



提高安全意识 筑牢安全防线

市卫健委积极开展网络安全宣传周活动

随州日报讯(通讯员尚伶、黄昆)10月11日至17日是“国家网络安全宣传周”,市卫健委围绕“网络安全为人民,网络安全靠人民”的宣传主题开展了形式多样的宣传活动,让网络安全意识植根于心。

市卫健委组织召开全市卫生健康系统网络安全宣传动员会,对全市卫生健康网络安全工作提出要求,落实网络安全责任制、提升安全预警能力、加强网络人才队伍建设等。

开展网络安全讲座,大力宣传网络安全法律法规,对《数据安全法》和《个人信息保护法》等部分条款进行解读,不断增强全体干部职工的网络安全意识。

设立宣传展板,悬挂标语横幅。通过在各医疗机构显著位置悬挂网络安全横幅、电子屏滚动播放宣传标语、发放宣传折页、现场为群众讲解等方式,宣传网络安全领域重要法律法规、政策文件、国家标准等,营造人人知晓、人人参与的良好氛围。

在线推送网络安全知识。通过线上网络面向全市医务人员开展网络安全知识推送,普及网络安全小知识,推送有奖答题小游戏。既亲切生动,又直观易懂,力求让所有人都喜欢看、看得懂、记得住。

播放网络安全主题宣传片。充分利用人流量较大的医疗卫生机构公共场所循环播放网络安全主题宣传片,通过一个个鲜活的事例警示大家网络安全的重要性,用通俗易懂、简洁明了的语言向群众说清

是非界限,切实规范群众网络言行。

通过此次网络安全宣传周活动,进一步推动网络安全法律法规、数据安全和个人信息保护等安全知识宣传普及,提高了全市卫生健康系统干部职工网络安全意识和防范技能。下一步,市卫健委将严格按照国家网络安全法律法规,进一步加强网络安全管理,督促各医疗卫生单位全面落实网络安全工作责任制,积极推动网络安全工作常态化开展,为卫生健康信息化建设提供可靠保障。

市中心医院 举办我市医学影像专业 首个国家级继教项目

随州日报讯(通讯员熊仕伟)近日,国家级继教项目“消化道疾病影像诊疗新技术推广培训班”在随州市中心医院举办。会议邀请了湖北省肿瘤医院、武汉协和医院、襄阳市中心医院、十堰市太和医院、荆州市中心医院等医疗机构的专家,全市各级医疗机构放射科、介入科、消化科近100余名医护人员参加会议。

此次“消化道疾病影像诊疗新技术推广培训班”的开展是为进一步提高本地区医学影像的诊疗质量,优化诊疗环境,发挥影像新技术的优势以及提升影像学科科研开展能力。与会专家分别就《肠梗阻影像诊断思路》《消化道壁内血肿的影像表现》《胃石及肠道粪石的影像诊断》,为大家带来了精彩纷呈的学术讲座,参训学员听完授课后受益匪浅、意犹未尽。来自市中心医院医学影像科、消化内科、介入医学科以及我市其他医疗机构的多位讲者也围绕培训主题,从不同角度进行了交流。

市中心医院相关负责人表示,本次“消化道疾病影像诊疗新技术推广培训班”,是随州市中心医院医学影像科首次举办国家级继续教育项目,希望大家珍惜这次难得的学习机会,认真学习,虚心请教,把先进的理念、经验和技术学到手,为提高放射诊断水平而不懈努力。

市疾控中心 加强监测保障学生健康

随州日报讯(通讯员刘邦)按照2021年《湖北省学生常见病和健康影响因素监测与干预实施方案》文件要求,随州市疾控中心工作人员严格落实学生常见病和健康影响因素监测工作实施细则,10月11日-22日对曾都区10所监测学校2560名学生开展了学生常见病监测等工作。

此次学生常见病监测是为了掌握儿童(青少年)近视、肥胖、口腔、血压、脊柱弯曲等常见病基本情况和影响健康因素,及时评估新冠肺炎疫情对儿童青少年视力影响,深入分析疫情期间儿童青少年用眼状况等。依托全国学生常见病和健康影响因素监测平台,继续开展学生近视等学生常见病和健康影响因素监测工作和新冠肺炎疫情对学生视力影响评估工作,并进一步采取针对性干预措施,推动各地学生常见病防控工作,保障和促进儿童青少年健康。

曾都医院 妙手取出大娘体内药瓶

随州日报讯(通讯员张厚琪)“医生,快来救救这个病人!”急促的呼叫声在曾都医院消化内镜门诊响起。近日,一位73岁老大娘当天早上服用药物时,不小心把药瓶当胶囊直接吞服,之后就出现腹部不适等不良反应,家属迅速将其送往曾都医院消化内镜门诊。

接诊医生通过了解与判断,提出要立即取出异物,以免患者胃、肠道出现损伤,与患者家属沟通后立即制定手术取出方案;内镜下异物取出术,随即开通绿色通道紧急联系麻醉科,术前准备快速完成。手术过程行云流水,从接诊患者到取出异物约30分钟,使其转危为安,患者及其家属对消化内镜科医务人员精湛的技术和优质的服务赞不绝口!

如若遇到消化道有异物时该怎么办?曾都医院消化内镜科主任邹智晶讲解:消化道异物视异物的大小和停留于消化道的部位而产生不同的症状,如异物较大,嵌顿于喉头气管,可立即窒息死亡;而当较小、尖锐的异物如鱼刺等嵌顿于食道时,很多人常通过吞咽饭团、馒头,想利用重力将嵌顿物带入胃中的方法也是不可取的,这会造成食管撕裂、大出血等严重的后果;即使异物没有嵌顿在食道,直接进入胃到胃肠道中,胃肠道中的异物停留时间较长者,容易继发肠粘连、肠梗阻甚至肠坏死,因此当有异物进入消化道后,不能掉以轻心,应及时到正规医院就诊。

消化内镜异物取出术只是曾都医院消化内镜科技术的冰山一角。目前,该科采用了一系列消化内镜下诊断与治疗技术,如内镜下黏膜切除术(EMR),规范开展胃结肠镜内镜下取异物、内镜下息肉圈套摘除术及电灼术治疗技术,消化道大出血的规范化诊疗和综合抢救,包括急诊内镜诊断及内镜下止血药物喷洒、钛夹钳夹等止血治疗,无痛胃镜、无痛肠镜检查等先进技术,为越来越多的患者解除了痛苦。

医疗动态

市中医医院举办中医护理特色技术推介大赛

随州日报讯(通讯员何娇)为进一步构建全市各级中医医疗机构、综合(专科)医院中医科、基层医疗机构国医堂畅通联动体系,挖掘并推广特色鲜明、疗效显著的中医护理特色技术,达到共享、互通、互用的目的,10月19日,由随州市总工会、随州市卫健委主办、随州市中医护理质量控制中心、随州市中医医院承办的“随州市中医护理特色技术推介大赛”在随州市中医医院成功举办,全市二级以上医疗机构共有11个代表队22位选手参加了此次竞赛。

中医护理是我国传统医学的重要组成部分,一直以来,随州市卫健委高度重视中医护理学科的发展和队伍建设,在随州市总工会的指导下,组织全员参与的中医护理技能竞赛,以加强全市医疗机构间的学术交流,挖掘并推广特色鲜明、疗效显著的中医护理技术,达到引领、共享、互通、互用的目的。

本次竞赛形式包含PPT汇报和技能操作两部分。竞赛现场氛围如火如荼,各单位参赛选手精神饱满,以充分的理论依据及良好的表达能力和娴熟的操作技能,展现了白衣天使在日常工作中的真我风采。

经过激烈的角逐,随州市中医医院聂自立荣获竞赛综合成绩第一名,将按程序推荐申报“随州市五一劳动奖章”,随州市中医医院肾病科荣获“团体一等奖”,按程序推荐申报“随州市工人先锋号”,随州市中医医院肿瘤科、随州市中心医院荣获“团体二等奖”,随县中医医院、随州市妇幼保健院、曾都医院荣获“团体三等奖”,曾都区中医医院、广水市第一人民医院、广水市中医医院、广水市第二人民医院、广水市妇幼保健院荣获“团体优秀奖”。

此次活动的成功举办,不仅弘扬了中医传统文化,同时促进了中医护理技术传承与创新,并推动了中医护理学科建设和专业发展。

国家人体生物监测项目在曾都区南郊正式启动

随州日报讯(通讯员唐心敏)近日,“国家人体生物监测”项目在曾都区南郊黄畈村正式启动。这是中央财政转移支付地方的国家基本公共卫生服务项目,该项目旨在通过开展我国人群现场流行病学调查和人体生物组织中环境污染监测,获得有代表性的环境有毒有害化学物质人体暴露负荷的全国性数据。

项目通过问卷调查及健康体检的方式进行。曾都区3个村(居委会)被抽中的居民作为获得具有全国代表性的人群样本,市疾控中心工作人员收集样本人群的基本信息,开展外暴露环境的调查,并开展血、尿等生物样本中环境化学物质内暴露水平检测,最终通过对人群环境化学物质负荷水平及健康效应之间关系的分析,评估我国人群环境有毒化合物暴露的健康风险。

随县新街镇卫生院 开展消防安全知识讲座

随州日报讯(通讯员晏凯)为落实安全生产主体责任,强化消防安全意识,做到“预防为主、防消结合”,近日,随县新街镇卫生院组织全院干部职工开展消防安全知识讲座。

讲座讲解了消防安全基础知识,介绍十大常见火灾隐患和处理方式,强调火场逃生六原则和方式,拨打119报警注意事项和如何使用消防栓、灭火器等常见消防器材。整个讲座过程中,结合经典案例,生动讲解,气氛活跃,教官和职工很好地展开了互动,参加讲座的干部职工消防安全知识得到进一步巩固,消防安全意识得到进一步提升。

吴山镇卫生院 积极推进“转保促”活动

随州日报讯(通讯员岳康)近日,随县吴山镇卫生院召开了“转作风、保安全、促发展”活动动员大会,会议传达了学习了全县“转作风、保安全、促发展”大会精神,对开展“转作风、保安全、促发展”活动进行安排部署,全体职工参加会议。

会议强调,要统一思想、提高站位,从精神状态不佳、领会政策不透、执行部署不力、工作标准不高、责任担当不强、规矩意识不严几个方面,认真查摆检视,抓紧堵漏洞、补短板,切实转变作风、筑根基、强队伍,切实增强“转保促”活动的实效性。

会议要求全院干部职工的思想建设、能力建设、作风建设,抓在经常、严在经常,要保持慎独慎始慎微,牢记初心使命,勇于担当,为医院的高质量发展作出应有的贡献。

广水一医院 便民服务让患者更方便更省心

随州日报讯(通讯员何亚凌、王琪)挂号、交费排队时间长,高峰时段人更多……到医院就诊,不少群众都有过这样的经历,那就是看病堵心、揪心、烦心。

如何疏通群众看病的“堵点”,解除群众看病的“烦点”,解决群众看病的“难点”,破解群众看病的“痛点”,提升医院优质服务质量,真正让广大群众满意,一直是广水一医院新一届院领导班子认真思考的课题。

自开展创建三级甲等医院活动以来,广水一医院采取多种措施,为就

便百姓就医。10月13日,医院新门诊楼大厅新增自助挂号(交费)机10台、门诊医技科室新增自助取片(报告)机4台、住院科室新增自助费用查询机10台,这一改变,使得过去的“窗口式”服务转变成“敞篷式”服务,就诊群众可以根据自己的需求实现挂号、充值、缴费、查询等操作,并且通过挂号机能够直接选择就诊医生和就诊时间,无需排队等待,大大提升了患者就医体验。

同时,针对年龄大或者对自助挂号机不熟练的就诊群众,医院在大厅内配置多名工作人员和志愿者,为就

诊群众进行解答和演示,让更多群众能够快速掌握操作方法,过去排着长长队伍的情况得到了很大程度的缓解。

据该院门诊部负责人介绍,为了缩短医院门诊挂号排队等待时间,改善患者就医体验,医院开展了全天候预约、分时段就诊,预约挂号方式包括微信、支付宝、自助挂号机、现场、网络、电话等多种方式。同时,医院进一步简化了就医流程,缩短了群众排队等候时间,有效减少了人员聚集,避免医院交叉感染,尽最大努力保障了人民群众就医安全。



十月二十日下午,随州美年大健康慈铭体检组织全公司员工观看红色电影《长津湖》,传承红色基因,汲取奋进力量。(随州日报通讯员 谢三强摄)

健康杂谈

养生常识要甄别

鲁庸兴

最近,邻居刘阿姨对手机微信上的有关老年人养生的小贴士十分着迷,她根据微信上推荐的10多种食疗方子,试吃了多次,感觉没有什么效果,家人劝她不要痴迷微信上的“养生经”,对此她十分苦恼,不知该听谁的。

随着生活水平的提高,人们越来越关注身体健康,养生意识也越来越强。如今打开手机微信朋友圈,有关健康养生的帖子数不胜数,怎么吃、怎

么睡、如何健身等各有各的说法,涉及生活方方面面,有的让人耳目一新,有的却颠覆了人们以往的认识,鱼目混珠,真假难辨,其中许多观点无从考证,有的标题很吸引人,稍有不慎,就会身陷其中,造成健康损害。

人们盲从“微信养生”,一方面与日渐提高的生活质量密不可分,随着生活水平的提高,公众对养生、健康、生活品质有了更高的追求,催生新的“养生概念”;另一方面,与人们的健康

状况息息相关,如今“三高”人群数量逐年递增,大家难免“病急乱投医”,但更多地反映出公众养生知识的匮乏,普及养生理念和医药常识,才是解决问题的重点。

养生要讲究科学,一味相信微信的“养生经”,并将其奉为宝典的做法不可取。大家在看一些养生常识的时候,应该有所甄别,毕竟人的体质有差异,养生保健方法更不可能“千人一方”。

健康指南

顺产和剖腹产哪个更好?

随州市妇幼保健院 夏亮 江广春

女性都要经历生产,但是现在生产的方式是可以选择的,有剖腹产和自然分娩。但是顺产和剖腹产都有其优缺点,在选择方面女性不免会犹豫,女性顺产和剖腹产哪个好?

顺产和剖腹产哪个好 于产妇来说,顺产会更好一些,有利于身体的恢复,而且经过顺产的妈妈也更加聪明。在顺产的时候会经历三个产程,每个产程都是特别痛苦的。而剖腹产是产妇没有办法顺产才会选择的一种方法,能够保证胎

儿和孕妇的健康,在产后的女性伤口恢复也是特别痛苦的。

一般情况下,选择剖腹产原因主要是母体方面的原因,比如孕妇本身就患某种疾病,不能承受分娩的过程,这个时候,就需要剖腹产来帮助孕妇生产。还有情况是胎儿本身的问题,胎儿太大就是其中的原因之一。另外就是胎儿的胎位异常,这种情况,如果不选择剖腹产,就会导致孕妇分娩有危险,同时也会危害到胎儿的安全。还有一种情况就是胎儿的成长环境不适合孕妇进行

顺产分娩,比如羊水量过少,宫颈条件不理想等等。无论孕妇选择哪一种分娩方式,只要对自身和胎儿是有利的,就是正确的。等分娩之后,孕妇要好好调理身体。

顺产和剖腹产哪个安全 剖宫产和顺产哪一个安全性更好,其实不能说得绝对,而且要根据每个产妇的情况不同来选择的,这种安全性是相对的。分娩过程中子宫的收缩,能让胎儿肺部得到锻炼,让表面活性剂增加,肺泡易于扩张,出生后发生呼吸系统疾病少。子

宫的收缩及产道的挤压作用,使胎儿呼吸道内的羊水和黏液排挤出来,新生儿窒息及新生儿肺炎发生率大大减少。宝宝经过产道时,胎儿头部受到挤压,头部充血,可提高脑部呼吸中枢的兴奋性,有利于新生儿出生后迅速建立正常呼吸。

但是阴道分娩有困难的产妇,当出现剖宫产手术指征的时候,阴道分娩的危险性就会更大的。比如胎儿过大、骨盆绝对性狭窄、胎位不正、胎儿窘迫等情况,都是需要剖宫产的,阴道分娩只会造成严重的分娩期并发症。

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:广水市卫生健康局、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、随州市妇幼保健院、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