

助力乡村振兴

# 用心帮扶 提升基层医疗服务能力

本报记者 王平 通讯员 赵培恒

“当我们来到堂街镇中心卫生院进行健康帮扶时，卫生院还没有中医科和康复医学科，患有疼痛疾病和需要康复治疗的患者都去周边的县级医院治疗。”11月23日，郑县医疗健康集团二院院区（郑县第二人民医院）中医科主任谢俊鹏说。

为了解决基层患者看病就医难题，堂街镇中心卫生院负责人吕战杰积极向郑县医疗健康集团反映群众的治病需求。郑县医疗健康集团适时抽调临床医生成立医疗服务团队，帮扶堂街镇中心卫生院。今年9月，郑县第二人民医院的医务人员谢俊鹏、王帅、王瑞鹏、王锦锦、王小悦、李硕等人，被派到堂街镇中心卫生院进行健康帮扶，依据卫生院的实际需求，设立了中医科和康复医学科，购置专业医疗设备，开展中医药适宜技术培训等。截至目前，堂街镇中心卫生院

已开展艾灸、督脉灸、小针刀、运动疗法等中医药适宜技术20余项，购置站立床、平衡杆、上肢多功能训练器、液压踏步器等康复训练设备20余台。这样，群众看病不再跑远路，避免了奔波劳累，大部分患者选择在堂街镇中心卫生院治病。

“如今，中医科、康复医学科已在堂街镇中心卫生院发展起来。该院的医疗服务能力由弱变强，就诊人次与日俱增！”谢俊鹏说。

“谢俊鹏一周坐诊7天，吃住都在卫生院。他不仅带领医务人员做手术、查房，还完善病历书写规范，想方设法增强医务人员的诊疗能力。目前，堂街镇的高血压病、糖尿病等慢性病患者在家门口就能享受到县级医院专家的医疗服务。”吕战杰说。

“我已经在卫生院治疗5天了，治疗效果很明显！不仅医生的技术水平高，服务态度还很好，让我

感到很温暖！”在接受艾灸治疗的患者刘松营说。

据了解，今年10月，家住堂街镇刘庄村的村民刘松营在工地干活儿时，突然感觉腰痛，甚至连走路都困难。工友见状，立即将刘松营送到附近的诊所治疗。但是，由于刘松营的腰部疼痛难忍，运用针灸、吃药等方法，均无明显疗效。无奈之下，工友又把刘松营送到堂街镇中心卫生院治疗，恰巧谢俊鹏值班。“经过询问，结合患者的腰痛与右下肢疼痛症状，我运用针灸、正骨手法、药物熏蒸等疗法对症治疗。目前，患者的病情逐渐有所好转。”谢俊鹏说。

“预防口腔疾病和治疗牙病是我们卫生院的医疗服务‘亮点’。”吕战杰说。汪莉晓是郑县妇幼保健院口腔科的一名医生。2020年5月，郑县妇幼保健院接到郑县医疗健康集团指令，派汪莉晓到堂街镇

中心卫生院进行健康帮扶。于是，汪莉晓带领医务人员坐诊、手把手带教做手术及开展相关技术培训等，承担着全镇群众的口腔疾病治疗及预防保健工作。至今，在汪莉晓的带领下，口腔科医务人员以娴熟的诊疗技术和热情的服务赢得了当地群众的信任。

“在卫生院负责人的支持下，口腔科从无到有，并迅速发展起来。如今，卫生院通过人员调整、购买诊疗设备等，诊疗水平得到很大提高，村民在家门口就可以做口腔检查和治疗牙科疾病。”汪莉晓说。去年10月的一天晚上，堂街镇寺后村的一名张姓村民突患急性冠脉炎，来到堂街镇中心卫生院治疗。

汪莉晓接诊患者后，将其口腔内的脓液排出，反复冲洗脓液，患者的疼痛症状逐渐缓解。经过3次精心治疗，患者痊愈。

其间，郑县医疗健康集团还成

立了“远程心电会诊中心”，为各乡镇卫生院、村卫生室配备了心电图机。吕战杰说，今年6月，村民李某突发心肌梗死，就是通过“远程心电会诊中心”及时转诊治疗，才躲过一劫。

“为了方便群众看病，我们利用紧密型医共体建设这一契机，探索出医防融合、科室共建、家庭医生签约服务，以及互联网+医疗服务新模式，为群众提供了便利。目前，卫生院的医疗服务能力得到提高，由于医务人员诊疗效果好，服务热情周到，诊疗技术有特色，周边乡镇的患者也慕名前来就诊，切实解决了群众的烦心事。”吕战杰说。“乡村振兴，健康先行，而保障群众身体健康，我们需要在不断加强卫生人才队伍建设上下功夫，持续提升基层医生的诊疗水平，用心用情跑出优质医疗服务‘加速度’，让基层群众享受到更加便捷、优质的医疗服务！”

## 统筹资源 提升服务能力 改善呼吸道疾病患者就医体验

新密市妇幼保健院

本报讯（记者李志刚 通讯员韩长河 张颖）近日，为了改善支原体肺炎患儿的就医体验，新密市妇幼保健院通过增加门诊号源、增派医师、增开病区等举措，保障患儿得到规范治疗。

该院出台应急预案，优化服务流程，调配医务人员支援儿科（急）诊、儿科门诊室由原先的6个增加到10个，保证门诊“应开尽开，应看尽看”。

内乡县王店镇卫生院

本报讯（记者乔晓娜 通讯员李静）近日，为了防治冬季呼吸道传染性肺炎，内乡县王店镇卫生院通过延长门诊服务时间、增加诊室开放数量等，让上呼吸道感染患者享受到精准的诊疗服务。

该院全面开放门诊诊室，做到24小时“不打烊”；儿科医务人员实行

弹性排班制度，延长工作时间；增加导诊及分流管理，快速扩大接诊容量，优化诊疗流程；完善绿色通道，对于急危重症患者，做到及时转诊；以患者及临床需求为导向，做好药品动态储备；强化小儿推拿、穴位贴敷等技术的应用；做好65岁以上重点人群的健康管理；利用微信公众号、电子屏等，开展科普宣传，帮助群众掌握疾病防治知识。

弹性排班制度，延长工作时间；增加导诊及分流管理，快速扩大接诊容量，优化诊疗流程；完善绿色通道，对于急危重症患者，做到及时转诊；以患者及临床需求为导向，做好药品动态储备；强化小儿推拿、穴位贴敷等技术的应用；做好65岁以上重点人群的健康管理；利用微信公众号、电子屏等，开展科普宣传，帮助群众掌握疾病防治知识。

## 基层快讯

固始县人民医院

### 开展消防应急演练

本报讯（记者王明杰 通讯员周敏 潘瑞）11月27日上午，固始县人民医院消防应急演练在西院区门诊楼前举行。

此次演练模拟肿瘤科二楼卫生间发生火灾。肿瘤科负责人发现火情后，立即拨打医院消防值班电话，用灭火器扑救；让医务人员疏散患者、家属；微型消防站确认火情后，上报应急办等，启动应急预案等。演练过程紧张有序，圆满结束。

开封市龙亭区卫生监督所

### 检查卫生室传染病防控工作

本报讯（记者张治平 通讯员张天真）近日，开封市龙亭区卫生监督所组织卫生监督员，检查辖区内村卫生室传染病防控措施。

卫生监督员核实卫生

室是否有完善的传染病报告制度，是否及时向疾控部门报告疑似传染病病例等；对卫生室的消毒措施和个人防护用品的使用情况进行检查，防止传染病传播。

民权县医疗保障局

### 对定点药店进行检查

本报讯（记者赵忠民 通讯员张超）近日，民权县医疗保障局开展定点药店“双随机、一公开”督查行动。

此次行动采取随机抽查场所、随机匹配执法人员的方式抽取了4家药店，

对场所相关内容逐项进行检查；现场责令1家药店改正，其余未发生违规经营行为；利用“双随机、一公开”工作机制，实现“进一次门、查多项事”，减轻企业负担，不断优化营商环境。

南乐县人民医院

### 开展胆总管探查取石胆囊切除术

本报讯（记者陈述明 通讯员王江红）近日，南乐县人民医院在省级医院专家协助下，双镜联合（腹腔镜+胆道镜）为一名胆囊结石伴有胆总管结石的患者做胆总管探查取石胆囊切除术。

患者王某，33岁，产褥期无明显诱因出现右上腹

部疼痛现象，疼痛呈间断性钝痛等，来到南乐县人民医院就诊。完善相关检查后，医生诊断其为急性化脓性梗阻性胆管炎。经患者及其家属同意，专家为患者实施了腹腔镜下胆囊切除术+胆总管切开取石+T管引流术。手术顺利结束，患者的生命体征平稳。

### 焦作市山阳区艺新社区预防接种门诊 获“首批国家级预防接种示范单位”

本报讯（王正勤 侯林峰 王利娟）记者于11月29日获悉，焦作市山阳区艺新社区预防接种门诊荣获“首批国家级预防接种示范单位”。

据了解，前期经过国家

专家组审核，焦作市山阳区艺新社区预防接种门诊从20多个省的50余家申报单位中脱颖而出。在授牌现场，专家分享了山阳区疾病预防控制中心的“免疫护航儿童成长”等经验。

宜阳县第二人民医院

### 雨污分流改造 改善诊疗环境

本报讯（记者刘永胜 通讯员李志辉）近日，宜阳县第二人民医院的雨污分流提标改造项目已竣工，改善了诊疗环境。

宜阳县第二人民医院雨污分流提标改造投资60多万元，铺设污水管网400

多米，在南北两院分别安装一套污水处理系统。改造后，污水经过管网收集后，被送到县污水处理厂进行处理，水质达到环保标准后再排入河道。该院对雨污分流提标改造进行分段施工，切实解决群众的“烦心事”。

## 心 灵驿站

# 抑郁症患者不能擅自停药

孙平平

在门诊发药窗口，经常会遇到患者或者家属问：“这病就是无底洞，根本治不好。”“我的病已经好了，可是才停药没几星期，就又犯了。”“得了这个病，这辈子就完蛋了，得吃一辈子药。”“我都吃两年药了，病已经好了，医生还要求我继续吃药，这是咋回事？”

治疗抑郁症的常见药物有：5-羟色胺再摄取抑制剂，比如西酞普兰、舍曲林、帕罗西汀、氟伏沙明、氟西汀等；选择性去甲肾上腺素再摄取抑制剂，比如度洛西汀、文拉法辛、米那普仑等；去甲肾上腺素和多巴胺再摄取抑制剂，比如安非他酮等；其他药物和增效药物，比如曲唑酮、拉莫三嗪、锂盐等。

由于抑郁症为高复发性疾病，目前一般倡导全程治疗。其可分为急性期治疗、巩固期治疗和维持期治疗3个阶段。急性期治疗：主要是控制症状，尽量达到临床治愈。治疗严重抑郁症时，一般药物治疗2周~4周开始起效。巩固期治疗：通常建议继续使用急性期有效的抗抑郁药单一治疗或者联合治疗，巩固治疗4个月~6个月。但是，对于患病时间过长的患者，可能需要更长的治疗时间。维持期治疗：经过治疗病情稳定后，可缓慢减药直至终止治疗。但是，应该密切关注患者的病情发展，一旦发现复发的症状，应立即恢复原有的治疗方法。有关维持治疗的时间有不同的说法，大多数医生认为，第一次抑郁发作后，维持治疗时间为6个月~8个月；有两次以上的复发性，特别是青少年，并伴有精神疾病症状、病情严重、自杀风险大、有家族遗传史的患者，维持治疗时间应为2年~3年；多次复发的患者，主张长期维持治疗。因此，为了治疗抑郁症，有效控制病情，患者足疗程服药显得尤为重要。

另外，药物起效需要一定的时间，大多数抗抑郁药物起效时间较慢，需要足够的时间才能显效；即便是起效较快的药物，比如米氮平和文拉法辛，也需要一周左右。因此，在治疗抑郁症的时候，无论是患者还是家属，都需要有足够的耐心，不宜频繁换药或者随意停药。

（作者供职于郑州市第八人民医院药械科）

## 人物剪影

# 李杰：做乡亲们信得过的医生

本报记者 刘永胜 通讯员 郭环都 赵静文/图



工作中的李杰

在洛阳市新安县仓头镇，有这样一位医生，从事临床工作20多年来，他走遍了全镇的19个行政村，每个村子都有被他治愈的患者；每逢他坐诊，诊室外的候诊椅往往不够用，时常还有站着等待看病的患者；有关他的“一把中药，一根银针”的故事，在患者及其家属口中广为传颂……他就是仓头镇卫生院中医科主任李杰。

今年51岁的李杰是仓头镇张村人。在采访中，正在等待复诊的孙老太太对我们说，几天前，她因肚子不舒服找到李杰就诊，仅服用3服中药，病情就减轻了。今天，她来复诊，想让李杰再开两服中药，巩固一下治疗效果。“李医生的医术好，药便宜，我信任他！”孙老太太说。不仅是仓头镇，就连相邻的县、乡也有不少患者慕名而来，李杰总能悉心诊治，让他们满意而归。

“中医药‘简、便、验、廉’，还有针灸、拔罐、穴位埋线等治疗手段，具有广泛的群众基础，我能做的就是对症下药，让患者早日康复！”李杰说。去年3月，73岁的高姓女患者，经邻居介绍来到仓头镇卫生院中医科就诊。李杰接诊患者后，经过询

问，得知患有高血压病、糖尿病十几年的她，病情加重，头部剧烈眩晕，不能下床活动，曾在某医院住院治疗一个月有余，疗效不明显。李杰经过详细询问、查体，进行综合分析，运用中西医结合的治疗方法为患者治病。该患者住院半个月有余，头晕症状消失，活动自如；出院后，继续服用中药调养3个月，患者现在可以适度活动。

“还有72岁的赵某、67岁的曾某，这两名患者比较特殊！”仓头镇卫生院院长张波说。去年7月，患有高血压病、糖尿病的赵某，颞顶部长了带状疱疹，后发展到口眼歪斜、流口水，右侧眼睑闭合不全，四肢活动不自主。在仓头镇卫生院，经过两次住院治疗，针灸配合中药治疗一个月有余，赵某痊愈。患有心脏病衰竭多年的曾某，长期在深圳儿子家居住，于2022年秋天病情加重，住院治疗病情未见好转，曾某强烈要求回老家治病。在仓头镇卫生院中医馆，李杰为曾某运用中药调理身体2个月，曾某的病情好转，生活可以自理。中医不是“慢郎中”，急诊急救也有特

效。患者李某在劳动过程中突发腰痛，疼痛难忍，在家人搀扶下来到仓头镇卫生院中医科就诊，表情痛苦，活动受限，经检查被确诊为腰扭伤。李杰就用针灸疗法，针刺患者的穴位，十几分钟后，患者的疼痛症状消失，满意回家。72岁的患者韩某患高血压病数年，长期服药，一天突发眩晕，难以站立，就来仓头镇卫生院中医科就诊。李杰结合患者的病情进行辨证治疗，用中药配合针灸治疗，5天后患者痊愈。患者及其家属为了表示感谢，特送锦旗一面。

院内诊疗佳话多，出诊服务情更深。赵沟村82岁的张某某脑梗死后，遗留肢体障碍，不能活动，卧床3年多，大小便失禁，每半个月需要更换一次尿管。张某的家人打电话向李杰求助，李杰就利用下班时间解决了患者的困难。去年12月，养士村68岁的杨某在做饭时晕倒，邻居打电话向李杰求助。李杰毫不犹豫，立即驱车数公里赶到患者家中，用针灸、穴位放血等手法治病，在120到达时，患者已经清醒，随后转诊到卫生院治疗。在李杰身上，诸如此类的出诊服务还有很多。

## 科 普专家话健康

# 患了高血压病需要终身服药吗

曾霞

高血压病是发生于心血管系统的一种常见慢性病之一。在我国，高血压病发病率呈持续上升趋势，呈现患者年轻化的发病趋势。本文主要介绍防治高血压病的注意事项。

首先，心脏的负担太重。心脏作为全身血压的“总指挥”，利用有节奏的一舒一张，把血液运送到全身各个部位。长期的超负荷“工作”，心脏就会“罢工”，致使出现心肌肥厚、心脏扩大，严重的还会出现心力衰竭、心肌梗死等症。

高血压对血管壁的损害。血压太大会“冲击”血管壁，甚至把血管撞破产生瘢痕，瘢痕致使血管狭窄，逐步形成血栓。全身的血管狭窄会导致各个器官得不到足够的血液与养分，大脑就“吃不饱”，会出现脑缺血、脑梗死等疾病。

如何治疗高血压病呢？一定要终身服药吗？其实，有一部分高血压及早治疗，是可以逆转的，例如继发性高血压、新发高血压、舒张压偏高型高血压等。逆转高血压的特点：病程短、压力大、生活方式不健康。

继发性高血压是由某些确定的疾病或病因引起的血压升高，约占所有高血压的5%。原发性醛固酮增多症是常见的继发性高血压。这类继发性高血压如果能够明确病因，并且得到规范治疗，也是可以逆转的。

新发高血压与生活习惯有关，高血压早期有3个月~6个月生活方式改善的“黄金期”。舒张压偏高型高血压，属于小动脉肥厚及梗阻引起的，舒张压相对较高，比较容易恢复到正常血压水平。

对于逆转高血压，具体有5个细节需要注意。

负面情绪 负面情绪包括抑郁、焦虑、烦躁等，会导致肾上腺分泌皮质醇、肾上腺素等抗压激素。因此，人们应学会缓解压力的技巧，这是高血压人群的“必修课”。发泄、冥想、倾诉、听音乐等，均可以缓解压力。只有心理压力小了，肾上腺分泌的抗压激素量就会减少，肾上腺就能得到充分“休息”，就可能逆转高血压。否则，情绪越焦虑，血压就会升高。

减肥 身体越肥胖，心脏越需要更强的动力，才能把血液运送到全身各个器官。心脏的动力越大，血压自然也就上升了。趁着心脏还没有被“累坏”，身体肥胖者就赶紧减肥吧。只有这样，血压才会下降。

合理饮食 为了延长保质期，

在加工食品时添加盐，而吃盐过多就会导致血压升高。因此，人们应少吃精加工食品，多吃粗加工食品，买新鲜的肉和菜；做饭时少放盐、酱油、蚝油等调味品，可以把家里的盐换成高钾的低钠盐。

根据中国居民平衡膳食宝塔的要求，控制血压升高应该这样吃：水果，每人每天摄取量为200克~350克；谷薯类，每人每天摄取量为250克~400克；油，每人每天摄取量为25克~30克；盐，每人每天的摄取量为6克以下；奶及奶制品，每人每天的摄取量为300克；大豆及坚果类，每人每天的摄取量为25克~35克；畜禽肉，每人每天的摄取量为40克~75克；蛋类，每人每天的摄取量为40克~50克；蔬菜类，每人每天的摄取量

为300克~500克。以上是饮食调控的具体办法。

戒烟戒酒 在刚喝完酒时，血压就降低了，人们就觉得喝酒具有降血压的作用。其实，随着身体里乙醛的堆积量增强，血压就会升高，所以高血压病患者应该戒烟戒酒，养成健康的生活方式。

有氧运动 快走和慢跑等运动属于中等强度，既能增强人体的心肺功能，促进新陈代谢，还对控制血压有很好的作用。

做好自我管理是控制血压的“有力武器”。人们可以根据实际情况，制订一份健康管理计划，比如保持良好的心态、规律作息、养成健康的生活方式等，就可以与高血压病“和谐共处”。

（作者供职于河南中医药大学第一附属医院心脏中心）