

市妇幼保健院

开展2025年“预防出生缺陷日”系列宣传活动

本报讯 9月12日是我国“预防出生缺陷日”。为进一步普及出生缺陷防治知识,增强社会公众对孕前、孕期、产后及新生儿期保健的重视程度,助力实现“优生优育”的家庭愿景,市妇幼保健院于8月中旬全面启动以“关注孕期营养,孕育健康未来”为主题的系列宣传活动,通过线上线下多维联动,将专业医疗服务和暖心科普知识送至千家万户。

医院充分利用新媒体平台优势,开展多场线上科普活动。在该院官方微信视频号推出的“科学学,适度动,母子健康是关键”专场直播中,该院营养科与围产保健科专家针对孕期关键营养素补充、不同孕周膳食搭配要点、妊娠期并发症的营养管理策略等热点问题进行了深入浅出的讲解,并实时在线答疑,获得群众的广泛好评。

同时,医院微信公众号持续推送《为宝宝的未来多一份保障,筛查至关

重要》《孕期科学补钙,助力母婴健康》等系列科普文章。这些内容以图文并茂、案例相辅的形式,将专业医疗知识转化为通俗易懂的语言,切实提升了科普宣传的覆盖面与实用性。

孕妇产学校开设“预防出生缺陷——孕期保健全攻略”专题课程。营养科的韩金玉结合临床实例,从孕前准备、孕期筛查到不良生活习惯干预等方面展开教学,并借助模型与视频,帮助孕妈妈直观掌握出生缺陷防治知识。

此外,医院组织孕产保健部、群体保健科、产科、营养科及医学遗传科等科室的专家,赴新乡县翟坡卫生院开展科普宣传活动。通过专题讲座、现场咨询指导、发放科普资料等形式,为备孕家庭、孕产妇及周边居民提供个性化健康指导服务,有效推动优质医疗资源下沉至基层。

9月12日“预防出生缺陷日”当天,

医院在门诊大楼前举行大型义诊活动。来自孕产保健部、医学遗传科、生殖医学科、营养科等科室的专家,为市民提供免费健康咨询、生育政策解读、体重评估及叶酸服用指导等服务。同时,专家还详细介绍了我市现行民生实事中的免费筛查项目,包括孕前优生健康检查、产前超声筛查、产前血清学筛查及新生儿疾病筛查等,切实帮助群众了解并享受政策福利。

活动期间,医院同步推出多项专属惠民筛查项目,涵盖单基因病携带者筛查、优生八项检测、染色体核型分析、Y染色体微缺失检测、叶酸利用能力及相关维生素检测、子痫前期风险评估等。该院以实际行动降低群众就医成本,有效提升了医疗服务可及性。

同时,医院在各科室候诊区循环播放预防出生缺陷公益宣传片、孕期保健小课堂等科普短视频,让候诊患者及家

属了解产检的重要性、新生儿护理要点等知识。同时,医院利用各楼层的电子屏滚动播放主题标语与惠民政策内容,营造出“人人关注出生缺陷、人人参与防治行动”的积极氛围。

本次“预防出生缺陷日”系列宣传活动是市妇幼保健院践行“关爱妇幼,呵护健康”服务宗旨的生动体现,通过线上线下结合、院内院外联动,不仅广泛传播了出生缺陷防治知识,更以义诊服务、优惠筛查等务实举措,让市民切实感受到了医疗服务的温度。

今后,市妇幼保健院将继续加强出生缺陷防控体系建设,不断拓展科普宣传形式,优化服务流程,为备孕夫妇、孕产妇及新生儿家庭提供更加专业、贴心、全面的医疗保障服务,助力提升出生人口素质,为“健康新乡”建设持续贡献妇幼力量。

(王鹏)

河南医药大学第一附属医院人民医院院区老城社区卫生服务中心开展“三减三健,从我做起”健康教育宣传活动

本报讯 今年9月是我国第19个全民健康生活方式宣传月。近日,河南医药大学第一附属医院人民医院院区老城社区卫生服务中心组织医务人员在道西街开展“三减三健,从我做起”健康教育宣传活动,帮助居民养成减盐、减油、减糖的健康生活习惯,树立关注口腔、体重、骨骼健康的科学生活理念。

活动现场,医务人员为居民免费测量血压、血糖,发放控盐勺、控油壶等健康工具,并现场演示正确使用方法。本

次活动共为200余名居民提供健康检测,发放健康工具190份,接受健康咨询220人次,助力参与居民基本掌握“三减三健”核心知识。

通过此次活动,该中心医务人员引导居民主动预防和控制高血压、糖尿病等慢性病,共享健康生活,让健康理念深入人心。该中心本月还将开展形式多样的宣传活动,进一步提高居民对健康生活方式的知晓率与服务获得感。

(张晨岩)

“太行名医”李光辉以仁心精术点亮杏林之光

在豫北太行山下,有一位被百姓誉为“太行名医”的中医——辉县市中医院副主任中医师李光辉。他以高尚的医德、精湛的医术,在杏林之中熠熠生辉,成为当地中医药事业发展的中流砥柱。

李光辉出生于中医世家,自幼耳濡目染,中医药独特的理论和诊疗方法早早在他心中种下了传承的种子。自立志学医起,他便勤奋好学、刻苦钻研,不仅深耕家族中医传统技艺,还主动追求专业精进,赴中国人民解放军总医院进修深造,师从国内知名医学专家。数十年来,他坚持每日研读《汤头歌诀》《药性赋》等中医经典著作,累计写下30多万字的读书笔记,反复思考总结古人的智慧与现代医学知识,将二者深度融合,灵活运用于日常诊疗实践。

面对临床中的疑难杂症,他从不退缩,在老年病、小儿抽动症等领域主动攻坚,尤其在小儿脑瘫、肺结节等棘手病症的诊疗上独辟蹊径,为患者带来希望。“想患者之所想,急患者之所急”是李光辉行医多年坚守的准则。在辉县市中医院国医堂一诊室,每天都有来自各地的患者早早等候着他,诊室外更是排起长队。一位腰腿疼痛的老大娘感慨道:“我只要看到李医生的笑脸,就觉得身上的疼痛感减轻了很多。”这朴实的话语,道出了患者对李光辉的信任与感激。

学术研究上,李光辉同样成果丰硕。他撰写专业学术论文10余篇,在国家级及省、市级医学杂志上发表;担任多家医学杂志的编委,参与完成科技成果两项、国家专利两项;主编《经方例释》医学专著,作为副主编编著的《怀药医典》也即将出版。

作为辉县市中医药协会会长,李光辉深知中医药传承的重要性。他积极组织各类中医培训和交流活动,邀请知名专家讲学指导,为当地中医从业者搭建专业学习与能力提升的平台。他毫无保留地分享自己的临床经验与学术见解,为辉县市家庭医生签约服务团队讲课,培养出了一批批优秀的中医人才。

“做人要知足,做事要知不足,做学问要不知足。”李光辉以裘法祖院士的话鞭策自己,在中医道路上步履不停,用行动书写着医者的责任与担当,成为太行山下当之无愧的杏林之光。

(徐静)

肛窦炎的症状和治疗方法

你是否经常感觉肛门坠胀、隐痛,排便后还总觉得没排干净?别以为这只是小毛病,很可能是被大家忽视的肛窦炎找上门了。

肛窦就像肛门里的“小口袋”,藏在肛管黏膜和皮肤交界处。正常情况下,它能分泌黏液润滑肠道,但当细菌入侵,或是吃了太多辛辣、油腻食物,这些“小口袋”就容易发炎肿胀。由于肛窦炎症状不典型,很多人把它当成普通上火、痔疮,一拖再拖,结果炎症扩散,可能引发肛周脓肿、肛瘘等大麻烦。

肛窦炎的典型症状包括肛门深处隐隐作痛,尤其在排便、久坐后加重;肛门常有坠胀感,还可能伴随肛门潮湿、瘙痒,甚至出现便意频繁却排不干净的“里急后重”感。

治疗肛窦炎,轻度患者可通过坐浴、涂抹药膏、直肠给药缓解症状,同时多吃蔬菜水果、避免久坐。若病情反复或已形成脓肿,必须及时手术。

记住,肛门虽“低调”,健康问题却不容忽视!发现异常,一定要及时就医,别让小炎症拖成大问题。

(中医)

市妇幼保健院

走进市十六中开展急救知识专题讲座



本报讯 为进一步普及急救知识,提高青少年应急自救互救能力,近日,市妇幼保健院组织医务人员走进市十六中,为学生带来了一场生动实用的急救知识专题讲座。

讲座中,该院护师杨迪围绕“关爱生命、救在身边”主题,重点讲解了心肺复苏和海姆立克急救法两大核心急救技能。她用通俗易懂的语言详细阐述了心肺复苏的操

作步骤、按压位置、频率与深度,以及海姆立克急救法针对成人和儿童的不同操作要领。为了让同学们直观掌握技巧,杨迪借助人体模型进行规范演示,并通过模拟异物卡喉场景,清晰展示急救动作的关键细节。

互动实践环节,同学们踊跃上台,在杨迪的耐心指导下进行模拟操作(如图)。从心肺复苏的按压与人工呼吸配合,到海姆立克急救法的腹部冲击动作,大家认真练习每一个步骤,现场学习氛围浓厚。杨迪对同学们的操作逐一进行纠正和指导,确保大家能够准确掌握急救技能。

此次活动不仅让同学们系统学习了急救知识,更有效提升了他们应对突发事件的应急处置能力。市妇幼保健院相关负责人表示,今后该院将继续发挥专业优势,开展形式多样的健康科普活动,为守护全民健康贡献力量。

(秦宗玉 文/图)

他是八旬名中医 更是患者贴心人——记市中医院原副院长、主任中医师晁岳汉

□刘萍 党玉洁 李振根 文/图

9月15日傍晚6点多,市中医院门诊综合楼二楼的走廊里,往来的患者逐渐稀疏,一位中年妇女却熟门熟路地走进晁岳汉的诊室。她的目光首先落在诊室南墙悬挂的那幅书法作品上:居中位置以竖排之势舒展着“圣手”二字,笔力道劲,足有两个九寸餐盘大小;作品左侧的两行小字“驾言登五岳,圣手医百病”,似在静静诉说着这幅作品背后的故事——它出自一位被晁岳汉从病痛中解救的患者之手。这位患者擅长书法,对晁岳汉的仁心仁术感触至深,特意潜心创作,将心声凝于笔端,赠予晁岳汉。

—

诊室里,81岁的晁岳汉刚送走几位患者,正对着电脑整理一天的病历。他身着白大褂,眼角的皱纹里藏着岁月的痕迹和中医的智慧,眼神依旧清亮,听力依旧清晰。听到脚步声,他抬头见是那位中年妇女,便和蔼地问道:“你服完了一周汤药,感觉好些了吗?”

这位中年妇女姓张,因患慢性脾胃病四处求医,病情反复难愈。经人介绍找到晁岳汉后,通过中药调理,张女士多年的顽疾终于得到缓解。

从此,她成了晁岳汉的“回头客”,不仅自己常来复诊,还常把身边有需要的亲友推荐过来:“晁院长,我这孩子胃口好多了,心情也舒畅了不少,今天特意来感谢您,顺便再让您给我把把脉,看看后续调理要不要调整方子。”张女士笑着说,语气里满是信赖。

这样的“回头客”,在晁岳汉五十载从医路上不计其数。从中医学院的青涩学子,到市中医院的主任医

师、副院长,再到退休后依旧坚守门诊的精诚医者,晁岳汉用半个世纪的时光,在中医临床的沃土上深耕不辍,以精湛的医术攻克疑难杂症,以温暖的仁心守护患者安康,成为无数人心中信赖的医生、贴心的朋友。

拥有大学本科学历的晁岳汉,为跟上医学知识与技术的迭代步伐,从未停下学习的脚步:不仅先后在上海中医药大学、中国中医研究院深造,而且坚持多渠道“充电”,几十年来从未间断。

1990年,当时的市卫生局为充实市中医院的技术力量,将德艺双馨的晁岳汉从市第一人民医院调到了市中医院。

在市中医院任职期间,晁岳汉始终秉持“以患者为中心”理念,刻苦钻研业务,积极开拓进取,在治疗心脑血管病、脾胃病、抑郁症、风湿病等领域业绩卓著,声誉渐起。他先后获得新乡市优秀共产党员、新乡市卫生系统先进工作者等称号;曾担任河南中医学院兼职教授,以及中华医学会会员、河南省中医学理事、河南省科技成果评审专家组成员、新乡市中医学会副会长、新乡市中医药开发学会会长等。

二

虽然职务几度变迁,但是晁岳汉的初心始终如磐,“以患者为中心”早已化作他的自觉行动。

患者吴女士至今记得,2018年冬天,她因多种基础病缠身,加上服用西药过敏,继而引发心力衰竭、心慌、气短的症状越来越严重,连下床走路都十分困难。在多家医院治疗后,病情未见明显好转,这让她陷入无尽的苦



图为晁岳汉在为患者进行脉诊

恼中。后来经人推荐,家人用轮椅推着她来到晁岳汉的诊室。

初次见到吴女士时,晁岳汉注意到她脸色苍白、呼吸急促,眼神里满是焦虑与无助。他没有急于为吴女士把脉开方,而是先让她慢慢平复情绪,然后耐心询问她的发病过程、用药情况及日常饮食作息。“大姐,你别太担心,你的情况虽然复杂,只要咱们找准病因,慢慢调理,肯定会好起来的。”晁岳汉温和的话语像一缕春风,吹散了吴女士心头的愁云,她紧绷的神经渐渐放松。

经过仔细辨证,晁岳汉认为吴女士的心力衰竭与药物过敏损伤脾胃、气血不足有关,便为其制订了“健脾益气、养血强心”的治疗方案。考虑到吴女士行动不便,无法每周来医院复诊,晁岳汉主动提出上门为其诊治。从

此,他每周都会抽出半天时间去吴女士家中,为她把脉、调整药方,还详细叮嘱她的家人如何进行饮食调理和康复锻炼。在晁岳汉的精心治疗和悉心照料下,吴女士的身体日见好转:3个月,她已经能自己慢慢走路了;半年后,心慌、气短等不适症状基本消失。在临床工作中,晁岳汉始终坚持“三个一”原则:给患者一个微笑,让患者感受到温暖;多问一句病情,让诊断更精准;多讲一句注意事项,让治疗更有效。

对于心态乐观的患者,他会及时给予鼓励,助其延续良好的状态;对于虑虑多思的患者,他会耐心倾听诉求,用通俗易懂的语言为其解读病情,从专业的角度帮助其缓解焦虑;对于疑难杂症患者,他会厚积薄发制订诊疗方案,不断优化处方,帮助患者摆脱顽

疾困扰,拥抱健康生活。

前段时间跟着晁岳汉实习的中医药大学毕业生小杨感慨道:“在晁老师这里学习,我不仅学到了扎实的医术,更深化了‘以患者为中心’的理念,实现了学识与思想的双重升华。”

三

“中医是一门不断发展的学科,不能固步自封,要学会吸收现代医学的先进成果,为我所用。”这是晁岳汉常挂在嘴边的话,更是他“知行合一”的真实写照。

工作中,他十分关注现代医学的发展,在中西医结合治疗疑难杂症方面硕果累累;他经常阅读医学文章,及时了解中西医结合研究成果,并将学习新知识、新技能消化吸收后用于临床实践,造福患者;为给中医传承创新留下珍贵的学术成果,他先后在省级以上权威学术期刊发表论文30余篇。

晁岳汉是一位勇立时代潮头的医者,治学严谨,包容豁达,凡是对诊疗疾病有益的方法全部予以接纳,并努力将其发扬光大。

早些年市中医院推广无纸化开处方时,晁岳汉成为该院第一批用电脑开方的资深中医;CT等先进影像设备刚兴起时,他就将这些设备的检查结果,作为中医辨证论治的“好帮手”。

