

# 高原上的牵挂

## 葛家中心卫生院援青医师工作纪实

通讯员 邢敏

3月18日,告别了家人,告别了同事,告别了亲朋,告别了家乡,我踏上了前往几千公里之外青藏高原上的青海省海北州的征程,去履行一项很有意义、也很光荣的任务。

在西宁进行了短暂的休整,山东省2019年度第一期“组团式”支援海北专家欢迎会召开。会上,来自山东的耿涛州长的讲话让我深受鼓舞,优秀的援青前辈郭院长的发言,让我更加坚定了工作的目标和方

向。他们专注的满腔热忱,他们守护的岁月静好,让我们也懂得了爱与奉献、责任与担当的重量。

初上高原(这里的平均海拔达到2800米),对我的挑战真的是完全超乎了想象,严重的缺氧和高反接踵而至,头痛耳鸣,心率加快,血压升高,需要不时地深吸气来缓解不适,从来没有过敏反应的我也不知原由地出现了严重的过敏反应,说实话,当时的我是崩溃的,无所适从,想到退缩,甚至想要申

请回家,但是想起援青的初衷,再加上身边同事、领导的关心,同行兄弟姐妹们的照顾和安慰,虽然眼泪哗哗地流,我咬牙坚持,因为我有战胜困难的信心和决心。

3月30日,我已经慢慢适应了严重的缺氧和高原反应,能够全力以赴投入工作中。虽然这里是县医院,但是前来就诊的病人大多是农村人,有的甚至是偏远牧区,并且少数民族占多数。看病的时候,不但存在语言沟通的障碍,还要考虑

到他们的经济条件和交通问题,让他们在看好病的基础上能花最少的钱,能少走几趟路。这里的人都很善良,也很纯朴,虽然语言、文化、习俗等各个方面和我们有很大差异,但是感恩之心却丝毫不差,哪怕你帮他们解决了很小的问题,他们也会感激。

4月17日,为了推行便民惠民措施,增强群众自我保护,加强健康和医学知识的宣传普及,来自内科、妇科、中医科组成义诊团队,来到离门源县20多公里的青石嘴镇,为当地百

姓送医问诊,免费体格检查,现场诊治并提供治疗方案;利用多媒体进行健康教育讲座,让他们在家门口就享受到来自大医院先进的医疗服务。一上午的义诊活动很快就结束了,但当地百姓却依依不舍,“真希望你们能经常下来走走,多来给我们看看病”。朴实的话语道出了他们的心声。

感谢你们,因为有你,才有了我们,因为有你,才有了我们存在的价值。

守护生命,我们永远在路上!



## 健康咨询

宋村中心卫生院积极推行医养结合工作模式,为入住老人根据季节变化提供医疗、康复、护理等技术指导和健康教育活动,近日,文登区宋村中心卫生院组织医务人员到宋村镇敬老院开展健康咨询服务。

通讯员 杨卫 摄影报道

# 泽库镇卫生院开展廉政教育主题党日活动

本报文登4月24日讯(通讯员 王新红) 为深入贯彻落实全面从严治党要求,进一步增强医护人员廉洁自律意识和岗位责任意识,推进党风廉政建设深入开展,树立“不忘初心、牢记使命、廉洁行医、做健康卫士”白衣天使形象。4月18日下午,泽库镇卫生院开展廉政教育主题党日活动,组织部分党员干部到区纪委、监委警示教育基地“昆崙清风馆”进行现场观摩学

习,重温入党誓词。

“昆崙清风馆”廉政教育基地共分清风、红旗、纪法、警钟、家风、道廉等六大板块,跟随着讲解员声情并茂的解说,结合图片、文字、视频、实物、互动游戏等多种形式,大家深深体会到了“廉字重千金”的深刻内涵。

通过此次观摩学习,大家一致表示要进一步加强自身廉政意识,遵守行业规范及“九不准”各项规定,常怀律己之心,常思贪欲



之害,知敬畏、明底线,要将廉洁行医、诚实守信、爱岗敬业、无私奉

献贯穿于实际工作中,永远做人民健康的忠诚卫士。

# 侯家镇卫生院开展心肺复苏培训

本报文登4月24日讯(通讯员 孙科) 为加强全院职工心肺复苏的急救水平,提高医务人员对急危重症患者的抢救能力及抢救成功率,日前,侯家镇卫生院精心策划组织了一次心肺复苏培训及现场操作演练。

据了解,心肺复苏是每一名医生必须熟练掌握的急救技能。心

肺复苏是针对心跳停止的急症危重病人所采取的抢救关键措施,所以在临床上的急性冠脉综合征、重症心肌炎、脑血管意外;某些意外事故中,如触电、溺水等,一旦发现心跳呼吸停止,首要的抢救措施就是迅速进行胸外心脏按压和人工呼吸,以保持血液循环和有效通气,保证重

要脏器的氧气供应。在常温下,人缺氧4—6分钟就会引起脑组织不可逆的损伤。必须及时的进行有效呼吸,以挽救其生命。而抢救的成功与否与急救员的抢救技术有很大的关系,所以每名医生都要熟练掌握心肺复苏的技巧,能在最短的时间内为病人实施有效的抢救。

对于心脏骤停的患者来说心肺复苏就是挽救生命的保证,要争分夺秒,要与时间赛跑。本次心肺复苏培训及现场演练活动进一步规范 and 提高了医务人员对心跳呼吸骤停的患者的应急处置能力,也进一步提高了临床各科整体的综合急救处理能力。

# 春季传染病防控知识讲座进校园

本报文登4月24日讯(通讯员 刘家成) 4月份是肠道传染病和呼吸道传染病高发季节,学校是人群高度密集的场所,师生又是肠道传染病和呼吸道传染病的易感人群之一,容易引起暴发流行。4月16日,龙山社区卫生服务中心医务人员于来到文登区第一实验小学开展春季传染病防控知识讲座。

医务人员详细讲解了肺结核、手足口病、布鲁氏菌病等疾病

的传染源、传播途径、易感人群及预防措施等。通过讲座,切实提高了全体师生对传染病防控知识的了解,为减少传染病的发生和传播提供了保障。

相关链接：

手足口病防治小知识

●培养良好的卫生习惯,做到勤洗手、吃熟食、喝开水、勤通风、晒衣被。

●早发现,早就医。及时隔离患病学生,防止感染他人。

●搞好环境卫生,对患病学生接触过的物品做好日常性消毒。肺结核防治小知识

●在日常生活和学习中,保证充足的睡眠,合理膳食,加强体育锻炼,增强自身免疫力。

●养成良好的卫生习惯,不随地吐痰,咳嗽、打喷嚏时掩口鼻,经常开窗通风。

●出现肺结核可疑症状(咳嗽咳痰超过两周或痰中带血、消瘦、多汗)及时到文登区

皮肤病医院接受检查,在校生病要主动向学校报告,不隐瞒病情、不带病上课。

布鲁氏菌病防治小知识

●布病流行季节不到家畜集中的地方逗留,不直接接触家畜。

●不饮用未充分煮沸的乳制品,不食用未熟透的畜肉及其制品。

●及时杀灭苍蝇、蜱虫等传播媒介。

## 龙山社区卫生服务中心

## 学习《生产安全事故应急条例》

本报文登4月24日讯(通讯员 于海英 王忠丽) 为进一步提高安全生产事故应急工作的规范化,日前,龙山社区卫生服务中心组织全体职工开展安全生产知识培训,认真学习《生产安全事故应急条例》。

会议强调,全体职工要提高安全意识,加强宣传学习,认真贯彻落实《条例》精神,增强工作的主动性和自觉性。要明确目标任务,落实工作责任,建立和完善安全生产管理制度,定期开展安全生产知识培训,开展安全隐患大排查,切实把安全措施和安全生产工作落实到位,提高安全生产管理水平。对于近期全国各地发生的安全事故,全体职工要高度重视,引以为戒,认真汲取教训,牢记“安全生产,责任重于泰山”,坚决克服麻痹思想,做到警钟长鸣,预防和杜绝各类事故的发生。

## 以人为本 共建共享

本报文登4月24日讯(通讯员 刘筱佩) 为实现从“以治病为中心”转向“以人民健康为中心”的目标,天福社区卫生服务中心紧紧围绕“以人为本、共建共享”的核心理念,扎实开展健康教育与健康促进工作,积极推进健康促进示范区创建,倡导健康生活方式,努力打造健康品牌。

为将健康促进示范区创建工作向纵深推进,天福社区卫生服务中心以保障和促进人的健康为宗旨,以完善健康环境,优化健康服务,强化健康管理理念,积极倡导健康的生活方式,形成有利于健康的医院文化为总目标开展创建活动,建立与完善了组织管理体系和政策规章,细化任务、明确分工并落实到科室、个人,不断完善制度建设与保障措施,统筹协调通力合作,按计划落实各项创建工作,全面提升医疗质量。

通过创建,天福社区卫生服务中心大力改进健康环境建设,优化诊疗环境,提升了文化服务和整体水平。以疾病和健康问题评估为导向,落实对患者、社区、医护人员的健康管理服务,着力普及健康教育和健康促进工作和特色健康促进活动。

健康促进工作是社区卫生服务中心最基本的工作,健康促进的成效直接影响着社区卫生服务的质量。天福社区卫生服务中心将以创建健康促进示范区为契机,继续围绕健康促进主题,强化健康促进理念,弘扬健康促进文化,发挥示范引领作用,将社区健康促进事业深入推进,使医院真正成为群众优质健康服务需求的切实保障,为健康社区的建设奠定坚实基础。

## 儿童预防接种莫忽视

本报文登4月24日讯(通讯员 周新丽) 4月25日是第33个全国“儿童预防接种日”,为使大家更好地理解预防接种与疫苗的重要性,提高公众接种疫苗的积极性,今年全国“儿童预防接种日”的宣传主题为“防控传染病,接种疫苗最有效。”

据了解,接种疫苗是预防和控制传染病最经济、有效的方法之一。目前我国的疫苗分为两大类,一类疫苗是国家免费提供的,所有适龄儿童都要按规定接种的,另一类是二类疫苗,属于自费并自愿接种的。

为迎接儿童预防接种日的到来,区妇幼保健院预防接种科做了充足的准备。为满月第一次来院接种的宝宝,免费发放预防接种手册,上面详细介绍所有疫苗和接种前后注意事项,方便家长及时了解所需信息。同时,通过查漏补种超过三个月未来接种的儿童,预防接种科都会电话通知家长及时带孩子接种。

为了儿童的生命健康,我们应该重视预防接种,正确认识预防接种知识,让儿童健康成长。文登区妇幼保健院预防接种科相关负责人表示。