

## 市传染病医院综合病房楼项目开工建设

## 今后住院就不是太难了

信阳消息(记者 唐车 通讯员 郑登科)市传染病医院综合病房楼项目,是我市2013年市政府督办的十件实事之一。该项目建设如何?昨日,记者带着群众关心的问题采访了市卫生局局长曹君,她告诉记者,该项目已于2013年12月底开工建设,项目建成后,将极大地缓解广大患者住院难的问题。

据悉,市传染病医院在收治传统结

核病、艾滋病住院的同时,还承担着手足口病、甲型H1N1流感等突发事件的防治任务,现有业务用房已远远不能满足正常的救治需要。在市委、市政府和有关部门领导的关心支持下,传染病医院决定在312国道京珠高速公路东500米宗地内东北预留地段,新建一栋地上九层、地下一层,建筑面积16000平方米,具备外科手术室、ICU和供应室的综

合病房楼,预计新增住院病床300余张,总投资8000万元。

曹君告诉记者,市传染病医院综合病房楼项目实施后,将极大地改善市传染病医院基础设施落后的状况,对于提高我市突发公共卫生事件的应急能力具有积极作用。她要求项目施工单位在确保质量和安全的前提下,又好又快推进工程建设,确保项目按期建成投入使用。



责任就是护士的天职

“高度的责任感是护士的天职,精湛的技术是一生的追求,优质的服务为患者带去健康”——信阳职业技术学院附属医院皮肤科护士代君,从事临床护理工作十几年,对护理职业始终充满了热情,刻苦学习专业知识,技术上精益求精。能够熟练掌握护理操作技能,全心全意为病人着想,从细节中体贴和关心病人,服务热情周到,深受患者好评。工作之余,认真学习护理基础理论及护理新知识,并不断总结经验,在省级以上杂志发表论文10余篇。图为代君在为患者进行治疗。邓冬梅 朱晓红 摄

## 护士风采

## 我市开展卫生应急大比武比赛

## 新县卫生局又获殊荣

信阳消息(王志刚 吕孟良)昨日,笔者从新县卫生局获悉,在2013年全市(8县2区11支代表队)卫生应急大比武比赛中获团体二等奖,8人参赛3人获二等奖、4人获三等奖。

近年来,新县卫生局面对卫生队伍出现严重断层现象,把人才建设提到议事日程,多措并举,创新方式招录人才,每年选派业务骨干到上级单位进修学习,把培养广大医务人员作为医院发展的基

础。由于措施得力,方法得当,连续多年来,全县无重大公共卫生事件发生,为切实保障人民群众身体健康和生命安全作出了积极贡献。

编者按:走上回家之路的人越来越多,路途上常见哪些病症?应该做哪些准备?春运火车大多拥挤,路途上碰到紧急事件,应如何救人和自救?下面帮大家制订了一个“春运回家健康宝典”。欢迎大家投稿。编者

## 突发情况:晕车

## 应对招数:颈部放置海绵垫

上午9时刚过,某火车站二楼行李检验区口子附近的“春运医疗保障咨询”处,一位年轻丈夫搀扶着妻子来了。他们是回甘肃天水的,接下去还要坐20多个小时火车,但妻子刚坐汽车过来,因为晕车已经吐了两次。

会晕车的人,建议在出发前一天晚上,一定要保证充足的睡眠。不要吃得过饱,不要吃油腻食物,应吃易消化的食物,并提前半小时服用防晕车药。

另外,尽量减少头部活动,在颈部放置海绵垫,可缓冲车体颠簸对大脑和脊髓的冲击。也可以面向前方,定向远眺,或者闭目养神,或者听听音乐、和人聊天,分散注意力,尽量避免看窗外快速移动的景物。一旦出现全身疲乏无力、头痛、恶心、呕吐、全身冷汗、面色苍白等状况时,应闭目仰卧,用冷毛巾敷前额。

## 突发情况:旅游精神综合征

## 应对招数:随时放松自己

据了解,每年春运都出现有乘客产生因人多而导致精神失控,产生幻觉而跳车的悲剧。

一些人外出旅游时,常常出现失眠、精神紧张、胸闷等症状,有的人因长时间乘坐飞机、火车、轮船,往往会突然产生精神障碍、精神分裂等疾病,有时甚至因自控不住或外部帮助不够而导致跳车、跳船等自杀事件,心理学将之称为“旅游精神综合征”。

“这是春运途中,过度拥挤,精神高度紧张,再加上旅途奔波,身心过度疲劳,又得不到及时调试所致。”医生说,出行者应注意不要把行程安排得过满、过于紧张,注意及时休息。

他提醒,如果有家人或朋友陪同出行,可以与他们聊天谈心。如果是一个人出行,在路途上最好让自己看看书、听听音乐,让自己放松心情。每隔一两个小时活动活动筋骨,做做深呼吸,以减轻旅途带来的身心疲劳。(谭忠星)

## 息县“四个监管”

## 让咱百姓尝到甜头

信阳消息(杨威 薛运华 陈俊材)1月6日,记者从息县卫生局获悉,该局自实行“四个监管”制度以来,该县公共卫生服务让老百姓心服口服。一患者告诉记者,“四个监管”让老百姓受益,我们赞成。

近年来,息县卫生局为确保基本公共卫生服务,狠抓监管。在服务患者的基础上,以“四个监管”强化监督。这“四个监管”即在监管标准上,息县统一制订基本公共卫生服务的绩效考评标准,统一第三方监管重点和关键环节;在监管主体上,采用同业监管和非利益相关方监管为主,第三方监督、需方评价为辅的方式,对提供服务质量合规性进行监督考核;在监管内容上,制订清晰、量化的考核要点和指标,针对服务过程关键点,从供、需双方开展量化考核;在监管手段上,充分利用计算机、网络、电话、信函等开展辅助监管,从而有效克服了过去“人情监管”“利益关联监管”产生的常见问题。

## 冬季健康保健

## 注意事项

**避免受凉** 当人体受凉时,呼吸道血管收缩,血液供应减少,局部抵抗力下降,病毒容易侵入。因此,冬季应特别注意受凉感冒。

**净化环境** 保持室内空气清新,新鲜空气能够去除过量的湿气和稀释室内污染物。应定时开窗通风,保持空气流通;让阳光射进室内,因为阳光中的紫外线具有杀菌作用;也可用食醋熏蒸房间,起到消毒效果。

**补充营养** 适当增加水分和维生素的摄入,注意多补充些鱼、肉、蛋、奶等营养价值较高的食物,增强机体免疫功能;多吃富含维生素c的新鲜蔬菜水果,可中和体内毒素,提高抗病能力;冬季气候干燥,空气尘埃含量高,人体鼻黏膜容易受损,要注意多喝水,让鼻黏膜保持湿润,能有效抵御病毒的人侵,还有利于体内毒素排泄,净化内环境。

**讲究卫生加强防护** 要注意勤洗手、勤漱口,不要用脏手触摸脸、眼、口等部位;出门在外要尽量站在空气流通的地方;尽量少到拥挤的公共场所;雾天外出可戴口罩。

**免疫预防** 流行季节前可到防疫站或正规医院进行相应的预防接种,如流感、肺炎、麻疹、流脑等疫苗。

**早发现早治疗** 当自己或周围的人出现发热、咳嗽、呼吸困难、气短等一种或多种呼吸道症状时,应及时到医院就医,切忌不当回事,更不要自己胡乱吃药,以免延误诊断和治疗,既耽误了自己又可能影响他人。(黑马)



日前,信阳市精神病医院干部职工、病人及家属欢聚一堂,举行了“信阳市精神病医院首届医患联谊会”,庆祝2014年元旦。此次联谊会共演出歌舞表演、健康操、猜字、击鼓传花游戏等12个形式多样、内容丰富的节目,展现了医护人员的精神风貌。

杨梅 摄

## 欢迎投稿 投诉 咨询

信箱:xyrbwsjk@163.com

联系人:唐车 15939788289