

共襄医道同筑梦 医海扬帆谱新篇

市中心医院举行医师节系列庆祝活动



本报讯 为迎接医师节这个庄重的日子,市中心医院举行了系列庆祝活动。今年8月19日是第七个中国医师节,今年的节日主题是“崇尚人文精神,彰显医者仁心”。

市中心医院围绕今年医师节主题开展的系列活动,站位高,接地气,惠及民生。

活动一:庆典表彰,科技硕果耀杏林。

8月19日,市中心医院举行了庆祝2024年医师节暨科技表彰大会。

市中心医院院长车振勇在会上发表讲话。他说,医师节表彰大会不仅是对医师们辛勤耕耘的认可,更是对医者崇高精神的传承与颂扬。未来的医疗征程,虽充满挑战,但我们仍需秉持医者仁心,以救死扶伤为己任,不断精进医术,强化团队协作,提升服务质量,以满腔热忱和精湛医术,竭诚为患者服务,为健康事业作出贡献。

随后,市中心医院党委书记李继芬宣读《新乡市中心医院关于2023—2024年度科技成果期刊论文科研立项专利技术奖励的决定》;科技表彰与国药优秀医师颁奖仪式依次展开,彰显了该院在医学研究与临床实践中的辉煌成就。

值得一提的是,市中心医院专科建设成果斐然,神经内科、心血管内科、肿瘤科进入河南省临床重点专科之列,且该院已经顺利通过河南省三级创伤中心认证,卒中中心、胸痛中心、创伤中心三大中心并立,为市民健康筑起坚实屏障。

活动二:深情慰问,心系医师暖人心。

为表达对临床、医技科室一线医师的深切关怀与崇高敬意,医院领导深入科室,为医师们送上节日的温暖与祝福(如图),并送上节日礼品。一句问候,一声祝福,不仅传递了医院对医师们辛勤工作的认可与感谢,更增强了团队凝聚力,激发了医师们爱岗敬业、服务患者的热情与决心。

活动三:义诊大爱,医者仁心惠四方。

为方便患者就医,送健康于群众,市中心医院分别在院内和院外进行了义诊活动。8月12日至16日,东院区 and 老院区同时开展义诊宣传活动,惠及众多患者。自8月起,市中心医院便派遣专家医师170余人次,赴基层进行医师节义诊宣传活动,累计服务群众千余人,彰显医者大爱无疆精神。

在未来的日子里,市中心医院将继续携手前行,以更加饱满的热情和更加卓越的医术,书写救死扶伤的新篇章,共筑人类健康的伟大梦想。(中心文/图)

市二院砥砺奋进新档案



市二院表彰“最美医师”等医师楷模



本报讯 8月19日,新乡市第二人民医院(以下简称市二院)举办了医师节颁奖活动(如图)。市二院院长王志方,副院长崔永健、狄文霞、闫吉霞、常红娟,总会计师梁璇,院长助理涂博出席活动。

王志方代表医院领导班子向日夜坚守在医疗岗位上的全体医师致以节日的慰问和崇高的敬意。他特别提到,医院将更加注重对那些埋头做事、清正自守、坚守原则的同志的培养与选拔,为他们搭建干事创业的平台,确保“老实人不吃亏”。

中表现突出的医师进行了表彰,分别向他们授予“最美医师”“医德医风先进个人”“优秀青年医师”“创新标兵”“优秀科主任”“领军人物”及“国药优秀医师”荣誉称号。

王志方号召全体医师以更加自信的姿态、更加饱满的精神、更加奋发的干劲投入救死扶伤事业中。他强调,作为新时代的医者,我们要自觉担负起党和人民赋予的时代重任,为推动医院高质量发展,推进新时代卫生健康事业高质量发展,作出新的更大的贡献。(党办文/图)

下基层为村民义诊

新乡肌肉筋膜医学专业委员会

本报讯 河南省中医药研究促进会“两难”慢性疼痛医疗帮扶工程首站大型义诊活动,于8月19日在凤泉区王岗乡卫生院举行启动仪式。从8月19日~31日,由新乡肌肉筋膜医学专业委员会具体实施,为王岗乡符合条件的村民免费治疗难治性慢性疼痛。

该大型公益义诊采用了新乡市第一人民医院的一项传统中医非物质文化遗产项目——压敏灸技术,为难治性疼痛患者进行治疗。据压敏灸传承人李红义介绍,压敏灸技术在治疗难治性、慢性疼痛领域具有优势,能够为患者解除痛苦。

活动在王岗乡共筛选出符合条件的患者60余人。预计投入10万元治疗费用,以解除他们饱受慢性疼痛折磨、四处求医难愈之苦。

此次义诊活动有基层医务人员中的十名压敏灸爱好者作为“红马甲”志愿者参加。“红马甲”志愿者在义诊献爱心的同时,也可以感受压敏灸技术的魅力,甚至学到一项治疗患者疼痛的方法。(李振根)

处暑养生重“三防” 衣食住行保健康

处暑是二十四节气里的第十四个节气,秋季的第二个节气,也是反映气温变化的一个节气。

一、处暑时节怎么养生?我们需要注意哪些事项呢?

1.防秋乏。出伏之后一直到处暑节气,是天气由热转凉的交替时期,自然界的阳气由疏泄趋向收敛,人体内阴阳之气的盛衰也随之转换,且经过昼长夜短炎热的盛夏,很多人都有睡眠不足的现象,尤其是老年人。因此我们要及时调整作息规律,减少晚睡。午睡也是处暑时节的养生之道,有利于缓解秋乏。

2.防秋燥。处暑时节,气候逐渐干燥,燥邪易灼伤肺津,此时饮食宜多食用具有养阴润肺作用的食物,防止燥邪伤害人体阴液。

3.防霉菌。处暑以后,气温下降,雨水增多,给霉菌创造了适宜的繁殖条件。三伏天时,空调大开,室内通风次数少,容易滋生微生物。因此处暑以后,应经常开窗使空气流动。

二、处暑时节,如何防病保健呢?

1.衣:适时增减。处暑时节,天气刚刚转凉,但暑气尚未完全消散,可适当“秋冻”

以激发人体防御机能。一般着装以感到凉爽,不觉寒冷为准,要注意脐部保暖,女性不穿或少穿露脐装。处暑时节气温不稳定,白天仍旧高温,入夜后转凉,昼夜温差大,因此要随温度变化增减衣物。

2.食:滋阴润肺。处暑时节,气候干燥,饮食上宜多食具有滋阴润燥、收敛肺气作用的食物,如银耳、玉米、百合、莲子等食物;同时要少食花椒、辣椒、大料、桂皮之类辛辣燥热食物。适量增加优质蛋白质的摄入,如鸡蛋、瘦肉、鱼及豆制品等。多吃水果、多喝水有利于提神醒脑,多吃富含维生素的蔬菜和水果,如西红柿、葡萄、土豆、梨,有生润燥、清热通便的功效,对改善燥气具有不错功效。

3.住:早睡早起。处暑以后,夜间气温较低,甚至有凉意,应在晚上10点前入睡,并保证早睡早起,防止上班、上学犯困。“早卧”可调养人体中的阳气,“早起”可使肺气得以舒展,防止收敛太多。具体来说,每个人应比平时增加一个小时睡眠为好。如果白天觉得困倦,中午仍可延续夏季的午睡习惯,以半小时到一个小时为宜。睡觉应关好门窗,用薄被覆盖腹部,防止夜间凉气使脾胃受凉。

4.行:适度锻炼。处暑以后,根据自己的体质,早晚可进行适当运动锻炼,如慢跑、登山、郊游等户外运动,但运动不要过于激烈,做好准备活动,避免损伤。锻炼的项目以慢跑、体操、打拳、散步为宜,避免锻炼强度过大,伤到阳气。

伸懒腰也可缓解秋乏,特别是下午,工作学习时间长了,感到特别疲乏,这时候伸个懒腰,马上就会全身舒展。处暑养生应重点防秋乏、秋燥、霉菌,可从饮食着手调理,加之健康的睡眠习惯,辅之以适度的运动,适时添衣,可收获不错的养生效果。(卫健)

卫生健康科普园地

食疗养生(二) ——食疗养生法则

一、因时选食性 对于食疗养生应与时令季节相结合的论述,最早见于《素问·六元正纪大论》,“用寒远寒,用凉远凉,用温远温,用热远热,食宜同法,有假者反常,反是者病,所谓时也”。指出用寒凉的药物和食物要远离寒冷的季节,用温热的药物和食物要远离温热的季节,反之就会引起疾病。

二、因时择食类 春为万物生发的季节,自然界阳气萌动,饮食要以帮助阳气升发为原则,适当吃些葱、姜、蒜、韭、芥等温性食品,少吃冬瓜、绿豆芽等寒性食品。

夏季暑热多雨,饮食应以甘寒清淡少油为宜,如绿豆汤、西瓜等,但切忌过食生冷。依据夏季高温湿盛的特点,饮食又要重视健脾、消暑、化湿,多吃苡米、绿豆、豆腐、藕、南瓜、苦瓜之类食物,少吃甜、油腻助湿之品。

秋季气候清凉而干燥,宜多吃一些生津养液、清肺降气、润燥止渴之品为宜,可选用芝麻、核桃、梨、枣、菊花、银耳等具有滋润性的食物,少食辛辣发散之品。

冬季是一年当中阳气最虚、阴气最盛的季节,人体与自然界相应,饮食也要以补阳为主,应吃性温热的食物,如羊肉、甲鱼、鸽、鹌鹑、海参、枸杞、韭菜、桂圆肉、枣、山药、核桃、板栗、松子、花生、葵花子等。(胡怀月)



新乡市中心医院“一专一品”护理优质服务项目系列报道之二

患者手术前后忧 护理升级乐驱愁

——记新乡市中心医院泌尿外科学科护理品牌“舒畅家园”

□ 刘萍 李炳 李振根 文/图

新乡市中心医院泌尿外科学科的护理团队德艺双馨,不仅针对患者手术前后的忧愁有破解之法,而且从2023年起,还将护理工作打造成了“舒畅家园”品牌,进一步解除了患者手术前后的恐惧和忧愁,缩减了患者痛苦的时间,加快了患者的康复。

品牌: 闻名遐迩, 服务升级

新乡市中心医院泌尿外科学科有3个病区、1个碎石中心,病床150张,医疗设备齐全、技术力量雄厚、专业人才结构合理,是集医疗、教学、科研于一体的泌尿外科团队。

该学科是中国泌尿系结石联盟河南中心豫北基地、新乡市泌尿疾病研究所和河南省优质护理服务示范病房,以泌尿微创技术为特色,以精准医疗为核心。

百尺竿头更进一步。新乡市中心医院泌尿外科学科始终以“一专一品”为核心理念,致力于打造专业、精细、独具特色的“舒畅家园”护理服务品牌,为患者的健康保驾护航。

“舒畅家园”这一服务品牌,旨在促进科室服务的特色化、专业化快速发展;旨在创新服务举措,做实基础服务,做精专科护理;旨在用爱心、细心、耐心赢得患者的舒心、安心、放心。泌尿外科学科秉持“患者至上,以

人为本”的服务理念,“关注患者健康,保持患者就医顺畅、尿路通畅、心情舒畅”。

顺畅、通畅、舒畅,让新乡市中心医院泌尿外科学科这个闻名遐迩的品牌更加光彩夺目。

一专: 专业护理, 精准施策

打造精致护理品牌,离不开高素质的护理队伍。

市中心医院泌尿外科学科拥有一支由经验丰富的专科护士组成的护理团队。这个团队将“舒畅家园”运转得风生水起,不仅具备扎实的专业知识和技能,还紧跟学科前沿,不断学习和掌握最新的护理技术和理念。

护患共情,情深意长。

匆忙、焦虑,有的患者的眼神是迷茫的,有的患者的表情是恐惧、无助的,此时此刻,这个团队能理解患者的这种迷茫,能感受这种不安。

为患者着想,为患者排忧解难。这个优秀的护理团队带着专业的自信,真诚的关怀,用专业的知识消除患者的恐惧和不安,用温馨的安抚解除患者的焦虑和不安。

患者常常看到该学科护士沉着冷静,合理调度,迎患者、铺病床、基础检查有序进行;患者常常看到一个负责任护士坚守岗位,配合医疗团队精心服务,保障“舒畅家园”稳健运行。



者入院时热心接,术前耐心讲、安心练;术后精心护、细心观、诚心帮;出院时温馨送,出院后爱心访,形成了从入院到出院后的全程无缝隙优质护理服务链。

——小卡片大用处: 科室制作尿液比色卡,让患者及家属更直观地了解尿色,减轻紧张焦虑情绪,有利于进一步指导冲洗速度的调节(如图)。

——温暖膀胱舒运行: 对于膀胱冲洗的患者,护理人员将冲洗液放入恒温箱,让冲洗液温度维持在35℃~38℃,预防膀胱痉挛的发生,促进患者舒适。

——隐私保护巧装置: 尿管隐私保护袋作为一种新型的护理辅助器具,方便留置尿管患者外出检查时使用,为患者提供了更加私密、舒适的护理体验。

——小巧思大作用: 为方便患者引流袋的悬挂,护理人员在每个床的下方粘贴挂钩,方便患者躺卧时拿放;使用呼叫铃夜光贴,当夜间时段患者突发不适或需要医护人员帮助时,可以第一时间找到呼叫铃寻求帮助。

锦旗是患者对新乡市中心医院泌尿外科学科护理团队的肯定,一封封感谢信承载着患者赤热的感激之情,一张张康复后喜悦的笑脸,带给全体医护人员永恒的动力。

一品: 人文关怀, 温暖人心

新乡市中心医院泌尿外科学科德艺双馨的护理团队用心去救治和安抚被病痛折磨的患者。多沟通,多理解,多帮助,用爱心、细心、耐心赢得患者的舒心、安心、放心。

不管春夏秋冬,不论白昼黑夜,新乡市中心医院泌尿外科学科护理团队的优质服务一直在围绕一批批患者开展。

——温馨服务“四个多”: 为患者多讲一点、为患者多做一点,让患者方便多一点,让患者满意多一点;

——入院服务“五个一”: 一声问候、一个微笑、一个搀扶、一次热情详细的入院介绍、一次情意切切的电话回访;

——护患和谐“六主动”: 主动迎接、主动介绍、主动沟通、主动健康教育、主动解答疑问、主动帮助。

“舒畅家园”护理优质服务品牌创建以来,取得了显著的社会效益。患者的满意度和信任度不断提升,医患关系更加和谐融洽。

“白衣天使爱心无限,精心护理温暖病患”“精心护理,关怀备至”,一面面

担当: 重视科普, 乐于义诊

院内救治, 手到病除; 院外科普, 防患未然。

新乡市中心医院泌尿外科学科医护团队不仅在患者住院期间全力救治,更是将出院后的延伸跟踪服务做到无微不至,建立新乡泌尿公众号,及时推送自创健康教育宣教视频,让群众了解泌尿健康知识;设立疾病微信群,医患互动,及时解答患者问题;设立泌尿外科护理门诊,为尿失禁、前列腺癌管理等慢性病患者提供专病护理。

患者永远在心中,义诊横幅别样红。

“父亲节”“世界尿失禁周”等时间节点的义诊,不仅为患者筛查了泌尿系统疾病,而且提高了社会对泌尿系统疾病早发现、早治疗、早康复的认知度。

展望未来,新乡市中心医院泌尿外科学科“舒畅家园”护理优质服务品牌,将继续秉承“以患者为中心”的护理理念,不断创新和优化护理服务模式,让“舒畅家园”护理优质服务品牌不断发扬光大,为新乡市中心医院增添光彩,为健康新乡建设增光添彩。