

# 项目杰出贡献奖 荣获省城市癌症早诊早治

市中心医院

本报讯 9月3日,河南省癌症中心、河南省肿瘤医院举办了2024年河南省城市癌症早诊早治项目进展会暨技术培训班。会议对2023年河南省城市癌症早诊早治工作进行了总结表彰,对2024年的工作进行了部署和技术培训。市中心医院荣获2023年河南省城市癌症早诊早治项目杰出贡献奖。

国家癌症中心、中国医学科学院肿瘤医院癌症早诊早治办公室主任陈万青,河南省卫生健康委医疗应急处处长马高峰,河南省肿瘤医院副院长石红英等领导专家出席会议;全省各筛查单位项目负责人、相关科室人员以及项目技术人员等参会。

会上,陈万青对食管癌筛查方案进行了详细的解读;各位专家对2024年城市癌症早诊早治项目工作项目工作总结及计划、恶性肿瘤病因学等做了详细的讲解;各项目筛查单位负责人对2023年工作成果及2024年项目进展进行汇报;市中心医院预防保健科主任李碧波对新乡市早诊早治项目进行总结。

市中心医院自2018年承担城市癌症早诊早治项目以来,通过健康科普、防癌知识宣传讲座、义诊等多种方式走进社区、企业、高校完成高危评估3.4万余人,评出高危人群2万余人,临床筛查

1.7万余项次,检出各类阳性病例1600余例,对阳性患者组织相关肿瘤专科专家进行会诊,提供进一步诊疗意见,切实提高了癌症的早期检出率和治疗率,提升了全市癌症综合防治能力。

作为新乡市癌症中心,市中心医院始终秉持“早发现、早诊断、早治疗”的原则,通过不断优化筛查流程、引进先进设备和人员,加强医护人员的专业培训,致力于提高癌症的早期发现率和治疗率。他们深入社区,开展科普宣传和义诊活动,提高公众对癌症早诊早治的认识,让更多的人了解到早期发现癌症的重要性。在城市癌症早诊早治工作中,市中心医院为市民提供了高效、精准的癌症筛查服务,在癌症早期筛查、诊断和治疗方面发挥了关键作用。

近年来,在河南省癌症中心、市卫生健康委的领导下,市中心医院(新乡市癌症中心)与全市癌症防治者一起,积极履行职责,开展健康科普、防癌抗癌的宣传工作,完善癌症的早诊早治工作,建设肿瘤监测信息系统,重视科学研究和新的诊疗技术,培养全市肿瘤防治人才,全方位打造立体的癌症防控体系,保障居民健康水平,助力健康中国行动战略目标实现。(张林)

## 在“新星手术视频大赛”中 市中心医院妇科妇科 医生获殊荣

本报讯 9月6日,2024年北京大学妇科泌尿与生殖整形学术周系列活动暨第20届北京大学女性盆底重建与生殖整复研讨会在北京举行。市中心医院东区妇科妇科医生李力,在本次会议举办的“第二届北大盆底新星手术视频大赛”中荣获二等奖。

本次研讨会和大赛汇集了众多国内外妇科领域的知名专家和学者,聚焦妇科泌尿与生殖整复的最新技术和临床进展。作为大会的一部分,该视频大赛吸引了来自全国各地的优秀妇科医生参赛,参赛者需要展示在盆底手术中的创新思维、操作技术和临床经验。

李力在比赛中凭借扎实的专业基础和手术技巧,得到了专家评委的高度评价,经过了层层筛选,最终在众多优秀选手中脱颖而出,获得了二等奖。

市中心医院一直倡导鼓励医务人员参与各类学术交流和竞赛活动,以提高专业水平和学术视野。此次荣誉的获得,充分展示了该院妇科妇科团队在单孔及生殖整复领域的持续发展和进步。(李若冰)



坚持以为患者为中心——市中心医院新闻发布台

## 市二院砥砺前行新档案



### 市二院医术精湛 结肠穿孔八旬老人转危为安

本报讯 一位八旬高龄的老人突发急性结肠穿孔,新乡市第二人民医院(以下简称市二院)紧急实施经内镜肠穿孔修补术,使老人转危为安。

近日,市二院消化内科主任张栓龙接到一个电话:一位八旬高龄的老人突发急性结肠穿孔,情况危急。

随着急救车的鸣笛声划破夜空,急诊科医护人员第一时间将患者安全送至市二院。腹部CT结果显示,患者腹腔内存在大量积气,明确指向了消化道穿孔的诊断。

患者被送入病房后,腹内气压持续增高,气体向全身弥散,颈部增粗,面如满月,周身皮肤呈现出一种罕见的“握雪感”积气征,同时开始出现端坐呼吸困难,病情极其危重。张栓龙当机立断,紧急对患者进行了腹腔镜穿刺,成功抽出腹内的大量积气,暂时缓解了患者的症状。但要想从根本上解决问题,必须尽快进行手术治疗。

市二院迅速启动了多学科协作机制。内镜中心、消化科、普外科、影像科、麻醉科等相关科室的专家们经会诊,一致认为该患者符合经内镜肠穿孔修补术的指征。

在与家属进行充分沟通并取得同意后,手术迅速展开。随着内镜的缓缓深入,内镜医生在距肛门约22cm的乙状结肠处找到了穿孔部位。医生先用生理盐水反复冲洗抽吸,将腹腔内的脓性分泌物及积液清理干净,随后使用钛夹夹闭穿孔面逐一夹闭,成功地将肠管修补完毕。随着手术的顺利完成,患者的症状即刻得到了缓解,苍白的脸色逐渐恢复了血色,呼吸也变得平稳有力。

此次经内镜肠穿孔修补术的顺利完成,不仅是市二院在消化道疾病治疗领域的一次重要突破,更是对传统手术方式的一次挑战。该手术具有创伤小、恢复快、并发症少等优点,为众多消化道穿孔患者提供了新的治疗选择。(王文娜)

## 饮食养生

《黄帝内经·素问》中提出“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充,气味合而服之,以补精益气”的饮食调养原则。最好的饮食是平衡膳食,一个是类的多样化,就是要尽量吃各类食物,不能够偏食;另一个是种的多样化,就是在每一类中要尽量吃各种食物。

五谷为养:“五谷”选择当中应以豆类、薯类以及其他杂粮为主,辅五谷为辅,杂粮通常是指水稻、小麦、玉米、大豆和薯类五大作物以外的粮食作物。主要有:高粱、谷子、荞麦、燕麦、大麦、薏仁以及芸豆、绿豆、红小豆、蚕豆、豌豆、豇豆、小扁豆、黑豆等。

五果为助:“五果”指李、杏、枣、桃、栗等水果,其有助于养身和健身之功。水果富含维生素、纤维素、糖类和有机酸等物质,可以生食,且能避开因烧煮破坏其营养成分。有些水果若饭后食用,还能帮忙消化。故五果是平衡饮食中不可缺少的帮助食品。

五畜为益:“五畜”指牛、羊、猪、鸡等禽畜肉食,对人体有补益作用,能增补五谷主养分之不足。动物性食物多为高蛋白、高脂肪、高热量,而且含有人体必需的氨基酸,是人体正常生理代谢及增加机体免疫力的重要物质。

五菜为充:“五菜”指韭、薤、葵、葱、藿等蔬菜。各种蔬菜均含有多种微量元素、维生素、纤维素等营养成分,有增食欲、充饥腹、助消化、补养分、防便秘、降血脂、降血糖、防肠癌等作用,对人体的健康非常有益。(胡怀月)

## 疾控 健康教育 专栏

## 莫让心灵“感冒”了

——走出焦虑抑郁的阴霾

随着社会压力的增加,越来越多的人出现精神健康问题,人们经常谈起焦虑和抑郁,但是很少有人真正了解,下面带大家认识一下焦虑和抑郁。

焦虑的表现:紧张、担心、害怕、烦躁不安、注意力不集中,以及呼吸困难、心跳加快、血压升高、多汗、疼痛、肠胃不适、食欲下降、心烦失眠,严重者还可能会出现幻觉、妄想,甚至可能出现自伤、自杀行为。抑郁的表现:情绪低落、兴趣降低、愉悦感缺失、精力下降、悲观、思维迟缓、缺乏主动性,不愿与人交流,觉得自己患有严重疾病,感到全身多处不适以及睡眠差,尤其是早醒、乏力、食欲减退、体重下降、便秘、身体部位的疼痛、性欲减退、闭经等,严重者可能出现自杀念头和行为。

焦虑和抑郁是我们正常的情绪反应,每个人都可能出现焦虑和抑郁,如何缓解这些情绪呢?

1.合理膳食:选择以植物性食物为主的饮食模式,增加蔬菜、水果、豆类、全谷物、坚果和植物油的摄入,建议每天摄入300g蔬菜、200g水果、230g全谷物和125g富含蛋白质的植物性食物(如扁豆、坚果和大豆等),注意补充肠道益生

菌和益生元,减少红肉、含糖饮料和饱和脂肪的摄入。

2.适量运动:运动可以增强体质,调节心理健康。跳绳、慢跑、游泳、散步、打乒乓球等运动能产生“内啡肽”,这是身体的一种激素,被称为“快乐因子”,它能让人平静。当运动达到一定量时,身体产生的“内啡肽效应”能愉悦神经,改善、调节脑功能,把焦虑引起的生理、心理疲劳和不愉快带走。运动能降低肌肉静息张力,可以阻断向大脑传递焦虑的循环过程,继而减轻焦虑。

3.情绪调节:可以使用冥想,闭上眼睛放松心情,缓解压力。根据情况,使用呼吸意识冥想、定力冥想、愉悦冥想法等。如:萨提亚的冥想,接纳自己的情绪,活在当下,抚平焦虑,放松紧张的情绪,走出情绪的低谷,学着自我和解,与自己的情绪共处。

4.温馨家庭:营造温馨的家庭

氛围是消除焦虑和抑郁的基础,家庭的关爱是防治抑郁的重要因素。家人应给予患者更多的理解和包容,接纳其当前的状态,鼓励抑郁患者表达自己的想法和情感,帮助他们释放内心的压力,增强他们的自我价值感,帮助他们树立对生活的信心和勇气。

5.尝试倾诉:当出现焦虑抑郁等情绪时,要重视和维护心理健康,尝试倾诉,主动与自己信任的家人、朋友沟通交流,倾诉内心感受,感受到自己在亲人、朋友生命

中的重要性,获得心理支持。

6.寻求帮助:每个人都可能出现焦虑和抑郁情绪,要承认问题,放下心理包袱。自我调整困难时,及时到专业的医疗机构寻求帮助,越早治疗,康复率越大。通过科学的治疗,多数焦虑症和抑郁症患者能回归正常的生活。(卫健)

## 卫生健康科普园地

### 新乡市中心医院“一专一品”护理优质服务项目系列报道之三

## 为手术患者护航 让爱与生命共舞

——记新乡市中心医院麻醉与围术期医学科护理品牌“无影灯下的‘手’护”

□ 刘萍 李炳 杨扬 李振根 文/图

新乡市中心医院麻醉与围术期医学科的护理品牌“无影灯下的‘手’护”。该学科在手术室无影灯下追求团队中的手术护士,被人们称为“隐形天使”。

隐形天使为手术患者护航,让爱与生命共舞。

### 履职尽责的“隐形天使”

手术室既是医者与死神较量的前线,也是生命奇迹绽放的摇篮。

手术室每一扇紧闭的门后,是践行初心使命的手术医生、麻醉医生的辛勤付出,还有“隐形天使”无声却坚定的誓言。

医患共情,护患共情,每天都在手术室内外深情演绎。

“隐形天使”以爱为盾,以奉献为剑,守护着每一个脆弱而宝贵的生命。三尺手术台上,每一次精准的操作,都是对生命尊严的崇高致敬。在这里,手术护士以暖心真情为墨,以专业技能为笔,绘就一幅幅生命重生的壮丽画卷。他们不仅是技术的精湛操作者,更是心灵的温柔抚慰师,让患者在冰冷的器械间感受到春日暖阳般的温暖。

自今年新乡市中心医院启动“一科一品”护理服务模式以来,麻醉与围术期医学科积极响应,犹如星辰引领夜航,他们以“无影灯下的‘手’护”为灯塔,照亮患者康复之路。优质服务,如同细雨润物,无声却滋养心田;高效执行,如同疾风劲草,迅速而有力;安全保障,则是坚固的城墙,为患者筑起生命防线;人文关怀,则是那缕最温暖的光,穿透阴霾,温暖人心。

在这里,每一次术前访视都是心灵的触碰,每一次术中陪伴都是力量的传递,每一次术后关怀都是希望的延续。医护人员用专业铸就信任,用温暖融化恐惧,用细节彰显关爱,让每一位手术患者都能在围术期感受到家的温馨与安心。这不仅是一场医疗技术的革新,更是一次心灵护理的升华,共同编织着守护生命、传递爱与希望的壮丽篇章。

### 暖意浓浓的护理品牌

新乡市中心医院麻醉与围术期医学科的护理品牌“无影灯下的‘手’护”,暖意浓浓,无微不至。

1.“恒温守护”手术室:每一寸空间,都是温暖的承诺。

根据手术需要,手术室的温度一般都控制在20℃~24℃。而患者的体



手术前,医护人员为安抚宝宝情绪,和其进行沟通交流。

温不能太低,为此手术室护士从“37℃恒温手术室”的匠心营造,到多模式复合保温策略的精细编织,如同艺术家雕琢每一刻温暖。升温毯轻柔,如同春日暖阳,温柔拥抱每位患者;预热被子细腻覆盖,宛如慈母之手,轻轻拂去寒意,守护体温的微妙平衡。在这里,每一度升温都是对舒适的追求,每

一丝保暖都是对生命的尊重,每一次细心调节都是对患者深情的呵护。温度,不再仅仅是冰冷的数字,而是手术室护士用心传递的温暖与关怀,让手术室成为希望的港湾,让爱与生命共舞。

2.“情绪抚慰”手术室:每一分情感,都是心灵的慰藉。

从“不哭泣手术室”的温馨氛围,到“音乐疗愈手术室”的悠扬旋律,手术室护士用爱心编织成一张情感的网,温柔地包裹住每一位患者的心灵。游戏区的欢声笑语,音乐中的宁静致远,医护人员温柔的话语,如同春风化雨,让焦虑与紧张逐渐消散,取而代之的是安全与信任。在这里,手术不再是冰冷的过程,而是充满爱与关怀的旅程。

3.“沟通无碍”手术室:每一次交流,都是理解的桥梁。

在“特殊无声手术室”的静谧空间,无障碍沟通图册犹如一把开启心灵的钥匙,巧妙搭建起患者与医护人员之间的神奇桥梁。图示的直观性,如同繁星点点,照亮理解的夜空;图示的生动性,则似潺潺流水,滋润着关怀的心田。这不仅传递着医疗的严谨,更满载着对患者尊重与温情。在这里,沟通不再是沉默的鸿沟,而是心灵深处的共鸣;不再是语言的局限,而是情感的无限延伸。每一次翻阅图册,都是一次心与心的靠近,让爱与理解在无声中交织成最美的旋律。

4.“创新引领”手术室:每一次探索,都是未来的启航。

“创新研发手术室”中,麻醉护理团队紧跟“中国智慧手术室”的步伐,勇攀科研高峰。科研计划的制定与实施,护理流程的优化与升级,每一次的尝试与突破,都是对手术室护理的革新与提升。科技的力量在这里得到充分发挥,为患者带来更加优质、高效的护理服务。

5.“全程守护”手术室:每一步陪伴,都是健康的守护。

“四暖一链手术室”实现从术前到术后,全程一体化照护监管。术前访视的情感建立,层流环境的精准调控,医用升温毯的温暖守护,冲洗液加温的细致入微……麻醉护理团队始终将患者的感受放在首位,用实际行动践行“守护健康”的誓言。在这里,每一步的陪伴都是对患者健康的深情守护,让患者在手术过程中感受到家的温暖与安心。

### 用爱续写的希望华章

“无影灯下的‘手’护”护理品牌,用爱谱写希望的华章,伴患者追逐康复之光,为麻醉与围术期医学科护理事业锦上添花,患者好评如潮。

新乡市中心医院麻醉与围术期医学科护理团队,坚定地践行着自己的使命与担当,用心与爱的温度,编织温暖的护患情谊;用“隐形天使”的奉献与付出,续写着一曲动人的护理豪歌。