

湘潭县人民医院： 成功开展内镜下 黏膜剥离术

本报讯(通讯员 黄艳)近日,湘潭县人民医院内镜中心成功实施内镜下一直径约3厘米胃窦隆起病变黏膜下剥离术(ESD),手术在内窥镜中心团队联合消化内科及麻醉科于全麻插管下完成。

术中患者无出血,术后恢复好,7天后便办理了出院手续,全程无腹痛、发热及出血等症状。

术后病理检查,初步诊断患者术前为胃窦低级别上皮内瘤变,手术中病变切除完整,目前业内将这类手术视为胃肠内高难度手术操作。该手术的成功实施,标志着湘潭县人民医院消化内科的内镜诊疗水平,又上一个新台阶。

医院内镜中心专家介绍,内镜黏膜下剥离术属微创技术,病人无需做剖腹手术,住院天数少,手术费用较传统手术低,能最大限度地保留正常组织及其功能。

患者下列情况适用内镜黏膜下剥离术:

1. 消化道巨大平坦息肉(直径大于等于2厘米息肉)。
2. 早期消化道肿瘤。黏膜层和没有淋巴转移的黏膜下层早期癌,ESD治疗可以达到外科手术同样的根治效果。
3. 黏膜下肿瘤。超声内镜检查确定来源于黏膜层和黏膜下层的肿瘤,通过ESD治疗可以完整剥离病变。



医生正在进行内镜下黏膜剥离术。

市六医院:

专题宣讲党的二十大精神

本报讯(通讯员 扶欢)为深入学习贯彻党的二十大精神,更加全面准确把握党的二十大精神的思想精髓和核心要义,11月25日,湘潭市第六人民医院举办学习贯彻党的二十大精神专题宣讲会。该院党员干部、入党积极分子及护士长以上中层干部参加。

市六医院负责人围绕伟大变革彪炳史册、思想之旗引领航向、科学部署擘画蓝图、从严治党固本强基、团结奋斗再创伟业等方面,对党的二十大精神进行了系统解读和深入阐释,要求全院党员干部把人民群众对高质量医疗养老服务的需求,作为自己的责任担当,做好三级康复医院补短板、强基础、提本领、

优内涵工作,不断提升服务能力和专业水平;要坚持推动养老事业和养老产业协同发展,开拓创新,做医养结合高质量发展的排头兵;不忘初心、牢记使命,踔厉奋发,勇毅前行。

该院党委负责人说,医院将继续开展“一课一片一实践”活动,推动党的二十大精神入心入脑、落地落实;推进医院中心工作,紧盯医疗养老业务、疫情防控、安全生产关键点着力点,精准发力、持续加力,将各项工作抓紧抓实抓出成效,全面提升医院康复医疗、医养结合技术水平。

会议还开展了“正作风 提精神 鼓士气”专题警示教育,观看了党员教育片。

市妇幼保健院:

推进清廉医院和廉洁文化建设

本报讯(鹿意阳)为贯彻落实市委关于清廉湘潭和廉洁文化建设,以及省卫健委、市卫健委关于清廉医院建设工作部署,近日,湘潭市妇幼保健院召开了清廉医院和廉洁文化建设推进会。

该院党委书记黄学杰以《奋发有为树清风》为题,上了一堂党风廉政专题党课。他围绕清廉医院工作目标、阶段性成效、存在的差距、推进清廉医院建设重点任务及工作举措等5个方面进行授课。

会议提出,清廉医院建设和廉洁文化建设事关人民群众的切身利益,要在全院营造党风清正、院风清朗、行风清新的现代医疗发展环境;要扎实推

进清廉医院建设,打造医者红党建品牌——“杏林清风”工程;要厚植廉洁文化底蕴,涵养干部职工清风正气,大力弘扬“医者良心”的廉洁文化,让清廉医院建设和廉洁文化建设取得实效,使群众得实惠,推动医院实现高质量发展。

与会期间大家还集中观看了警示教育片《被围猎之后》,用“身边人、身边事”来警示教育,进一步增强医务人员廉洁意识和职业荣誉感,推动廉洁文化建设实起来、强起来。

今年以来,湘潭市妇幼保健院通过政治引廉、制度固廉、服务润廉、监督促廉等抓手,不断推进清廉医院建设,加强廉洁文化品牌建设。

高中女生欲轻生,心理专家来疏导

本报讯(张红斌 潘子洋 刘锦兰)近日,湘潭市第五人民医院的心理专家通过心理疏导,成功救下一名准备跳楼轻生的高中女生。

当天晚上,市五医院的陈钊来主任正在家里休息,突然接到医院电话,市内某中学有一高中女生意欲跳楼轻生,急需前去进行心理疏导并阻止。

在赶赴事件现场的救护车上,陈钊来主任通过学校负责人了解了女生的情况。女生父母离异后跟父亲、奶奶一起生活,但母亲组建新家庭后对女儿缺少关心,父亲对女儿的管教简单粗暴,这些造成女生对生活感到绝望,时有自残行为。这次她因事与同学发生冲突,被同学过分的言语刺激,由此意欲轻生。

陈钊来赶到事发现场后,发现女生站在该校教学大楼的一个平台上,稍不注意就会坠

落。学校上级主管部门、家人以及学校和当地街道工作人员已苦劝两个小时,做了大量的思想工作,但女生不为所动。为防意外,消防救援人员也已安放消防垫。

“同学你千万不要做傻事,大家都是关心你的,有什么委屈尽管说出来。”

虽然由于场地条件所限,陈钊来只能通过教室的一个窗户与女生对话,但他晓之以理、动之以情,耐心地劝导女生,社会、学校和她的爸爸妈妈奶奶都还是爱她、关心她的,有什么误会可以通过沟通消除,有什么困难可以寻求帮助,她一定会拥有幸福快乐的成长生活。

陈钊来苦口婆心的劝说让女生心有所思,没有做出进一步的危险举动。这时,悄悄上到平台的一名消防队员抱住女生,大家齐心协力将女生从窗户拉进了教室。

随后,陈钊来趁热打铁,与女生的父母和奶奶进行了长时间沟通,告诉他们不管家庭如何变化,孩子的成长总要放在第一位,要多从孩子的角度想想,创造一个有利于孩子成长的家庭环境。女生亲属非常感谢陈医生对女生及时的疏导,表示今后一定多关心、关爱孩子。

目前,女生已恢复正常的学习、生活。

据市五医院相关负责人介绍,针对学业压力、家庭环境等因素使青少年心理健康问题日益突出的现状,市五医院近年来成立了少儿心理专科,探索形成“院前传播、院中干预、院后答疑、院外促进”的青少年心理健康促进模式;医院的精神、心理专家与学校等紧密合作,专业、及时疏导学生的心理问题,消除极端行为,加强心理健康宣教,形成学校、社区、家庭、医疗机构等多方联动的心理健康服务模式。

共抗艾滋 共享健康

艾滋病母婴阻断防治知识

2022年12月1日是第35个“世界艾滋病日”。今年世界艾滋病日宣传主题是“Equalize”(中文直译为“实现平等”),国务院防治艾滋病工作委员会办公室确定并发布我国今年宣传主题活动主题为“共抗艾滋 共享健康”。强调每个人都参与进来,携手应对艾滋病流行带来的风险与挑战,倡导全社会共建共治共享。

我们来了解一下艾滋病母婴阻断防治相关知识。

一、孕早期接受艾滋病检测的好处有哪些?

1. 有效改变感染者的行为方式,降低传播给他人的几率;
2. 早诊断、早治疗、降低患者的死亡率;
3. 及时开展抗机会性感染的治疗,提高患者的生存质量,降低治疗成本;
4. 孕早期接受艾滋病检测和咨询,能及时开展母婴阻断工作,减低婴儿感染率。

二、艾滋病母婴传播途径有哪些?

1. 宫内感染:感染艾滋病的孕妇,在妊娠期可以通过胎盘将病毒传播给胎儿;
2. 产时感染:在分娩过程中,胎儿接触到艾滋病病毒的血液,阴道分泌物感染;
3. 产后感染:产妇乳汁中含有艾滋病病毒,儿童感染与母乳喂养有关。

三、孕妇患有艾滋病对后代有哪些严重影响?

据统计,儿童和婴儿艾滋病病毒感染者中,有90%是通过母婴传播途径获得,而全世界50%的艾滋病病毒感染者是生育年龄妇女,增加了母婴传播的比例。9%-40%感染了艾滋病病毒的母亲会将艾滋病病毒传给胎儿或新生儿。而血浆中病毒载量高及艾滋病严重的孕妇更容易将病毒传给胎儿或婴儿。胎儿受艾滋病病毒感染可发生流产、早产或死产。

四、艾滋病感染孕产妇母婴阻断方法有哪些?

1. 尽早进行艾滋病检测与咨询服务,越早越好;

2. 孕前、孕期规范抗病毒治疗和用药监测;
3. 分娩过程中的安全助产操作;
4. 婴儿出生后,在医生指导下尽早服用抗病毒药物;
5. 产后科学喂养,提倡人工喂养,避免母乳喂养,杜绝混合喂养;
6. 对感染孕产妇所生儿童进行母婴传播风险评估。

五、已感染艾滋病的孕产妇接受艾滋病咨询检测有哪些好处?

已感染艾滋病的孕产妇,可能通过胎盘、阴道分娩及母乳喂养将艾滋病病毒传染给胎儿或新生儿,但目前已有阻断艾滋病病毒通过母婴传播的有效措施,这些措施包括及时采取中止妊娠、围产期给予抗病毒药物治疗、处理混合感染、剖宫产及人工喂养等。

对孕产妇提供咨询,可以使她们了解预防艾滋病病毒通过母婴传播的最新信息、方法及效果,帮助她们分析感染者妊娠对本人、家庭、后代造成的影响,促使她们配合医务人员及时采取措施,控制艾滋病病毒的母婴传播。

六、预防艾滋病母婴传播项目惠民政策有哪些?

1. 所有孕产妇在孕产期均可在助产机构接受一次免费的艾滋病病毒检测服务,但尽量在孕13周之前进行;
2. 艾滋病感染孕产妇可获得免费的抗病毒药物治疗、安全助产、奶粉补助和喂养指导、儿童定期随访与检测等服务。

为了孩子的健康,为了准妈妈的健康,为了家庭的和谐,请您主动在孕早期进行艾滋病检查。(段焱康)

湘潭爱尔仁和医院:

孩子们体验当“眼科小医生”

本报讯(通讯员 孙代蓉)12月1日,由雨湖区昭潭街道妇联主办、湘潭爱尔仁和医院承办的“小小医生职业体验营”拉开序幕。当天至12月20日,将有昭潭街道晨辉格林幼儿园等13家幼儿园参与本次活动。

扮演眼科医生走进奇妙的眼科世界,掌握眼健康知识,增强护眼意识,对于儿童青少年来说,这样的活动意义非凡。12月1日,在昭潭街道晨辉格林幼儿园,小朋友们纷纷穿上白大褂化身“小小眼科医生”,在游戏中学会以正确的读写姿势爱护护眼,了解到动物的眼睛和人眼有什么不同。湘潭爱尔仁和医院的工作人员讲解眼健康知识,引导孩子们养成正确的用眼习惯,全面了解孩子们眼健康发育中可能遇到的问题,并针对儿童青少年近视防控拿出了许多妙招。

医院相关负责人表示,在深入学习贯彻党的二十大精神热潮中,湘潭爱尔仁和医院结合实际,整合医疗行业资源,联合辖区内党建联盟单位——雨湖区昭潭街道妇联,开展学习贯彻党的二十大精神·巾帼志愿者在行动“小小眼科医生”系列宣讲活动,不断推进基层医疗卫生服务高质量发展,提高居民爱眼护眼、预防近视的意识。

湘潭县卫计委综合监督执法局:

做好重点行业、重点场所 疫情防控督导

本报讯(胡赛球 邢凌)11月27日,湘潭县在外省来(返)潭人员中发现2例新冠病毒阳性感染者,市、县第一时间启动应急响应,全力开展流调溯源、排查管控、核酸检测、现场处置等工作。

两名病例均是开车经停高速公路服务区或出口时,在扫码场所、行程码,接受落地核酸检测等防控手段时被发现阳性,当即进行闭环管理,做到了有效处置。

11月28日,湘潭县卫生计生综合监督执法局工作人员再次对许广高速射埠、峡山口服务区开展疫情防控专项监督。工作人员通过查看监控视频、询问站点负责人的方式,了解疫情防控应急处置中的每个环节和细节,并有针对性地提出指导整改意见,要求站方进一步提高思想认识,落实扫码、查码措施,提升应急响应能力。

站点负责人表示,本次对输入的阳性病例能及时发现并处置,离不开行业主管部门和卫生健康部门经常性的业务培训和工作督导;今后将继续严格落实好重点行业、重点场所的疫情防控各项措施,确保疫情防控效果。

湘潭市健康教育所温馨提醒:

六首“歌谣”助力缓解肩颈紧张

如何缓解肩颈紧张的症状,可以按照以下六首“歌谣”来做动作。

1.“懒猫弓背”

手扶椅背弓背,拉伸脊柱背不累。像只猫咪伸懒腰,肩背放松不疲惫。

这套动作能提高胸椎灵活性,改善肩背不适,防止驼背,预防和延缓肩部和腰部劳损。每组6-10次,重复2-4组。

2.四向点头

四向把头点,锻炼颈和肩。动作很简单,贵在每天练。

前后左右四个方向点头,这套动作能放松颈部肌肉,改善肩颈部不适,预防颈椎病。每组5次,重复3-5组。

3.靠墙“天使”

背部紧贴墙壁,外展打开双臂。贴墙缓缓而上,徐徐回到原状。

具体动作是:背部紧贴墙面,双手侧平举,向上屈肘90°,掌心朝前,将手臂完全贴住墙面。然后手臂沿墙壁向上伸展,再沿原路慢慢回到起始位置,重复进行。每组6-10次,重复2-4组。

这套动作能提高肩部灵活性和肩胛稳定性,缓解肩颈部紧张。

4.蝴蝶展翅

双肘平举要到位,向内收紧别怕累。像只蝴蝶展翅飞,改善含胸和驼

背。

具体动作是:双手徒手或各握住一瓶矿泉水,双臂形成W形状,保持2秒。

这套动作能提高肩胛稳定性,改善圆肩驼背姿态,提高肩关节力量,改善肩颈部紧张。

5.招财猫味

手臂一上一下,交替重复多下。勤练加强肩部,肩肘功能不差。

具体动作是:保持大臂始终与地面平行。一侧手臂向上旋转,一侧手臂向下旋转,到最大位置处保持2秒,然后回到起始位置。每组10-15次,重复2-4组。

这套动作能提高肩胛稳定性,增加肩袖力量,缓解肩颈部紧张,肩部塑型。

6.壁虎爬行

身体稳定向前压,双手扶墙往上爬。上下重复需多次,配合呼吸练肩胛。

每组6-10次,重复2-4组。这套动作能提高核心稳定性,改善协调性,强化上肢力量,缓解肩颈部紧张。



健康知识普及 行动

有些食品添加剂加了比不加好

很多人觉得食品添加剂不好,希望“零添加”。《科技日报》近期刊文,健康专家表示,有些食品添加剂加了比不加好。

这类食品添加剂首先是营养强化剂,其包括人体所需的多种维生素、矿物质钙、铁、锌等。对于某些特殊人群,营养强化剂是必需的,像婴儿吃的配方奶粉,就必须加入多种营养强化剂,配合乳清蛋白等其他成分,最大程度地满足婴儿营养需求。

中国人的膳食铁摄入量常常不足,可以适当吃一些铁强化酱油。还有常见的钙强化食品,比如高钙饼干、高钙

牛奶等,可以帮助补钙。

其次,食品添加剂能补充膳食纤维。食品添加剂中有一大类叫增稠剂,一般是胶类、多糖类、糖醇类和改良淀粉类物质,其中很多都是从天然食物中提取的膳食纤维。如提取自豆类植物中的刺云豆胶、槐豆胶、决明胶;海藻中的卡拉胶、海藻酸钠、海藻胶;提取自动物皮、骨和结缔组织的明胶等。

因此,对食品添加剂,人们大可不必过分担心。食品添加剂只要符合国家相关标准的要求,就不会危害健康,在安全性上和无食品添加剂的食品也没有差异。