

■ 援外纪事

# 中国援埃塞俄比亚医疗队 积极为当地抗击疫情做贡献

本报讯（记者史尧 通讯员胡志超）连日来，从介绍中国抗疫经验、开展防治技术培训和模拟突发疫情演练到制定周密的防控措施，中国援埃塞俄比亚第21批医疗队为提露内丝—北京医院疫情防控工作做出了贡献，得到该院负责人和医务人员的感谢。近日，提露内丝—北京医院对全院350余名医务人员和16名援外医疗队队员进行了咽拭子检测，结果全部为阴性。

新冠肺炎疫情伊始，提露内丝—北京医院医务人员对疫情缺乏足够的认识，中国医疗队及时对医院医务人员及相关工作人员进行疫情防控知识培训，介绍中国抗疫经验，提高了他们对新冠肺炎的认识水平和救治能力，也消除了一些人的恐慌心理。

为了加强医务人员个人防护，中国医疗队对提露内丝—北京医院医务人员进行了个人防护用品使用以及全过程的手消毒培训，使医院参与新冠肺炎救治的所有医务人员都熟练掌握个人防护技能。

中国援埃塞俄比亚第21批医疗队队长王春玉与提露内丝—北京医院CEO（首席执行官）杰布瑞多次沟通，强调加强院内感染控制的重要性，建议医院防控关口前移，在医院大门口设置体温检测关卡。由于提露内丝—北京医院缺乏测温设备，中国医疗队紧急向中国大使馆经参处协调了测温枪，确保医院可以进行全覆盖式体温筛查。此外，中国医疗队还对医院大门口、急诊、预检分诊、发热门诊、隔离病房等重要部门进行巡视，督导体温筛查落实情况，向工作人员宣传体温筛查工作的重要意义。

中国医疗队在自身防护物资紧张的情况下，仍然向提露内丝—北京医院捐赠测温枪7把、防护服200余套、隔离衣200件、护目镜24个、面屏20个、N95口罩50个、一次性防护帽750个、消毒液9箱等。杰布瑞专门致信中国医疗队表示感谢。他说：“疫情发生以来，医院目前只接收到政府配发的N95口罩，其

余所有防护物资都是中国医疗队赠送的，全院职工都非常感谢中国医疗队。”

“作为中国援助非洲的46支医疗队之一，中国援埃塞俄比亚第21批医疗队全体队员身处抗疫一线，发扬了不畏艰苦、甘于奉献、大爱无疆、救死扶伤的精神，一定不负祖国的重托。”王春玉说，今后，中国医疗队会继续协助提露内丝—北京医院开展抗疫工作，与当地医务人员一起共同努力，为中埃友谊做出新的贡献。

→5月27日，在郑州大学第二附属医院眼科（郑州大学眼耳鼻喉医院）主任刘亚东团队的努力下，该院首例二氧化碳激光辅助深层巩膜切除术（CLASS）成功实施。CLASS是一种新型的治疗开角型青光眼的微创手术方式，不穿透前房，不破坏内眼结构，能减少滤过泡及眼内相关并发症。同时，手术中外渗的房水可以吸收激光能量，避免组织过度消融，提高手术安全性。

冯金灿 葛晓芳/摄

## 戴口罩和使用空调 有了新要求

本报讯（记者冯金灿）为了指导公众科学戴口罩、使用空调，有效落实疫情防控措施，有序推进复工复产、复学复课，严防严控聚集性疫情，在充分分析研判疫情风险基础上，紧紧围绕“外防输入、内防扩散”的总体防控策略，结合当前夏季来临、天气变热等实际情况，日前，国家卫生健康委组织中国疾控中心等单位分别对前期印发的《公众科学戴口罩指引》《新冠肺炎流行期间办公场所和公共场所空调通风系统运行管理指南》进行了修订调整，形成了《公众科学戴口罩指引（修订版）》和《夏季空调运行管理使用指引（修订版）》。

《公众科学戴口罩指引（修订版）》适用于低风险地区，以降低人群感染风险为目标，对近期疫情防控和公众如何戴口罩进行了重点

细化分类，特别是对公众不同场景下是否戴口罩进行了指导，调整了出入境口岸、工业企业、学校等重点场所和人群的口罩使用内容，提出了现阶段口罩防护措施，同时强调，中风险、高风险地区仍参照原版指引实施。

《夏季空调运行管理使用指引（修订版）》规定了夏季办公场所、公共场所和住宅等集中空调通风系统和分体式空调的运行管理使用要求，与原版相比，增加了使用过程中的细化技术要求；提出了空调开启前应检查设备是否正常运行，对开放式冷却塔、空气处理机组、空调滤网等进行清洗、消毒；在运行过程中，应加强通风换气和空调系统冷凝水、冷却水等易污染区域的卫生管理，定期对冷却塔设备和部件进行清洗、消毒或更换，检查卫生间地漏等U形管水封等。

足部被喻为“人体第二心脏”，也是损伤和疾病的多发部位。例如生活中最常见的崴脚，看似是小事，但是处理不当会引发大问题。

今年5月29日是第5个“世界爱足日”，主题为“科学健足，重返运动”。

据河南省人民医院创伤治疗中心副主任医师范磊介绍，脚踝扭伤是骨科急诊接诊较多的病种之一，70%的人在一生中都崴过脚。人体在站立、行走、跑步、跳跃时，需要通过踝关节来维持平衡。踝关节虽然看上去没有膝关节、髋关节大，但是足以影响全身。

范磊说，在临床上，通常根据踝关节损伤的轻重分为3级。一旦发生扭伤，一定要及时进行专业的干预治疗。热

敷、擦药油（如红花油）、按摩、静卧，这些所谓的经验疗法，很有可能成为脚踝杀手。热敷会加剧肿痛，擦药油和做按摩会加重出血，长时间静卧易形成血栓。不科学的方式会加剧踝关节损伤程度，使本来简单的崴脚渐渐发展为长期反复的踝关节功能不稳定，造成反复崴脚的情况。

有研究称，40%的外踝扭伤患者的症状会逐渐演变成慢性踝关节不稳定，主要症状表现为踝关节持续疼痛肿胀、不稳定、“打软腿”及自觉踝关节功能下降等。

《英国运动医学杂志》建议踝关节损伤治疗采用POLICE方法，即保护(Protect)：可根据损伤轻重采用护踝、支具或石膏固定；适当负重(Optimal loading)：鼓励早期活动；冰敷(Ice)：让受伤部位温度降低，减轻炎症反应和肌肉痉挛，缓解疼痛抑制肿胀，每次10-20分钟，每天3次以上，注意不要直接将冰块敷在患处，可用湿毛巾包裹冰块，以免冻伤（冰敷仅伤后48小时内）；加压包扎(Compression)：使用弹性绷带包裹受伤的踝关节，适当加压，以减轻肿胀，注意不要过度加压，否则则会加重包裹处以远肢体的肿胀、缺血；抬高患肢(Elevation)：将患肢抬高，高于心脏位置，增加静脉血液和淋巴回流，减轻肿胀，促进恢复。

范磊提醒，作为非专业人士，如果不幸发生踝关节扭伤，第一时间的正确处理方法是冷敷、制动、抬高，然后尽早就诊，向专业的骨科医生求助。

## 崴脚不是小事 谨防踝关节功能不稳

本报记者 冯金灿 通讯员 崔冰心

记者了解到，近年来，安阳市肿瘤医院在文明创建、志愿服务等方面做了大量工作，也取得了骄人成绩。该院连续3年开展“爱心点燃希望、奉献成就新生”造血干细胞血样采集活动。截至目前，该院共有110人加入中国造血干细胞捐献者资料库，时刻准备着为更多患者带去希望。

安阳市红十字会、安阳市北关区文明办、安阳市卫生健康团委及安阳市肿瘤医院相关负责人参加了欢送仪式（如图左）。



## 促进驻马店市卫生健康事业发展 十五项重大行动

■ 凡人亮点

## 李宁治愈患者的法宝

□徐雁南

河南省中医药研究院附属医院（河南省中西医结合医院）康复医学科主治医师李宁用心用情诠释着属于她的从医之道。“有时，去治愈；时常，去帮助；总是去安慰。学会感恩，珍惜身边人。”李宁的微信朋友圈签名就是她行医精神的真实写照。

5月20日，李宁收到一份礼物——出院患者委托儿子送来写着“妙手神医、医德高尚”的匾牌。据悉，患者是一位脑梗死后遗症患者，入院时肢体麻木、疼痛。在河南省中医药研究院附属医院康复医学科医务人员

的辨证施治和精心护理下，患者痊愈出院，且状态一直良好。因上了年纪行动不便，患者特意委托儿子前来表达感激之情。患者的管床大夫，正是李宁。

李宁接管的脑梗死患者不在少数。“无论康复难度有多大，始终保持耐心，想尽一切办法，尽最大努力帮助患者。”这是李宁一贯的行医态度。

高女士是李宁去年接管的脑梗死患者，入院时坐着轮椅，坐和站不能平衡，上下肢、手功能几近丧失。在河南省中医药研究院附属医院康复医学科康

复治疗3个月后，患者的手指可单指对捏，能够独立行走，状态一天好过一天。

同样患有脑梗死的魏某，入

院时左下肢麻木、肌力减弱，河南省中医药研究院附属医院康复医学科医生及时给予中医药治疗，患者左侧肢体功能很快得到恢复。

李宁说：“如今患有脑梗死的病人越来越多，如果不能得到及时有效的治疗，脑梗死之后很多人会出现后遗症，给患者自身及家庭带来沉重的负担。实践证明，中医药尽早参与能够有效防范脑梗死后遗症。在急性期，中西医结合治疗效果最佳；在恢复期，中医药能够凸显优势。”

“康复治疗除了治病，更重要的是要疗心。”这也是李宁治愈患者的法宝。正是李宁与患者亲人般的沟通、疏导和安慰，给了患者积极配合治疗、战胜病魔的勇气和信心。

经李宁治愈出院的腰椎间盘突出突出症患者李女士、腰痛失眠患者纪女士夸赞李宁医术精湛，并被李宁的耐心所感动，称其“待人诚恳、情暖人心”。

河南省中医药研究院附属医院康复医学科主任薛爱荣在李宁最近更新的微信朋友圈留言：“用心服务，收获满满。”用心服务，是薛爱荣多年来对康复医学科团队的谆谆教诲。在薛爱荣的精心栽培和团结带领下，康复医学科还有许多像李宁一样的大夫，坚守医者初心，用心用情服务，收获了医患真情。



安阳市肿瘤医院王富强赴郑捐献造血干细胞

安阳市肿瘤医院党委书记周福有说，王富强是一名优秀的青年党员，是该院病理科副