 市中心血站开展民法典宣传活动



本报讯 今年5月是第4个“民法典宣传月”。为进一步加强居民对民法典的认知,促进全民法治建设,5月24日,市中心血站联合锦绣社区新时代文明实践站共同开展“法治进社区‘典’亮新生活”民法典宣传活动(如图)。

活动中,市中心血站志愿者们锦绣社区院内设立法治宣传咨询台,向社区群众发放《民法典》宣传册,发放印有《民法典》宣传语的手提袋,讲解《民法典》中与大家的生活、生产、就医等息息相关的法律法规知识。

(刘小华 郑璐文/图)

## 你对半月板了解多少

半月板是膝关节内的一对软骨结构,分为内侧和外侧,在小腿和大腿骨中间形成了一个缓冲带,呈月牙形。它的主要作用是稳定膝关节和缓冲腿部运动带来的冲击力。如果半月板损伤或失去了半月板保护,膝关节将承受过多的压力,甚至可能导致关节炎等疾病。

半月板损伤的常见症状包括膝关节疼痛、肿胀、活动受限、关节弹响等。对于轻度的半月板损伤,一般采用保守治疗,包括休息、冰敷、药物治疗、物理治疗等,可以帮助缓解疼痛和炎症,促进损伤的愈合。对于严重的半月板损伤,需要进行手术治疗,包括关节镜下半月板修整术、半月板缝合术、半月板移植术

等。手术可以有效地修复损伤的半月板,恢复膝关节的稳定性和功能。

除了治疗方法,半月板损伤的康复也非常重要。常见的康复训练方法有:

1.肌肉强化训练:通过肌肉强化训练,可以增强膝关节周围的肌肉力量,提高膝关节的稳定性,减少再次损伤的风险。

2.平衡训练:平衡训练可以帮助恢复膝关节的平衡感和协调性,防止因为半月板损伤导致的步态异常。

3.灵活性训练:通过灵活性训练,可以增加膝关节的活动范围,缓解膝关节的疼痛和僵硬感。

症状评估:通过询问患者的症状,如疼痛、肿胀、活动受限等,来评估损伤的严重程度。

体征检查:医生会进行膝关节的体征检查,如麦氏征、抽屈征等,来判断半月板的损伤情况。

影像学检查:通过X光、MRI等影像学检查,可以更准确地评估半月板的损伤程度。

总的来说,半月板损伤早期诊断和治疗非常重要,在康复过程中,患者需要积极配合医生的指导,进行科学的康复训练。只有这样,才能更快、更好地恢复膝关节的功能,避免再次损伤。

(河南省荣军医院康复医学科 田艳敏)

## 市二院砥砺前行新档案



## 市二院科普宣教团队走进凤泉区 开展“千人百场”健康科普走基层活动

本报讯 近日,按照市卫健委相关部署要求,第二人民医院(以下简称市二院)抽调相关专业医疗科普专家及医联体办公室、科教科等相关职能部门人员组成科普宣教团队,走进凤泉区路王坟乡开展“千人百场”健康科普走基层活动。

活动现场,市二院普通外科二病区主任、科教科负责人李广丽与到场的群众进行了互动交流,她简要介绍了医院的基本情况、特色专科及此次来到现场的科普专家。

皮肤科主治医师张华以《这些不良习惯,你有吗?》为题,为村民讲解了日常生活中各种不健康的生活习惯,为大家普及了健康科学的生活理念和方式。

活动当日恰逢世界高血压日,神经内科一病区主治医师春小东以《家庭自测血压——高血

压病人自我管理第一步》为村民讲解了高血压病的危害与预防、居家自测血压的正确方式,并现场进行了操作示范。

“生命速递 健康中国”科普志愿者团队成员、骨科二病区主管护士周梦弟与护师赵帆,分别为现场的村民进行了海姆立克急救法培训、心肺复苏技能培训。她们的详细讲解和现场模型人操作示范,提高了村民在日常生活中的安全防范意识,也提升了他们应对突发状况的自救与救人能力,受到了现场群众的一致认可。

近年来,市二院通过持续开展“千人百场”健康科普走基层活动,不断推动优质医疗资源下沉,为基层群众带去了丰富的健康科普知识,促进了群众健康素养水平的整体提升,为健康新乡建设奉献着二院人的一分力量。

(朱炯楷)

## 市二院多科协作 以微创技术切除患者胃底胃壁肿瘤

本报讯 近日,第二人民医院(以下简称市二院)消化内科、内镜中心和麻醉科密切协作,以微创技术为一位患者切除了胃底胃壁上的肿瘤。

在医学领域,技术的不断创新与突破,为人类的救死扶伤事业带来了无限可能。其中,内镜下全层切除术便是一项令人瞩目的新技术,它以独特的优势,为消化道管壁肿瘤的切除提供了全新的解决方案。

市二院收治的一位老年男性患者,其胃底胃壁上有一个肿瘤,时刻威胁着他的生命健康。经过充分的术前准备和讨论,医生们决定采用内镜下全层切除术来切除肿瘤。

手术在胃镜室进行,患者接受插管麻醉后,安静地躺在手术台上。消化内科、内镜中心和麻醉科的医生们紧密协作,共同为这场手术保驾护航。内镜中心的医生熟练地操作着胃镜,将镜头深入到患者的胃底,清晰地捕捉

到了肿瘤的位置和形态。

肿瘤呈葫芦形,大小约为30x25mm。它的一端紧紧贴在胃腔内的黏膜下,另一端则膨大穿过胃壁,深入到胃底后方的腹腔内。这样的位置和形态,使得肿瘤的切除变得异常复杂和困难。医生们凭借着丰富的经验和精湛的技术,开始了这场精细的手术。

手术过程中,医生们通过胃镜将特殊的器械送入患者的胃内,小心翼翼地剥离肿瘤与周围组织的粘连。他们一边观察着胃镜传来的实时画面,一边精准地操作着器械,确保每一步都准确无误。经过近40分钟的紧张操作,肿瘤终于被完整地切除下来。

此次手术的成功,为患者带来了新的希望,同时医生们成功地突破了传统手术的局限,为消化道管壁肿瘤的切除开辟了新的途径。这一技术的广泛应用,能最大程度地保留患者的消化道功能,提高患者生活质量。

(张栓龙)

## 市第一人民医院呼吸健康月之 吸烟有害健康

今年5月31日是第37个“世界无烟日”,主题是“烟草和心脏疾病”。选择5月31日作为世界无烟日是因为次日是国际儿童节,希望儿童免受烟草危害。烟草燃烧的烟雾中含有4000多种化学物质,其中400多种具有毒性,超过50种能致癌。主要的有毒物质有:尼古丁、焦油、一氧化碳、放射性物质、氰化氢等。

公众对吸烟的危害认识不足,对二手烟的危害存在认识误区。世界前8位致死疾病中有6种疾病(缺血性心脏病、脑血管病、下呼吸道感染、慢阻肺、肺结核和肺癌)与吸烟有关。同时,吸烟可导致多种恶性肿瘤的发病风险急剧增加,如:肺癌、口腔癌、咽喉癌、前列腺癌。相关研究表明,二手烟暴露同样可使成人及儿童罹患多种疾病,可增加成人罹患以上疾病的风险,增加妇女不孕、流产的风险,危害儿童生长发育的各个阶段。胎儿期母亲吸烟或二手烟暴露亦可导致婴幼儿患支气管炎、中耳炎、哮喘等疾病的风险,影响儿童肺发育。

如何快速戒烟:戒烟从此刻开始,完全戒烟或逐渐减少吸烟的次数;丢掉所有的香烟、打火机、烟灰缸;避免参与吸烟多的活动;养成餐后喝水、散步的习惯,摆脱饭后一支烟的想法;常常告诫自己,提醒自己再吸一支烟会导致戒烟计划前功尽弃。

如何应对吸烟渴望:做其他事情分散注意力;深呼吸,做3—5次缓慢的深呼吸放松身心;小口喝水、少量多次进食低能量食物及饮料转移注意力。

拒绝烟草,珍爱生命。让我们携起手来,共同捍卫我们的健康防线。

(新乡市第一人民医院呼吸与危重症医学三科 副主任医师 宋亚茹)

## 卫生健康科普园地

## 健康长垣建设经验跻身全国二十强

本报讯 近日,全国健康县(市、区)建设典型经验公布,浓缩健康长垣建设经验的《中国厨师之乡的健康实践》跻身全国20强。

国家卫生健康委员会办公厅、全国爱国卫生运动委员会办公室通报了2023年度全国健康县(市、区)健康建设经验入选优秀案例和典型经验评审结果,全国81个县(市、区)健康建设经验入选优秀案例行列,20个县(市、区)健康建设经验入围典型经验行列,长垣市的《中国厨师之乡的健康实践》连登两榜。

本次典型经验评审活动,展现了全国各地在加强健康组织管理、完善健康政策、建设健康环境、构建健康社会、优化健康服务、倡导健康文化等方面的积极探索和有效做法。国家组织专家对推荐优秀案例进行多轮审核,在全国筛选出20个健康县(市、区)建设的典型经验,长垣市名列其中。

长垣市典型经验主要包括以下三个方面:第一,构建健康规划、健康生态、健康保障、健康内涵、健康素养、健康智能“六位一体”的健康县(市、区)发展理念,将健康理念纳入市委理论中心组学习,成立专家咨询委员会,推动建设工作高质量发展。

第二,依托中国烹饪文化博物馆、河南鸵鸟医学史博物馆、长垣市体育馆等一批标志性场馆,宣传全民健康理念,普及健康知识,倡导健康文化。

第三,以城市基层治理改革为切入点,依托“智慧城市”建设,通过推行数字城管、实施智能水务,打造智慧化体育场馆和创新智慧医疗等举措,提高城市健康治理水平。

长垣市将健康长垣建设卓有成效的做法浓缩成经验材料《中国厨师之乡的健康实践》。有厚积才有薄发。健康长垣建设经验——《中国厨师之乡的健康实践》,借助国家级的全国健康县(市、区)建设典型经验评审,使长垣经验名扬全国。(刘萍)