

助力乡村振兴

把帮扶送到群众的心坎上

□王正勋 侯林峰 李凌霄

“这个孩子有点儿消化不良，我现在就为他治病。这种治疗方法不疼，家长和孩子都不要紧张……”1月20日上午，在修武县妇幼保健院内，在修武县妇幼保健院中医馆主任何燕娜对患儿家长说。

“您是不是市妇幼保健院的医生？我见过您？”何燕娜在对患儿进行微针治疗的时候，一位家长惊讶地说。

“她就是市妇幼保健院的专家，每周都来修武县妇幼保健院帮扶坐诊，让修武县老百姓在家门口就能享受市级医院专家的医疗服务。”修武县妇幼保健院中医科医生李思源笑着说。

这是焦作市妇幼保健院的修武县妇幼保健院结对帮扶的一个场景。从2021年起，焦作市妇幼保健院和修武县妇幼保健院签订了健康帮扶协议，双方结成紧密型医共体，焦作市妇幼保健院对修武县妇幼保健院进行全方位健康帮扶。“我们需要什么专家，焦作市妇幼保健院就派什么专家来帮扶；我

们需要哪方面的培训，焦作市妇幼保健院就派专家来培训，比如在医院质控管理、学科建设、开展新技术项目等方面；尤其是在二级甲等医院创建方面，焦作市妇幼保健院的帮扶起到了关键作用。”修武县妇幼保健院院长赵来运说。

提升学科建设水平
强化基层服务能力

“这个区域的手术，我感觉视野不太好……”当天，在修武县妇幼保健院妇科诊室里，在为患者看病间隙，该院妇产科医生崔艳婷拿出模型，向焦作市妇幼保健院妇科二病区主任吕小红询问。吕小红根据自己的诊疗经验进行了分析，耐心地进行了解，提出了建议。

崔艳婷此前曾经多次到焦作市妇幼保健院进修学习。在健康帮扶期间，焦作市妇幼保健院的专家定期来到修武县妇幼保健院坐诊、手术，开展学术讲座等，她经常跟着专家学习。如今，崔艳婷和同事已经能够独立开展一些常见的腹腔镜手术。“我们随时可以请教帮扶专家，县医院设有远程会诊室，市

级医院专家可以随时指导我们做手术。这样，老百姓在家门口就能享受到优质的医疗服务。”崔艳婷说。

腹腔镜技术的顺利开展，给修武县妇幼保健院妇产科带来了新的活力。据了解，在2021年之前，修武县妇幼保健院妇产科主要以接生为主，妇科病例较少，自开展腹腔镜技术后，妇科手术量呈逐年上升趋势，比如2021年妇产科手术量为174台，2023年妇产科手术量已经达到302台。“妇产科腹腔镜技术的顺利开展，让我们的医务团队有了新的活力，找到了努力的方向，营造了积极学习新技术的氛围。”赵来运说。

妇产科的快速发展并非个例，为了提升修武县妇幼保健院的整体服务能力，焦作市妇幼保健院在健康帮扶过程中，以二级甲等医院创建为抓手，进一步加强医疗质量管理，优化护理服务管理，让修武县妇幼保健院的管理水平上了一个台阶。

为了提升县域诊疗服务能力，让基层患者“少跑腿”，焦作市妇幼保健院定期委派业务骨干进行健康

帮扶，有针对性地提供专家坐诊、教学查房、手术操作指导、人才梯队建设等帮扶，通过“传、帮、带”，指导基层医务人员开展了首例腹腔镜下卵巢囊肿剥除术、全子宫切除术等复杂程度较高的手术。这样，就为修武县妇幼保健院培养了一支“带不走”的医疗队。

目前，修武县妇幼保健院已经能够开展常规的腹腔镜手术、宫腔镜检查治疗、阴式子宫全切术、腹式子宫全切术、阴道前后壁修补术等疑难复杂手术，极大提升了修武县妇幼保健院的医疗服务能力。

细化质控管理
做细做优妇幼健康服务

在强化学科建设的同时，修武县妇幼保健院在焦作市妇幼保健院的指导下，全面细化质控管理，做细做优诊疗服务。“以前，我们遇见高龄、复杂的妇产科患者，都是直接转到上级医院救治。自优化、细化诊疗服务后，我们可以自行开展常规腹腔镜手术和疑难腹腔镜手术。这样，患者就避免了舟车劳顿，起到了‘少跑腿，看好病’的作用。”崔艳

婷说。在焦作市妇幼保健院的帮助下，修武县妇幼保健院进一步强化了管理，对危重孕产妇的产前管理更加专业化、系统化；对儿科医务人员进行了适宜技术培训，加强了重症患儿的管理；进行了中医药适宜技术的培训，让中医药知识与技术融入妇幼诊疗服务，较为平稳地应对了流行性感冒、冬季呼吸道感染等疾病。

“现在，对于疑难疾病，通过远程会诊来解决，切实方便患者。对于需要转院的患者，我们提前开通就诊绿色通道，安排急救人员直接护送患者到上级医院就诊。经过上级医院抢救和治疗的患者，待病情稳定后，转至县级医院进行康复治疗，真正让患者享受到优质的诊疗服务。今后，我们将结对帮扶工作做到实处，送到老百姓的心坎上，助力修武县做好乡村振兴工作；不断完善帮扶措施，加大防范贫动态监测力度，推动修武县卫生健康事业稳定发展，为群众提供更加优质的医疗服务和更好的健康保障。”赵来运说。

心 灵驿站

抗抑郁药能与乳果糖同时服用吗

□陈晓慧

张老先生今年69岁，患有老年抑郁症，需要长期服用抗抑郁药。既往张老先生就有便秘的情况，服药后便秘症状更严重了，医生建议其服用乳果糖口服液。张老先生服用乳果糖口服液后，便秘症状有所改善，但是停药后，便秘症状再次出现。张老先生想知道，乳果糖口服液可以长期服用吗？服用后会得糖尿病吗？

乳果糖的作用机制

由于乳果糖、乳糖、半乳糖的名称相似，人们容易混淆，认为它们是相似的糖。实际上，乳果糖与乳糖、半乳糖大不相同。乳果糖是一种人工合成的双糖，人体胃肠道内没有可以水解这种双糖的酶，所以口服乳果糖口服液后，胃肠道不会吸收。当乳果糖到达结肠后，被结肠的菌群分解代谢为有机酸，导致肠道内pH(氢离子浓度指数)值下降，并通过保留水分，增加了粪便体积。乳果糖通过以上作用刺激结肠蠕动，从而促进排便，缓解便秘症状，恢复结肠的正常生理功能。

糖尿病患者可以服用乳果糖吗

口服乳果糖后在胃肠道不被吸收，理论上不会对血糖造成影响。虽然乳果糖不会影响血糖水平，但是乳果糖口服液进入的辅料有半乳糖和乳糖，乳糖进入肠道后即被水解成半乳糖和葡萄糖，半乳糖在体内又转化成葡萄糖，从而升高血糖水平。在便秘时，患者服用治疗剂量的乳果糖口服液(含有少量的可吸收糖)，对血糖水平的影响很小。因此，如果患者患有糖尿病，并且正在服用正常剂量的乳果糖治疗便秘，该药物对血糖水平几乎没有影响。

但是，如果糖尿病患者需要服用超过正常治疗剂量的乳果糖，并且时间较长(数月)，该药物可能会影响血糖水平。在这种情况下，患者应定期监测血糖水平，并将血糖测量结果及时告知医生，可能需要调整糖尿病的治疗方案或者饮食方式。

乳果糖用于慢性病或者习惯性便秘患者，并且婴幼儿、儿童、老年人和孕产妇均可服用。乳果糖除了用于治疗便秘，还可用于预防和肝性脑病。

乳果糖不宜使用的情况：对乳果糖过敏；半乳糖吸收不良综合征；肠易激综合征，因为乳果糖会增加胃中气体，产生腹胀症状，会使肠易激综合征恶化。

在通常情况下，对于便秘患者来说，服用乳果糖是相对安全的，可以改善便秘症状，并且长期服用乳果糖，也不会产生药物依赖性。可是，患者服用乳果糖，便秘症状得到明显改善后，医生会建议患者通过饮食调理、适度运动、增加饮水量及养成良好的排便习惯等方式，改善便秘症状。

乳果糖与其他药物的区别

乳果糖除了能够改善便秘症状，还有治疗便秘的泻药(如甲基纤维素)、刺激性泻药(如番泻叶)、粪便润滑剂(如多库酯钠、矿物油)。它们的作用与乳果糖不同，均可用于治疗便秘。

治疗便秘的泻药，如甲基纤维素会增加粪便体积，从而刺激肠道排便，患者服药2天~3天起作用，通常先尝试这类药物，然后再尝试乳果糖等泻药。

刺激性泻药，如番泻叶通过刺激肠道内壁肌肉神经，促进肠道蠕动。这类药物较其他泻药起效更快，通常在乳果糖等泻药无效后尝试使用刺激性泻药。但是，对于药物引起的便秘症状需要长期治疗的患者，不建议使用刺激性泻药，预防损伤肠道。

对于粪便润滑剂，常用药物为多库酯钠，可软化大便，使大便于于排出。对于因服用某些处方药或久坐便秘的患者，可取得满意疗效。

(作者供职于郑州市第八人民医院药械科)

人物剪影

“患者的信任是我前进的动力”

本报记者 李志刚 通讯员 刘锦雯 吴玲玲 文/图



工作中的赵佳

“早上好！您昨晚睡得好吗？创口还疼吗？创口要保持清洁、干燥，饮食要营养均衡……”1月19日，在产房，荣阳市妇幼保健院助产士赵佳对产妇微笑着说。

说到工作中的赵佳，一次在为一位宫口开至6厘米的产妇进行内诊检查时，触及胎头前方有一条索状物，并伴有明显的搏动感。这立即引起了赵佳的警觉，该产妇有可能出现脐带脱垂的危急情况。赵佳在上推胎头的同时，立即通知其他同事开启绿色通道，与产家属快速沟通后，立即将该产妇送至手术室。仅用10分钟左右的时间，医务团队便将孩子成功“抢”救出来，母子平安。

在此期间，为了避免胎头继续压迫脐带，造成胎盘血液循环受阻，赵佳一直保持双腿跪地，右手双指上推胎头的姿势，直至胎儿顺利娩出。

事后，赵佳的右手双指早已麻木、不能弯曲。对此，赵佳却说：“我不后悔，因为挽救了产妇和新生儿的生命，再苦再累，我也觉得很值得！作为一名助产士，

这是我的本职工作！”

作为产房带教老师，赵佳从业近20年，不仅致力于提升自己的专业素养和综合能力，还协助护士长为科室培养新生力量，做好科室的带教工作。同时，赵佳时常常带领同事走出产房，走进孕产妇家中，讲解生产过程和产房相关专业知

识，消除孕产妇对生产过程和产房的恐惧感，丰富了她们

的孕育知识。除了提供专业的助产服务外，在生活上，赵佳尽力照顾好每一位孕产妇。产前，赵佳会为焦虑的产妇耐心地编好辫子，讲解自然分娩的过程，不是一件没有尊严的事情，而是一个女性此生最高光

的时刻，鼓励产妇调整好心态，以最佳的状态来迎接新生儿的到来。

在产妇生产过程中，赵佳会用体贴、温柔的话语引导产妇：“坚持就是胜利！”并“因材施教”地为她们提供专属的助产方式，令产妇们在产程中遇到的问题能够迎刃而解，提高了自然分娩的成功率。

产后，赵佳会为身心疲惫的产妇递上一杯温开水，告诉产妇：“刚才，您真棒！接下来，您需要做的就是好好休息啦！”平易近人的她，总是在默默地守护着孕产妇，并感染着同事。赵佳时常说：“既然患者相信我，让我参与她们此生最重要的时刻，我就必须竭尽全力，用最好的技术和

服务回馈她们！患者的信任是我前进的动力！”这不，还有出院的产妇为了表达感激之情，委托家人专门为赵佳送来一面锦旗，以示感谢。

前段时间，一则喜讯传到了荣阳市妇幼保健院，该院产房助产士赵佳荣获郑州市第十九届职工技术运动会正分分娩接产技能竞赛一等奖。

相比于其他人的欢呼雀跃，听到此消息的赵佳却显得异常冷静。也难怪，因为这已不是赵佳第一次在比赛中荣获奖项了。而此次能在省级比赛众多优秀的参赛选手中脱颖而出，足以说明赵佳具备精湛的理论知识和扎实的专业技能。

怎样正确认识肺结节

□何 振

可疑炎性阴影的肺部结节，可考虑进行抗生素治疗5天~7天，之后1个月~3个月复查一次胸部CT，观察肺结节是否消失。

什么样的肺结节需要做手术

在肺结节的手术时机把握中，胸部CT的动态随访非常重要，如果影像学检查结果提示为纯磨玻璃结节，一般情况下，医生会建议静观其变；若在随访过程中，肺结节出现实性成分，或者肺结节有增大的趋势，则应考虑手术治疗。目前，针对肺结节的常见手术方式是肺部分切除，包括肺楔形切除或解剖性肺段切除术。这样，或多或少都会影响肺功能，所以需要慎重考虑切除方式。

我们不仅需要重视肺癌的早发现、早诊断、早治疗，还要避免肺结节的过度诊疗。

肺结节是否需要穿刺活检

若肺结节的恶性概率高，且患者的状态能耐受手术，一般不做肺部穿刺活检，可通过手术明确诊断，并进行根治性切除。若肺结节的性质不确切，或者考虑肺结节的恶性概率为低中度，且肺结节的穿刺风险可控，可考虑术前穿刺活检。

如何处理多个肺结节

多发的肺结节不可能都用肺切除解决问题。肺切除是根据病灶是否存在实性成分、生长部位和血供的情况，以及病灶的威胁程度来决定的。比如发现肺部有3个结节，右下肺靠近胸膜有一结节大小为1.5厘米，有实性成分、可见毛刺和胸膜牵拉，这就是威胁最大且需要首先处理的病灶；左肺有7毫米、8毫米的结节且性质相对稳定，可继续随访，应根据威胁最大的病灶选择最

基层快讯

内黄县卫生健康委

普及急救知识与技能

本报讯（记者张治平 通讯员李纪法）1月20日，安阳市内黄县卫生健康委组织县120急救指挥中心、内黄县人民医院医务人员

在活动现场，内黄县人民医院急诊科的医生利

用模拟人向群众讲解抢救昏迷患者的技巧；在演练心肺复苏时，医生指导群众正确完成心肺复苏流程；现场的急救知识展板，不断吸引过往行人驻足观看；县120急救指挥中心的

工作人员对群众讲解了如何正确拨打“120”，以及合理利用急救资源等。

南阳市卧龙区卫生健康委

传染病防控知识进校园

本报讯（记者乔晓娜 通讯员吴国荣 程义学）近日，南阳市卧龙区卫生健康委组织卧龙区疾控中心工作人员到辖区9所学校开展学生常见病暨学校冬季传染病防控知识讲座。

工作人员针对冬季学校易发传染病的种类、传

播途径及预防措施，进行了讲解；向师生普及了传染病、常见病等防控知识，引导学生们养成文明、健康的生活习惯；讲解了眼部知识，以及预防近视的方法；倡导学生要养成讲究卫生的好习惯，及时接种疫苗等，增强学生的防病意识。

卢氏县卫生健康委

开展无偿献血活动

本报讯（记者刘岩 通讯员董鑫）近日，三门峡市卢氏县卫生健康委积极组织全县多个医疗卫生机构开展“无偿献血、传递爱心”活动。

卢氏县卫生健康委机关和一些医疗卫生机构的干部职工积极参加无偿献血活动，争做无偿献血先行者，累计献血52人次，献血总量近2万毫升。

扶沟县人民医院

通过“胸痛、卒中、创伤”中心评审

本报讯（记者侯少飞 通讯员张革委）近日，河南省卫生健康委发布《关于公布2023年第四季度急诊急救三大中心合格单位名单的通知》，扶沟县人民医院名列其中。

据悉，扶沟县人民医院积极推进胸痛中心、卒

中中心、创伤中心建设，完善院前急救功能；建立多学科诊疗模式，完善院前急救和院内急救网络，着力构建快速、高效、全覆盖的急危重症医疗救治体系，增强了医疗救治能力，全面提升了医院管理水平和技术水平。

洛阳市偃师区

3个社区入选全国示范性老年社区

本报讯（记者刘永胜 通讯员吴少静）近日，在国家卫生健康委、全国老龄办公布的《关于命名2023年全国示范性老年友好型社区的通知》中，洛阳市偃师区的伊洛街道齐庄社区、顾集镇李湾村榜上有名。加上岳滩镇碾北村被评为2022年全国示范性老年友好型社区，

目前，偃师区已有3个社区获此殊荣。

据悉，偃师区以创建全国示范性老年友好型社区为抓手，从餐饮到就医，从护理到保健，从出行到陪护，创建老年友好型社区，让养老变“享老”，创新居家社区养老服务模式，提升社区养老服务能力。

夏邑县人民医院

开展“新春走基层 义诊进乡村”活动

本报讯（记者赵忠民 通讯员焦华璞）近日，夏邑县人民医院义诊专家团队来到太平镇卜庄村，开展了“新春走基层 义诊进乡村”活动。

在义诊现场，该院医务人员积极为群众量血

压、测血糖，发放疾病防治宣传资料；耐心为群众解答日常生活中遇到的医疗保健问题，并根据村民的身体状况、饮食情况，以及服用药物情况等，给予健康生活及合理用药指导等。

佳的治疗策略。

如何远离肺结节

远离肺部结节，应从生活细节做起：1.不抽烟，远离二手烟、三手烟；2.做好防寒保暖，避免呼吸道感染；3.避免各种职业暴露及粉尘环境；4.安装抽油烟机，饮食尽可能采取煮、蒸、炖的方法；5.保持良好的心态，避免长时间生闷气或急躁等；6.养成健康的生活习惯，作息规律、营养均衡、适度锻炼，避免过度劳累和熬夜等。

总之，一旦发现肺结节，不必过度紧张，也不能忽视，应积极找呼吸科、胸外科等科室医生明确诊断，切勿盲目吃药。只有那些通过医院辅助检查，明确诊断为肺部病变，才需要进行药物干预。

（作者供职于河南省肿瘤医院，为河南省健康科普专家）