

助力乡村振兴

心 灵驿站

# 把温暖送到村民心上

本报记者 王平 通讯员 段泓涛

“噢！这一年，我利用小额贷款实现增收2000多元，参加村级公益性岗位每月工资411元，加上光伏发电收益863元，参与统筹基金收益2126元……你一看，快过年了，驻村工作队又送来米、面、油，我的日子过得真美，心中暖暖的……”1月16日，雪后初晴，在省级文明村舞钢市庙街乡冷岗村，58岁的监测户何春山紧紧地拉住舞钢市人民医院院长郭文伟的手，感激地说。当天，全村18户脱贫户和一些监测户都和何春山一样，收到来自该院驻村工作队送的新年“礼包”，还收到浓浓的新春祝福。

冷岗村位于庙街乡西北部，管辖7个村民组，全村共392户1470人，党员61人。该村地处山区，经济以种植小麦、玉米等农作物为主。

自舞钢市人民医院驻村工作队在该村“扎根”以来，结合该村实际情况，立足乡村振兴基点，扛起村集体经济发展和脱贫群众致富的重任，逐步走出不平凡的新路子。

“扶志扶智”一个不掉队。该村动态监测户共6户17人，现有享受政策户12户31人。驻村工作队按照帮扶要求，逐户建立了帮扶关系。2021年6月，驻村工作队对突发困难户何春山等3户进行重点帮扶，顺利消除了“三类户”（指脱贫不稳定户、边缘易致贫户及因病因灾因意外事故等刚性支出较大或收入大幅缩减导致基本生活出现严重困难户）返贫、致贫风险。驻村工作队积极引导他们通过生产和就业增收致富，并通过树立稳定增收致富的典型和开展文明户评

选等活动，不断激发他们勤劳致富的内生动力。

舞钢中加矿业公司位于该村，依托该公司发展运输业，目前该村有8个运输队、40余台挖掘机等，冷岗村产品代加工车间，每年创收1.6万元，2022年全村经济总收入2600余万元等。

“五星”（支部过硬星、产业兴旺星、生态宜居星、平安法治星、文明幸福星）创建增强了党支部的战斗堡垒。驻村工作队积极引领冷岗村党支部，树立“乡村振兴产业是基础”的发展理念，以党支部建设加快村集体经济增收致富。今年53岁的村支部书记何赠严，在驻村工作队的引导下，带领村民建设生态环境、发展生态经济、建设文明生态村；每月在村卫生室为60岁以上老年人免费体检；在幸福院内，

老年人悠然娱乐、健身、休息，安享晚年；引导村民开展文化体育活动及文明户创建活动等。

自“五星”党支部创建以来，驻村工作队和该村党支部紧紧围绕乡村振兴的“产业兴旺、生态宜居、乡风文明、治理有效、生活富裕”的目标，提升村党组织班子能力素养，加强党员队伍建设，使党组织的凝聚力不断增强，提高了广大党员的先锋模范作用，为乡村振兴提供了坚强的组织保障。

去年9月9日重阳节，驻村工作队为全村老年人办了一件“大事儿”，组织村里的媳妇儿在村委广场摆开了洗脚“战场”，媳妇儿用心洗脚、按摩，公公婆婆的脸上露出了笑容。“媳妇儿真孝顺！她婆婆走几十年了，一直都是她照顾我。这不，她又给俺洗脚，洗得我

心里热乎乎的。”一提起儿媳妇田太景，该村71岁的何老先生就赞不绝口。最后，驻村工作队还对媳妇儿进行奖励，不仅让公公婆婆威风一回，还传承了孝道文明之风。

近期，驻村工作队通过外出参观学习，引导村民在乡村振兴中调整农业种植结构和集体经济发展思路。

接下来，冷岗村先后成立了土石方有限责任公司、扶贫加工车间和天成鸽业合作项目等，集体经济从无到有，向“从弱到强”迈进。通过开展帮扶产业项目，冷岗村的集体经济收入从2019年的42万多元，上升到2020年的65万多元，2022年达99.1万元，实现了跨越式发展，有效巩固了拓展脱贫攻坚成果，推动乡村振兴取得了新成效。

## 精神障碍患者如何安度春节

□ 席娜

春节将至，千家万户都在忙着置办年货，准备过节。而春节期间家庭聚会、走亲访友、娱乐游玩等，都会打乱平时的生活节奏。对于精神障碍患者而言，节日期间不规律的生活，不利于身体康复，甚至会导致病情复发。

家住郑州市西郊的刘女士，有点担心患有精神障碍的女儿，今年春节会不会再次犯病。去年春节，女儿犯病，在家又吵又闹，无奈之下，刘女士在大年初一夜里将女儿送往郑州市第八人民医院住院治疗。为了全家人能够度过一个平安、祥和的春节，刘女士近日带着女儿到郑州市第八人民医院找到主任周梦煜复查。

据周梦煜介绍，临近春节，在临床上总会遇到一些让人担忧的问题：有一些病情比较严重的患者不能及时到医院治疗，因为患者家属认为，春节住院不吉利。因此，患者就在门诊由医生开具一些治疗药物，在家保守治疗，等春节后再住院治疗。其实，这样的做法会导致患者病情加重。此外，还有一些住院患者病情不稳定，但因春节临近就急于出院；患者家属也不听医生劝告，强烈要求接患者出院。

为了避免上述情况发生，周梦煜提醒精神障碍患者及家属，在疾病治疗过程中，一定要遵照医嘱，按时服药，这是患者能否顺利康复的关键。那么，春节期间，精神障碍患者在家如何平安过节呢？

### 遵照医嘱按时服药

坚持服药、规范治疗对于患者康复至关重要。春节期间，患者该怎么服药呢？答案是继续规律服药。如果骤然停药或者自行减量，会导致病情加重或者疾病复发。

春节期间，走亲访友或者出门游玩，都极易导致漏服药物或者擅自停药。还有一部分患者及家属受传统观念影响，认为吃药不吉利，就会主动要求停药几天；也有一部分患者家属整日忙于拜访亲友，从而忽略了提醒患者服药。

由于精神障碍病程较长，治疗需要足量、足疗程，所以春节期间患者的用药情况需要特别重视，避免因漏服药物而导致疾病复发。周梦煜建议大家，可以在节前安排一次复诊，把患者近期所服药物购买齐全，做好过节准备。患者家属应及时提醒患者服药，注意观察患者服药后的副反应，比如肌肉紧张、便秘等；如果出现严重不良反应，应带患者及时到医院就诊。

### 作息规律少熬夜

春节期间，国人熬夜跨年的传统习惯，或者亲戚朋友来了通宵打麻将。熬夜对于身体的影响是很大的，尤其是精神上的影响，睡眠不足会导致人易怒、烦躁等，不利于精神障碍患者的治疗与康复。因此，规律睡眠对于精神障碍患者的康复十分重要。对于处于稳定期的患者，可以适当做一些力所能及的家务或者走亲访友，但不宜过度，需要规律作息、尽量保持平时的生活节奏，比如早睡早起、按时吃饭、按时服药等。

### 远离烟酒

过年期间，亲朋好友难得相聚，免不了喝酒助兴。适量饮酒或许会有一些好处，但饮酒过量不仅会伤害身体，还会导致精神障碍。吸烟可加快药物的代谢速度，降低药物疗效，还会上瘾。不戒掉烟瘾，会影响人的精神状态和身体健康，百害而无一利。因此，精神障碍患者应戒烟戒酒。因为酒精能与一些药物发生反应，影响疗效，甚至会造成严重不良反应，还有一些食物在腌制过程中加入了料酒、啤酒，应尽量少吃，最好不吃。

### 合理饮食

春节期间，饮食大多油腻，不易消化。患者偶尔吃一些这类食物没问题，但仍然需要以清淡、少油、少盐、荤素搭配、易消化的食物为主，需要摄入适量的蛋白质，保持营养均衡，但要避免暴饮暴食；要保证饮食结构的多样化，确保膳食纤维、维生素的摄入量，多吃绿色蔬菜和新鲜水果。这样，既能控制体重增加，还能促进肠胃蠕动，预防便秘。

### 调整心态

春节期间，亲朋好友相聚，总会聊一聊彼此的生活和工作等，对一些工作顺利、家庭幸福的患者来说皆大欢喜，可对一些工作和生活不太顺利的患者来说会带来伤感。因此，患者心态调整非常重要，不能以己之短比他人之长，结果会加重病情。

### 观察病情

精神障碍患者由于“病耻感”、大脑认知功能下降等原因，往往对外界有退缩心理。春节期间，走亲访友容易使患者因患病而产生自卑感和悲观情绪。因此，患者家属应多陪伴患者，尽量满足患者的合理要求，避免患者病情加重或者疾病复发。春节正是亲朋好友团聚的时候，患者家属可借此机会，适当鼓励患者多与他人接触；及时了解患者的内心想法，帮助其树立生活的信心，增强战胜疾病的勇气。但需要把握好分寸，遵照患者的意愿和要求进行适时劝告，避免适得其反。总之，春节将至，祝愿每一位患者病情稳定，快乐过新年！

（作者供职于郑州市第八人民医院；本文由本报记者王婷整理）

## 人物剪影

# 守护生命的“急先锋”

本报记者 乔晓娜 通讯员 田明东 文/图



工作中的于海水

“快！患者意识模糊，检测不到血氧饱和度，马上送到抢救室抢救！”1月13日深夜，一名患者突发呼吸、心跳骤停，南阳卧龙区石桥镇卫生院急诊科主任于海水带领科室成员经过半小时紧急抢救，终于把患者抢救过来，并迅速将其转到监护室做进一步治疗。

这几天，该院急诊科患者持续增多，“争分夺秒”成为急救人员的工作节奏。看着被送往监护室的患者，于海水又立即打电话给监护室医务人员交代病情。自今年1月初以来，急诊室里“就像打仗一样”，医生持续为患者开具处方；护士们为患者核对信息、输液、换药；于海水不停地穿梭在办公室、分诊台、抢救室（如图）之间，时常到分诊台察看患者的最新信息，随时为突发情况做好准备。他们一刻不停、默契地维系着急诊室的正常运转。

“从去年12月19日开始，急诊科患者开始增多。在12月29日当天，急诊患者数量达到52人次。近几天，每天维持在30人左右。正常情况下急诊室平均每天有10位患者左右，现在的工作量是平时的3倍多。”于海水说，“来急诊科的患者

是老年人，大多数住在村里，医务人员都是主动背着患者走，并把患者安全送上救护车。每一个呼叫支援电话的背后都是一个急需用命的生命，我们必须用最快速度赶到现场。如今，急诊科是与新冠病毒正面交手的第一战场，我们必须守好这一关，并做好与其他科室的对接工作，尽力让每一位患者得到及时治疗。”

“急诊科是面对病种最多的科室，是抢救生命的第一线。我们要快速确定病因、帮助患者及早得到治疗。”于海水说。其间，针对最近繁忙的新冠病毒感染医疗救治工作，于海水对全科医务人员进行培训，内容包括：患者初步病情识别、危重症患者救治等方面的知识；要求科室24小时满负荷运转，按照“分诊要准、接诊要快、会诊要勤、周转从速”的原则，切实做好患者的首次诊治，为患者争取救治时间。

每次遇到急诊患者时，于海水首先想的是如何缓解患者病痛，经常忘了疲惫。虽然家里还有两个年幼的孩子在网上网课，需要他的关心和照顾，但是为了工作，他时常两三天也不能回家；因为经常熬夜，工作压力大，年纪轻轻的他已经患

了高血压病。为此，于海水的爱人劝他注意身体，别整天“泡”在科室里，他却说：“我是一名急诊医务工作者，能为患者解除痛苦，是我最大的心愿！”

在急诊科病房里，在抢救室内，急诊科医务人员一边输液一边接生，一边吸氧一边配药……所有医务人员一边带病咬牙坚持工作，一边承受着家人生病无人照顾的煎熬。他们舍小家顾大家，始终坚守在自己的岗位上救治患者。在于海水的带领下，一支业务过硬、爱岗敬业的团队，成为守护石桥镇周边群众生命健康的“急先锋”。

自从海水担任急诊科主任职务以来，每有危急重症患者，他总是冲在抢救第一线。良好的职业素养，扎实的工作作风，再加上技术过硬，敢于担当，治病效果好，他受到了患者和领导的称赞。

作为基层抗疫的“前哨”，石桥镇卫生院急诊科医务团队在于海水的带领下，撑住了这一波“冲击”，守好了危急重症患者生命健康的第一道防线。他们把平安和健康送给群众，把危险与病痛留给了自己，向群众交上了一份合格的“答卷”。

## 基本公共卫生知识问答

### 孕产妇健康管理服务规范

35.孕早期(13周以内)服务管理主要有哪些内容?

答:进行孕早期健康教育和指导;建立《母子健康手册》;孕妇健康状况评估;对未发现异常孕妇的管理;对发现异常孕妇的管理;填写第一次产前检查服务记录表。

36.孕早期妇女健康评估内容包括哪些?

答:询问既往史、家族史、个人史等;观察体态、精神等;进行一般体检、妇科检查;血常规、尿常规、血型、肝功能、肾功能、乙型肝炎。

有条件的地区建议进行血糖、阴道分泌物、梅毒血清学试验、HIV(人类免疫缺陷病毒)抗体检测等实验室检查。

37.为孕中期和孕晚期妇女提供服务的机构有哪些?

答:有助产技术服务资质的医疗卫生机构。

38.有助产技术服务资质的基层医疗卫生机构在孕中期和孕晚期主要任务是什么?

答:督促孕中期和孕晚期妇女前往有助产技术服务资质的医疗卫生机构进行相关随访。

39.孕中期健康管理有哪些内容?

答:怀孕14周~27<sup>+</sup>6周为孕中期。在16周~20周,21周~24周医生做2次随访。包括:(1)对孕妇健康和胎儿的生长发育情况进行评估和指导。医生通过询问、观察、体检、产科检查、化验等对孕妇和胎儿进行评估,识别是否为高危孕妇。(2)对未发现异常的孕妇进行相应的指导和出生缺陷预防等健康教育。(3)对发现异常的孕妇,及时转诊至上级医疗卫生机构。出现危险征象的孕妇,要立即转至上级医疗卫生机构,并在2周内随访转诊结果。

(河南省卫生健康委基层卫生健康处供稿)

# 走好专业化客户服务之路

## ——记中国人寿湖北省仙桃支公司彭燕

□王平 刘富安 王清

在湖北省仙桃市的“保险圈”内，许多人都知道彭燕这个名字，她是众多保险从业者前行的榜样。从业22年来，彭燕从一名完全不懂保险知识的乡村医生发展成为中国人寿保险股份有限公司（以下简称中国人寿）一名优秀从业者，她累计服务客户2016人、保单数量4764件，保额累计达16.77亿元，为客户送去理赔款358.17万元。

怀揣事业梦想 用真诚感动客户

“你性格开朗，脾气又好，应该到保险公司试一试。”由于丈夫工作岗位调整，30岁的彭燕毅然辞了乡镇卫生院的工作，从乡镇来到仙桃市，并

在朋友的建议下应聘到中国人寿湖北省仙桃支公司。

在工作初期，彭燕遇到很多困难，也想过放弃，但是不服输的性格，让她克服了重重困难，并一次次实现了新突破。彭燕每天骑着摩托车在仙桃市附近城区走街串巷，天亮出发天黑回家，一遍遍讲解保险知识，不厌其烦地向客户传递保险理念，用真诚和真情打动了客户。“为了让客户获得适合的保障，我一定将保险事业做好、做久，不辜负客户对我的信任。”看着一份份送出去的保障，彭燕充满了成就感。

2003年是彭燕从业的第三年，她给自己早已定下一个目标：冲刺百万

元保费，让更多客户获得中国人寿的保险保障。为了实现这个目标，彭燕连续3个月早上五六点骑摩托车从仙桃市区到彭场镇开展业务，晚上十一、十二点再从彭场镇回家。星光不负赶路人，彭燕在2003年的10月就达到了百万元保费的目标。那一刻，彭燕对自己说：“我不做流星，一定要做一颗璀璨的恒星。”2003年只是开始，此后连续17年，她的保费年年达到百万元，服务的客户也越来越多。

用心服务 荣获“爱心大使”

2020年，一场突如其来的疫情席卷全国。湖北省及时采取防控措施。“当时，人们有一些恐慌，都害

怕感染新冠病毒。同时，人们也更加意识到保险的重要性，保险功能在此刻也显得格外明显。”彭燕说。

在疫情防控期间，她坚持给客户打电话，关心他们的身体状况和生活情况，疏导客户的负面情绪。待形势好转后，她就第一时间拜访客户。在一次拜访中，客户不仅主动为自己和家人完善医疗保险和重疾保障，有的客户还为家庭规划了财务保障，这也让彭燕对保险有了更深理解。于是，她给自己定下了更高的目标。

2020年，彭燕为更多的客户送去保障，也因此获得中国人寿颁发的“爱心大使”称号。为了做好保险服务，彭燕坚持每天学习最新保

险知识，根据所学知识，结合客户的经济状况、家庭情况，适时制订“一对一”保险计划。真情服务，专业服务，为彭燕积累了许多老客户，越来越多的客户主动找到她办理保险。“随着经济社会的不断发展，人们的保险保障意识在不断提高，自身的保险诉求也在持续提高，并且多样化。我要用自己的专业知识和热情为他们提供保障服务。”彭燕说。

怀着感恩的心 构建客户服务体系

彭燕是中国人寿湖北省仙桃支公司的营业部经理，团队共有16人，80%的团队成员都是营销服务精英。22年间，彭燕先后获得中国人寿的“百朵金花”、杰出贡献奖、“爱心大使”等荣誉，多次参加“世界华人保险大会”等活动，并成为中国人寿精英俱乐部终身荣誉会员。

“我每天坚持学习保险知

识，以提高自己的业务能力，从而为客户做好风险保障规划和财务管理。”许多老客户都是通过朋友介绍找到我，他们非常认可我的专业服务，把家人的保险交给我打理。我的大部分客户都是企业家，他们为了企业的成长付出了很多精力，同时也有很多风险管理方面的需求。我用自己的专业知识帮他们分析，帮他们做风险管理。”彭燕说。

“我的成长离不开公司提供的宽广舞台，也离不开客户的信任与支持。”怀揣一颗感恩的心，彭燕为自己制订了专门的客户服务计划，她要用专业、高效、温暖的保险保障服务为客户的美好生活保驾护航。

携手好乡医 共建一个家

中国人寿 CHINA LIFE

协办：中国人寿保险股份有限公司河南省分公司