



关注老年健康 增强保健意识

我市启动老年健康宣传周活动

随州日报讯(通讯员谢炎)日前,随州市卫健委启动2021年老年健康宣传周活动,此次活动以“关注口腔健康,品味老年幸福”为主题,宣传普及老年健康政策和科学知识,增强老年人健康意识,提高老年人健康水平,营造有利于老年人健康生活的社会环境。

7月13日上午,由市卫健委主办,市中心医院、市中医院、市妇幼保健院、曾都医院和部分民营医疗机构参加的大型义诊活动在神农公园举行。医务人员为老年人进行健康检查和咨询。专家们结合自身临床经验,解答了困扰老年人的口腔等疾病保健问题,针对不同的健康疾病进行了简单

细致的检查,并提出治疗方案和合理化建议。同时向老年人发放《关注口腔健康 品味老年幸福》《关注夏季养生 提升身体素质》等宣传折页近500余份。

本次老年健康宣传周的活动时间为7月12日-18日,市卫健委组织各县市区卫健局积极开展面向老年人的宣传教育活

动,为老年人送政策、送知识、送服务,并广泛运用微信公众号、电视、报纸、LED户外广告、宣传展板、悬挂横幅、发放宣传折页等形式,深入开展老年健康政策和老年健康知识宣传,营造更加浓厚的尊老、敬老、爱老的社会氛围,让老年人有更多的获得感、幸福感和安全感。

市中心医院 倾情关怀肿瘤患者

随州日报讯(通讯员王涛、李艳娥)近日,市中心医院“医务社工介入初发肿瘤患者关怀项目”启动仪式暨医务社工知识培训在龙门店区综合办三楼会议室举行。

医务社工介入初发肿瘤患者关怀项目的启动,标志着该院医务社会工作又向前推进了一步,这也是积极响应了省委省政府、省卫健委的号召,有效地将医务社会工作与“323”攻坚行动紧密结合,更是落实该院党史学习教育小组倡导的“我为群众办实事”,聚焦人民群众“急难愁盼”问题的具体实践。

医院相关负责人充分肯定了医务社工在医疗团队中的重要性,希望大家从思想上提高认识,充分领会此项目开展的重要性和必要性,把工作落到实处,从深度和广度上扎实推进项目各项工作的开展,在实践中不断探索医务社工发展新模式,真正地服务于患者。

肿瘤病区临床医护人员表示,医务社工介入初发肿瘤患者全人关怀项目在肿瘤科落地生根,不仅能够为患者、医护人员和医院提供便利与帮助,同时能增加医患之间的沟通交流,协助患者及家属进行心理调适,理性情绪建立,社会支持网络构建,社会资源整合,缓解和解决患者及其家属因疾病产生的各种家庭、经济、生活、心理、社会等问题,肿瘤患者也希望通过与医务社工的交流互动,充分感受到来自他人的尊重与温暖,从而增强其对抗疾病的信心,实现早日康复。

随州市曾都医院 加快卒中中心建设发展

随州日报讯(通讯员张厚琪、蒋立杰)为快速推进曾都医院卒中中心建设,提高医护人员对卒中患者的急诊、急救水平,近日,随州市曾都医院卒中中心大规模培训在临床教室开展,医院脑健康管理师分别对脑健康管理师的具体工作及今后工作开展计划、脑卒中的早期识别与处理进行了详细讲解。

曾都医院卒中中心建设期间,该院学科带头人带领医疗救治团队利用每周二科室学习时间分别到急诊科、心内科、重症监护室、内分泌科、检验科、普外科、分院内科、康复医学科、医学影像科等相关科室进行卒中识别与防治的专题讲座,各科室认真学习,互动交流频繁,做到全院医、护、技对卒中患者判断有一定知晓,重点科室熟练掌握及应用救治。

在加强普通群众对卒中早期识别、就诊、早发现的工作中,曾都医院外联部多次组织卒中中心救治专家利用休息时间在各基层医疗机构、广场、公园、诊所、社区、村组开展卒中防治与识别的科普宣教,提高普通群众对卒中防治知识知晓率,真正做到早发现、早治疗,这样可以降低脑卒中发病率、致残率及致死率,提高卒中患者的治疗效果、生存质量和恢复后劳动能力。

随州市曾都医院将快速推进卒中中心建设,切实保障人民群众身心健康作出最大贡献。

广水一医院肿瘤栓塞治疗 为肝癌患者带来福音

随州日报讯(通讯员王琪、何亚凌)7月8日下午,广水一医院医学影像科顺利为两名肝恶性肿瘤患者实施DSA下“经皮肝动脉化疗栓塞术(TACE)”。

患者楚某于2017年在广水一医院确诊肝恶性肿瘤后转往某大型三甲医院,经专家会诊,不适合接受肿瘤切除手术,遂返回广水一医院接受治疗。广水一医院医学影像科接诊之后,针对楚某的病情组织多学科会诊,经过反复研究讨论,建议患者接受肿瘤介入栓塞治疗。抱着试一试的心态,楚某及其家属接受了建议。

经过该院医学影像科介入治疗室的多次介入栓塞治疗,楚某10.3cm×10.3cm的肝恶性肿瘤在药物影响下逐渐缩小,在这4年多的时间里,楚某的病情并未给他的日常生活质量造成额外不良影响。2021年,楚某的肿瘤部位出现了边缘性复发,他前往广水一医院医学影像科,再次进行了介入栓塞治疗手术,术后观察效果良好。

肿瘤介入栓塞治疗术是通过微创介入手段将化疗药物直接送达病灶,并用栓塞剂堵塞肿瘤供血,既限制了化疗药物对身体和其他器官的副作用,又阻断了肿瘤病灶掠夺正常组织营养的路径,拥有损伤小、恢复快、效果好等优点,是失去手术机会的中晚期肝癌、肝转移癌患者的首选治疗方法。

随县中医医院 冬病夏治火爆进行中

随州日报讯(通讯员邱琦)盛夏三伏天,酷热难耐,但对于冬春季容易复发的那些疾病来说,正是“冬病夏治”的良好时机。

随着小暑节气和三伏天的临近,随县中医医院一年一度的冬病夏治“三伏贴”头伏贴敷在7月11日拉开帷幕。

上午8:00左右,随县中医医院一楼门诊大厅内前来咨询治疗的患者络绎不绝。来自肺病科、康复科、儿科……的专家们进行现场诊断,各科室根据不同疾病,不同体质人群进行“量身定做”的个体化三伏贴贴敷,赢得大家的交口称赞。当天就有上千人来到医院现场进行了治疗。

今年,随县中医医院总结了以往冬病夏治治疗经验,结合各专科特色,分系统对症敷贴,选用药物和取穴的不同能够增强敷贴的疗效,更能起到事半功倍的效果。冬病夏治穴位贴敷是“冬病夏治”的代表方法,具有简、便、验、廉等特点。此次贴敷分为头伏、中伏、末伏。根据中医“春夏养阳”的原则,三伏贴是通过穴位贴敷刺激穴位及药物的渗透吸收,起到疏通经络、健脾益肺、温阳补肾的作用,以增强患者的免疫功能,提高人体抵抗力,扶正固本,从而减少和减轻“冬病”。

医疗动态

南郊卫生院 开展老年健康科普宣传

随州日报讯(通讯员叶旭)为积极应对人口老龄化,宣传普及老年健康科学知识,切实提高老年人健康素养和健康水平,7月14日下午,曾都区南郊卫生院开展2021年老年健康宣传周科普宣传义诊活动。

活动现场,健康教育宣传员结合老年人特点,采用视频方式宣传常态化疫情防控、新冠疫苗接种、脑卒中的合理营养膳食、运动健身、心理健康、口腔健康等科学知识,发放科普宣传图册;口腔科医生为老年人进行口腔疾病义诊,宣传老年人龋齿、牙周疾病的防治知识;内科医生测血压血糖,重点对卒中防治知识进行科普宣传。

据介绍,该院将2021年老年健康宣传周活动列入老年友善医院创建的重要内容,结合老年友善医院创建工作要求,采取多项措施,优化老年人就医流程,解决老年人就医过程中存在的问题。通过开展敬老、助老、护老等相关宣传及义诊科普活动,推动全社会形成尊老敬老的文化氛围;通过持续改进硬件设施,提高适老服务质量,将老年特色服务延伸到就医的每个触角,切实提高老年患者就医获得感、幸福感、安全感。

吴山卫生院 开展微党课讲好大道理

随州日报讯(通讯员胡红梅、汪娇)为进一步弘扬理论联系实际的学风,学好党史教育,随县吴山镇卫生院通过“微党课”的形式,开展了以小故事讲述大道理、小载体烘托大主题,畅谈体会、分享心得,通过细化内容,切短时间,扩大效应。

该院充分利用早交班的时间和主题党日活动,教育内容上改传统党课单一讲授的模式,达到按时开课、人人能讲的目的,使党课更加鲜明、更具吸引力,让每名干部职工从被动听课变主动思考,达到了实现自我教育、自我展示的目的,有效地提升了学习效果。把党课讲到党员心坎里,切实增强党员干部学实、学透,增强党员干部干事的信心和动力。

高城镇卫生院 组织开展职业安全与个人防护知识培训

随州日报讯(通讯员代韦韦)近日,随县高城镇卫生院组织全院职工进行《职业安全与个人防护》知识培训,旨在保障患者安全及医务人员职业安全,有效预防和控制医院感染的发生。

培训会上,该院感科从职业健康的基本概念、安全防护的相关方式等为切入点,详细地阐述了职业安全与个人健康防护的重要性及必要性。同时,对医务人员常见锐器伤原因及职业暴露的应急处理、报告、监测随访等方面进行了讲解。

通过此次培训,增强了全院职业安全的个人防护意识,提高了职业暴露的应急处理能力,为减少医务人员因职业暴露引起感染的风险,进一步规范医疗操作,维护医务人员的职业安全奠定了基础。

健康时评

“三伏贴”不可胡乱贴

苑广阔

7月11日进入“头伏”,医疗机构纷纷启动“三伏贴”贴敷服务。在网上,“三伏贴”销售同样火爆,卫生健康部门提醒:网络“三伏贴”药材成分不明,“三伏贴”也不是人人皆宜的“万能贴”,切勿自行购买,擅自贴敷。

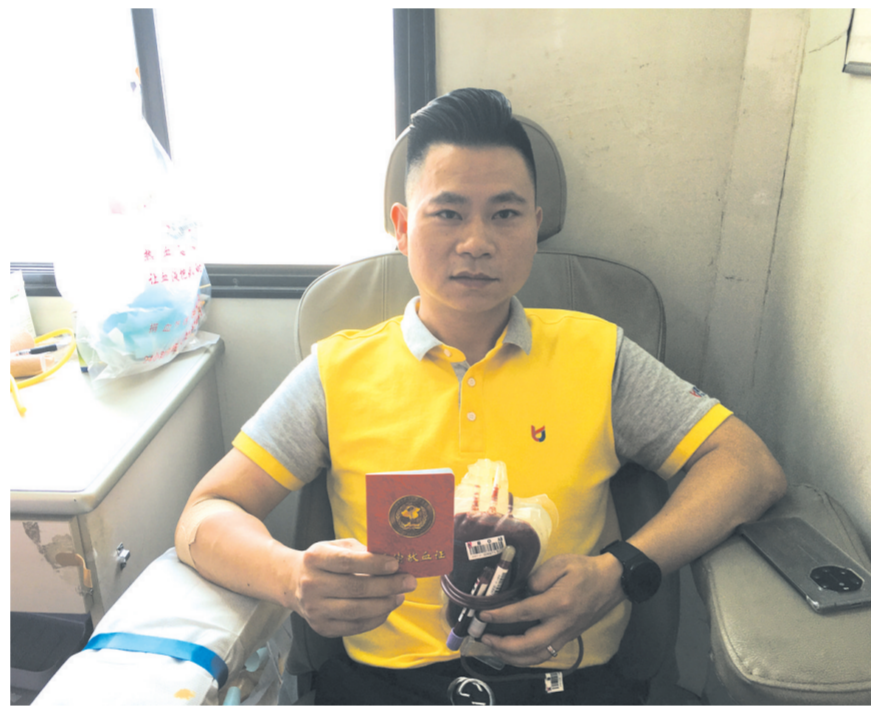
中医讲究“冬病夏治”,这一中医理论在民间更是得到了广泛的认同,而“三伏贴”正是最常见的冬病夏治的治疗方法之一。所谓的“三伏贴”,就是通过夏季自然界阳气最旺盛的时间对人体进行穴位刺激疗法,益气温阳、散寒通络,从而达到防治冬季易发疾病的目的。

随着7月11日正式“入伏”,不管是中医医院,还是中医诊所,前往贴“三伏贴”的患者、群众都排成了长队。与此同时,一些网络商家,也纷纷推出“三伏贴”供网友选购。因为贴“三伏贴”并没有复杂的程序,也没有什么技术要求,所以通过网络购买“三伏贴”,免去了现场排队的麻烦,受到了很多网友的欢迎。

然而,你也贴,我也贴,各种问题和弊端也随之出现。一方面,很多购买和使用“三伏贴”的消费者发现,自己贴了“三伏贴”和没有贴一样,看不到什么实际效果,感觉被人忽悠了;另一方面,自己贴“三伏

贴”本来是为了治病,结果贴了以后,非但原来身体出现的问题没有减缓或消失,反而出现了新的问题,比如出现了皮肤严重过敏症状等等。

之所以出现以上种种情况,原因也很简单,一些不正规的小诊所、医疗机构制作销售的“三伏贴”,本身质量就不合格,而那些通过网络销售的“三伏贴”,可能本来就出自一些地下小作坊,属于不合格产品,不管是产品的质量、安全,还是使用的药材、熬制过程等等,都难有保障,最终极有可能导致不治病、反致病的效果。按照中医专家的说法,“三伏贴”内使



7月13日上午,湖北凯力专用汽车有限公司组织开展无偿献血活动,公司员工踊跃参与,154人成功献血,累计献血42700毫升。因为公司总经理梁俊带头献血。(随州日报通讯员 吴大奎 摄)

娃不怕晒?晒了能补钙? 90%的家长都错了!

随州市疾控中心 唐心敏

有些家长觉得,给小朋友防晒,只是为了美白、美容,不晒太阳太娇贵、不健康。其实根本不是!小孩子不怕晒黑,不用防晒?

小孩子更要防晒!紫外线对人体皮肤的损害是日积月累的,短期的日晒晒伤、晒黑皮肤;长期的日晒还会引起色素增加、免疫功能失调以及日后的皮肤光老化和皮肤癌!小朋友皮肤角质层薄,比成年人更加娇嫩敏感,更容易晒伤。防晒霜是化妆品,小孩不能用?半岁以上的宝宝可以用防晒霜。防晒霜也分为物理防晒、化学

防晒和物理化学混合型。物理防晒霜不会光降解,不会被皮肤吸收,可以给宝宝用。小孩多晒太阳补钙,对身体好?

晒太阳不能直接补钙!晒太阳补的是维生素D,维生素D能促进人体对钙的吸收,减少钙的流失。但夏天阳光紫外线强,很容易晒伤皮肤。相比之下,得不偿失。宝宝不小心晒伤了怎么办?出现晒伤,如果只是皮肤发红、发烫或者疼痛,这时要立刻拿凉毛巾反复冷敷,大量涂抹宝宝润肤霜。出现明显疼痛、水泡、发热、

全身不适等,尽快就医。

儿童防晒注意这几点

上午10点到下午3点紫外线最强,尽量不要在这段时间出门。夏天在室外,尽量让小朋友在阴凉处活动。

夏天不管晴天还是阴天,只要在户外,都有必要擦防晒霜,出门前半小时内涂抹全身。

眼睛也要防晒。紫外线可以直接通过眼表照进眼睛内部,伤害视网膜,给眼睛带来长期的伤害。

健康指南

健康随州周刊

主持人:王松 QQ:29953476
设计:向红

主办:随州日报社、随州市卫生健康委员会
协办:随州市中心医院、随州市中医医院
共建(排名不分先后):随州市疾病预防控制中心、随州市中心血站、随州市曾都医院、广水市第一人

民医院、随县中医医院、随县洪山医院、随县万和镇中心卫生院、随县小林镇卫生院、随县尚市镇卫生院、随县新街镇卫生院、随县安居镇卫生院、随县淮河卫生院、随县柳林镇卫生院、随县均川镇卫生院、

随县高城镇卫生院、随县殷店镇卫生院、随县唐县镇卫生院、随县吴山镇卫生院、随县万福镇卫生院、随县草店镇卫生院、随县三里岗镇卫生院、曾都区南郊办事处社区卫生服务中心、曾都区万店镇卫生院