

助力乡村振兴

## 健康帮扶让群众有“医”靠

本报记者 常俊伟 通讯员 张成刚 原曙霞

2月25日上午,在延津县中医院门诊楼前,赠送锦旗的一幕正在进行,引起周围人群驻足观看。锦旗正面金黄色的大字映入大家的眼帘:“扶贫济困显真情,助民脱贫奔小康。”

原来是延津县马庄乡油坊村两委班子为了感谢延津县中医院的帮扶与支持,代表全村群众向延津县中医院赠送锦旗。延津县中医院负责人、驻村帮扶队员手捧锦旗表示感谢。

2019年6月,延津县中医院积极响应县委、县政府号召,选派年富力强的医务人员组成驻村工作队,进驻马庄乡油坊村开展帮扶工作。之初,帮扶队员与油坊村两委在帮扶经验不足的情况下,采取集中和自学的方式,积极学习帮扶知识和政策;采取入户走访、逐户调查的形式,一边熟悉,一边掌握困难群众的家庭基本情况。几周后,帮扶队员就顺利进入帮扶角色,他们从帮助群众分析致贫原因、制订增收计划、宣讲帮扶政策、落实帮扶政策、帮助村民整理户客户貌、开展义诊活动、帮助村民办理慢性病卡、介绍就业岗位、种植经济农作物等方面开展帮扶工作。

就这样,帮扶队员以村为家,每周一次挨家挨户查看慢性病患者的情况,看望身体残疾的村民、五保户等,及时解决他们的生活困难。只要村民有治病需求,帮扶队员就随时提供帮助,并且风雨无阻。一天,一位患有高血压的村民在凌晨出现胸闷、头晕、恶心、呕吐、四肢无力等症状,其家人与该村的乡村医生一起来到帮扶队员的办公室,请求帮助。帮扶队员得知这一消息后,立即联系延津县中医院的急诊科医生,请求派出120救护车与急救人员到该村抢救患者。当时,天空中下着雨夹雪,路滑难行。在漆黑的夜里,帮扶队员来回需要几天时间。现在,在家门口就可以进行健康检查。感谢帮扶队员把医院专家请到家门口,为我们进行健康检查。”一名村民高兴地说。随后,义诊专家来到建档立卡贫困户家中,为他们进行体检,给予用药指导,并叮嘱他们遇到病情加重等情况时,应及时到医院进行检查,最后留下了他们的联系电话,以便随时解决贫困户的健康问题。其间,帮扶队员对贫困户进行帮扶,开展防止返贫动态监测、因灾返贫排查多次;严格按照上级部门的要求,组织义诊活动,为600余名村民提供量血压、测血糖,以及做心电图、彩超等检查,现场为群众指导用药等。

为了进一步摸清村民的健康情况,帮扶队员联系延津县中医院专家,定期来到油坊村义诊,为村民检查身体,普及防病知识,并为行动不便的村民提供上门诊疗服务。“以前到县医院做检查、看病,来回需要几天时间。现在,在家门口就可以进行健康检查。感谢帮扶队员把医院专家请到家门口,为我们进行健康检查。”一名村民高兴地说。随后,义诊专家来到建档立卡贫困户家中,为他们进行体检,给予用药指导,并叮嘱他们遇到病情加重等情况时,应及时到医院进行检查,最后留下了他们的联系电话,以便随时解决贫困户的健康问题。其间,帮扶队员对贫困户进行帮扶,开展防止返贫动态监测、因灾返贫排查多次;严格按照上级部门的要求,组织义诊活动,为600余名村民提供量血压、测血糖,以及做心电图、彩超等检查,现场为群众指导用药等。

油坊村群众像亲人一样,盼着你们常回家看看。”

延津县中医院负责人接过锦旗时说:“你们赠送锦旗,是对帮扶队员工作和医院工作的肯定,也是对我们的鼓励。实施乡村振兴是国家的一项系统工程,具有重大意义。我们应努力发挥好医疗卫生行业的资源优势,整合医疗卫生资源,促进优质资源下沉,助力乡村振兴。这是我们的神圣使命。今后,我们将继续关注油坊村的发展和村民的生活及致富情况,力争利用自身优势,通过义诊活动和其他形式持续给油坊村送去温暖。”

在油坊村两委的大力支持下,延津县中医院帮扶队员经过两年多的精准帮扶、扎实推进帮扶工作和落实帮扶措施,使村民的防病意识提高了,身体健康了,并且在两次工作检查中,均受到管理部门的肯定。

开学后  
别让孩子把网瘾带到学校

通讯员 席娜



如今,上网查信息、玩游戏已经成为人们生活的一部分,而网瘾则成了一种困扰青少年多年的“疾病”。新的一学期又开始了,您的孩子有没有因不能上网而出现记忆力减退、兴趣丧失、精力不能集中、焦虑不安等现象呢?如果有这些现象,那您就需要留意自己的孩子是否染上网瘾了。

“疏”比“堵”更有效

由于很多家长不知道孩子染上网瘾后应该怎么做,所以出现训斥、打骂及禁止孩子活动的现象。郑州市第八人民医院副院长孔德荣说,戒除网瘾好比大禹治水,一味地“堵”是没办法解决问题的,这些做法不仅不能有效帮助孩子戒除网瘾,还有可能导致孩子出现厌学、逃学,甚至离家出走的严重后果。要想使孩子顺利戒除网瘾,这就需要依靠家长、学校和社会正确引导和教育孩子。

戒除网瘾之家庭治疗。家长是孩子的第一任老师,父母的教育对于青少年戒除网瘾起着至关重要的作用。那么,作为家长应该怎么做呢?孔德荣说,耐心与孩子沟通是第一步。通过充分沟通,了解孩子在想什么,想要什么,家长依据孩子的兴趣,培养其爱好,不要盲目给孩子报各种补习班。

戒除网瘾之学校治疗。学校作为社会与学生的一个重要载体,更要对孩子负责。那么,学校需要做些什么呢?孔德荣说,学校除了要教学生正确使用电脑、健康上网外,还应该与社会上的公益性机构建立长期的联系,周末或者寒(暑)假积极组织孩子们进行社会实践,比如去博物馆参观、去科技馆学习科学技术与天文知识、去福利院培养感恩的心等,通过这些实践增加孩子与同学之间的交流,充分体现自我价值。

戒除网瘾之社会治疗。社会要多给儿童、青少年提供一些展现自我的机会。孔德荣说,目前,为了防控新冠肺炎疫情,学生的课外实践活动匮乏,社会上要多组织一些公益性活动和社会实践,积极邀请学生参与,以增加他们的社会经验和抵抗挫折的能力。

心病还要心药医

现在市面上有很多戒除网瘾机构,那么,它们真的能够帮助青少年戒除网瘾吗?孔德荣介绍,网瘾是一种精神、心理上的“疾病”,特别是青少年,由于自尊心强、自控能力差,而这些戒网机构只是暂时、强制性地断绝了网络,不能从精神上、心理上完全戒除网瘾,有极易“复发”的可能。只有心甘情愿地戒除网瘾,有意愿做好这件事情、愿意配合才能彻底解决网瘾问题。比如多读书、多和好朋友聊天,并且饮食、生活也要规律,每天适当运动,这些行为都能有效转移他们的注意力,让他们的生活变得充实,最终戒除网瘾;只有生活变得丰富多彩,才能降低网瘾对他们的吸引力。如果您的孩子染上了网瘾,要尽早到正规医院接受专科治疗为好。

专家名片

孔德荣:主任医师,教授,业务副院长,应用心理学硕士生导师,国家级心理治疗师,新乡医学院心理学系兼职教授,获得河南省医德标兵、郑州市学术技术带头人、郑州市十佳人民健康好卫士、郑州市科技创新领军人才、郑州市十大科技女杰等荣誉。孔德荣兼任河南省预防医学会儿童心理卫生专业委员会副主任委员、河南省中西医结合精神科专业委员会委员、郑州市心理卫生协会副理事长等职务。孔德荣发表专业论文40余篇,出版专著3部;长期从事精神科临床、科研工作,主要研究方向:儿童、青少年心理障碍,青少年心理咨询与心理治疗。

专科优势:儿童青少年期心理障碍、精神分裂症、强迫症、焦虑抑郁症等,并且擅长用中西医结合疗法治疗各种精神疾病。

(本文由本报记者王婷整理)

## 心灵驿站

协办:郑州市精神卫生中心 郑州市第八人民医院

疫情防控心理援助热线(0371)55622625

驻马店市第一人民医院  
完成一例先心病封堵术

## 基层之声

## 人物剪影

## 手术室外的温暖瞬间

通讯员 段泓涛 陈会召



“生日快乐!来,赶紧吃一块蛋糕吧……”2月27日10时40分许,在舞钢市人民医院介入导管手术室外休息区,刚做完第20台“心血管造影”手术出来的该院主治医师曹争光,被一声声祝福怔了一下。看到同事端着一个点燃明亮蜡烛的蛋糕,曹争光的眼睛湿润了,于是匆忙吃了一块蛋糕,算是应了这“迟到”的37岁生日。稍微休息一会儿,曹争光就又投入下一个手术中(如图)。

曹争光于2009年大学毕业后,来到舞钢市人民医院放射介入科工作,还担任该院医学科的党支部书记。放射介入工作既精细又纷繁复杂,常常需要夜以继日地工作,才能顺利完成工作,所以他时常被同事们戏称为“地下工作者”。在治病过程中,需要时刻关心患者的情况,患者病情危重时,他感到如履薄冰;患者病愈时,他欣喜若狂。

来自朱兰社区的61岁患者王某,反复头晕,一侧肢体无力,做核磁共振检查,结果提示:基底动脉重度狭窄,颈内动脉闭塞。做血管造影检查,结果提示:半球血供完全依靠即将闭塞的基底动脉供应,患者的病情危重。对此,曹争光立即为患者进行球囊扩张,植入支架,闭塞的血管开通了,终于挽救了患者的生命。

因工作时需要长时间保持站立姿势,导致下肢静脉曲张、胀痛,而且影响了身体外观与形象,该市杨庄乡建新村村民苗某,经曹争光联合进行下肢静脉曲张单纯DSA(数字减影血管造影)下泡沫硬化术,手术取得成功。

46岁的肾病反复透析患者张某,动静脉造瘘口狭窄明显,流量不足。对

此,曹争光经过查看病情,制定了系统的治疗方案,为其进行球囊扩张术。术后,患者恢复情况良好。

诊疗之余,曹争光还经常和该院胸痛中心、卒中中心、创伤中心的相关专家组成团队,定期走进乡镇和村组,对村民就胸痛、卒中、创伤等相关

知识进行科普宣传。其间,他们通过列举实例,指出了生活中容易出现的一些误区,并引导村民要加强自我保健,采取适当运动、合理膳食、规律生活等预防措施;倡导大家保持乐观的心态,正确对待疾病。

近几年,舞钢市人民医院放射介入科就诊的患者明显增多。2月27日一大早,曹争光查完病房后,就和同事们投入手术“战斗”。当天12时许,该院食堂安排人员将米饭套餐送到手术室休息区,碰巧同在医院上班的曹争光的妻子赵丽丽也送来了一碗热腾腾的鸡蛋面条。站在一旁的组织手术的心内科副主任张耀辉走上前询问详情,心细的妻子才说出给曹争光煮的是“长寿面”。得知这个情况后,张耀辉就多方紧急联系,于是就出现了文章开头温暖的一幕。

2月28日凌晨2时许,曹争光和同事们顺利完成第26台手术。当他踏着月光,悄悄地回到家中时,妻子和儿子早已沉浸在酣睡之中。

本报讯 (记者丁宏伟 通讯员李明华 邢小宝)1月19日,驻马店市第一人民医院心内科一病区主任彭勇带领团队在副院长董凌云带领的超声团队的大力支持下,顺利完成一台高难度先心病(卵圆孔未闭)封堵术。

某女士,平时身体健康,生活规律,无高血压病、糖尿病、高脂血症等,不抽烟、不喝酒、不熬夜,生活和工作压力也不大,却反复发作性头痛困扰多年。患者因为头痛问题多次就诊于多家医院,进行头颅CT、头颅核磁共振及颈椎CT等检查,予以对症治疗,效果不佳。患者于近期进行食道超声、右心声学造影检查,结果提示:卵圆孔未闭。这才找到了导致她反复头痛的“元凶”。于是,患者咨询彭勇,希望能够治好困扰她多年的疾病。

经过充分的术前准备,彭勇带领团队进行反复讨论手术步骤及备用预案,手术过程顺利。医生通过一根导管,从其右侧股静脉通过血管和心脏路径,将封堵器送达心脏卵圆孔未闭处,再释放封堵器。影像检查显示封堵器位置良好,整个手术从穿刺到封堵全程只用了半小时,而且避免了患者因卵圆孔未闭造成的栓塞。术后第二天,患者的头痛症状已得到基本缓解。该手术的创口仅有2

## 春季该如何防治流感

□李长青

冬去春来,气温逐渐回升,万物复苏,春暖花开,流行性感冒病毒(简称流感病毒)容易在这一时期繁殖传播,危害人们的身心健康,尤其是儿童各项身体机能尚未发育完全,抵抗能力低,极易感染流行性感冒(简称流感),还有一些患病的中年人和老年人因身体虚弱,也容易感染流感,所以春季常常是流感的高发季节。那么,在春季,我们该如何防治流感呢?请先了解一下流感的症状与特点,知已知彼方能百战不殆。

什么是流感?

由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,分为甲型、乙型、丙型、丁型4种。常见潜伏期为1天~4天(平均2天),流感患者和隐性感染者是流感的主要传染源,主要通过呼吸道分泌物的飞沫传播,也可以通过口腔、鼻腔、眼睛等部位的黏膜直接或间接接触传播,传染性极强,人群对流感普遍容易感染;尤其在学校、幼儿园易造成流行。

流感有哪些表现?

儿童流感并发症主要包括肺炎、肝功

能损害、肾脏损害、中枢神经系统损害、心肌损害和肌肉损害等。比如患儿存在基础性疾病,常因严重肺炎、ARDS(急性呼吸窘迫综合征)以及脑炎(脑病)导致死亡。

哪些症状提示感染了流感呢?

在流感流行季节,儿童有以下症状:发热,体温≥38摄氏度,并伴有咳嗽、咽痛等症状,应高度怀疑流感,及时就诊。

流行性感冒如何治疗?

(作者供职于新郑华信民生医院)

儿童流感的治疗原则就是一个“早”字。在发病48小时内尽早开始抗流感病毒治疗,合理使用对症治疗药物,避免盲目或不恰当使用抗生素。目前,儿童流感最主要的治疗药物是神经氨酸酶抑制剂,包括奥司他韦、扎那米韦和帕拉米韦等。

如何预防流感?

1.注射流感疫苗是预防流感的第一道防线,1月龄以上儿童按照推荐程序接种疫苗后,可产生保护作用;2.勤洗手;3.在流感流行季节,尽量避免去人员聚集场所,避免接触呼吸道感染患者;4.保持良好的呼吸道卫生习惯,咳嗽或打喷嚏时,用纸巾、毛巾等遮住口鼻,咳嗽或打喷嚏后洗手,尽量避免触摸眼睛、鼻、口;5.家庭成员出现流感症状时,要尽量避免相互接触,避免交叉感染;6.学校、托幼机构等集体单位中出现流感病例时,患者应居家休息,可减少病毒传播。

(作者供职于新郑华信民生医院)