

霜降时节,如何科学养生

霜降是秋季的最后一个节气,此时的气候特点是寒与燥。一方面,昼夜温差加大,易引发感冒、关节疼痛等问题;另一方面,秋燥愈发明显,可能导致口鼻干燥、咽干咳嗽、皮肤干痒、大便秘结等。专家介绍,从中医脏腑理论看,霜降时节肺与脾胃是养护重点,养生关键在于御寒润燥、保养脾胃、宁心安神。

霜降时节养生应因人制宜。中老年与体弱人群,重在补益肝肾,强健筋骨。武斌建议,此类人群霜降后更应注意防寒,特别注意头部、颈部和足部的保暖。寒从脚起,睡前可用温水泡脚,按摩涌泉穴,以温通经络。饮食宜平补,而非大补,可适当食用温热、软烂的食物,如羊肉、牛肉、鸡肉炖汤,煲汤时可加入党参、黄芪、枸杞、山药等,以健脾益气、滋补肝肾。

青壮年与上班族重在劳逸结合,护

养胃。此类人群虽气血旺盛,但常因工作压力大、饮食不规律导致脾胃虚弱,睡眠不足。霜降时节,他们最易出现外寒内火的情况,如手脚冰凉却面部生痘、口腔溃疡。饮食方面,切忌因天冷而频繁食用辛辣燥热的火锅、烧烤,以免加重内火,应多吃健脾养胃的食材,如小米、南瓜、红薯、白扁豆等。

妇女与儿童养生重在滋阴润燥。妇女以血为本,秋燥易耗伤阴血,导致皮肤、毛发干燥,儿童则是感冒咳嗽的高发人群。武斌建议,饮食方面,妇女应多食银耳红枣羹、蜂蜜炖雪梨等滋阴润燥之品。儿童饮食要清淡易消化,多吃蒸煮类食物,少吃生冷甜腻之物。起居方面,宜坚持背暖、肚暖、足暖的原则,根据温度及时增减衣物。

霜降时节如何科学地“贴秋膘”?专家建议,要避免过量进补,也要避免油

炸食品、甜点等高脂高糖食物。饮食要注意营养均衡,增加鱼肉、虾、去皮禽肉、豆制品和奶制品摄入比例,这些食物能提供优质蛋白,且饱和脂肪含量低,有利于心脑血管健康;补充膳食纤维,如根茎类蔬菜、各类坚果等,能增加饱腹感、清润肠道,还能控制血糖和血脂;补充维生素与矿物质,食用苹果、梨、葡萄等富含抗氧化剂和微量元素的应季食材,能增强机体抵抗力,但注意吃水果要适量,优先选择含糖量低的品种。天凉后,一些人饮水会减少,需注意保证每日1.5至2升的饮水量,以白开水或淡茶为主,促进新陈代谢。

除了讲究吃,还要尽量保持心态平和,保证充足、高质量的睡眠,健康地迎接冬天的到来。

在黑白影像中看见色彩

怀着对医学事业的憧憬与对未知领域的许许志,我正式告别了校园,踏上了鄢西县人民医院放射科的大门。这段时光里,有初识设备的谨慎探索,也有面对工作忙乱时的紧张无措,更有前辈悉心指引的温暖和洞见生命的敬畏。

放射科是一个高度依赖协作的团队,诊断医师、技师、护士和登记员,每个岗位各司其职又环环相扣,共同支撑起科室的高效运转。初到岗位时,每当我遇到操作难题或流程疑问,同事们总会毫无保留地伸出援手;工作间隙,大家的欢声笑语驱散了陌生感;诊疗过程中,一个默契的眼神便能达成配合共识。这些点滴细节,让我快速融入集体,深刻感受到团队的凝聚力与归属感。

放射科亦是直面患者需求的一线窗口,我们每天接触的都是带着病痛与焦虑的患者,需要用耐心与同理心搭建沟通桥梁。有的老人听力不好,需要耐心地大声引导;有的孩子恐惧机器,需要我们用玩具或言语安抚;还有的患者对辐射

充满恐惧,需要我们通俗易懂地解释其安全性和必要性。我学会了如何用“侧身,像虾米一样蜷起来”代替专业的“左侧卧,双膝屈曲”,也学会了在操作间隙给患者一个鼓励的微笑。我愈发明白,设备与技术是冰冷的,但医学服务必须是温暖的,每一次有效的沟通,都能减轻患者的一份心理负担。而在我手忙脚乱时,带教老师总会耐心得站在我身后,给予我及时的指导和鼓励。

当我真正开始独立上岗,才真切体会到“健康所系,性命相托”这八个字的重量。我深知,自己操作的每一个步骤,都直接关系到诊断的准确性。这份沉甸甸的责任感,是我快速成长的最大动力。我曾以为技师的工作是流程化的,但实践让我清醒认识到,我们的每一个操作都直接关系到诊断的准确性。一个不到位的体位可能导致病灶遗漏,一个不合格的参数可能让患者接受不必要的辐射。“精准”二字,重如千钧。这份沉甸甸的责任感,是我严谨对待每一次操作

的动力。

更让我坚定前行的,是团队协作带来的强大支撑。工作中,我与护士老师们默契配合,完成增强注射和患者观察;与诊断医师及时沟通,为疑难部位寻找最佳扫描方案;与登记窗口同事协同,合理安排患者。这些紧密协作的瞬间,让我深刻感受到集体的力量,也让我明白,守护患者健康从来不是孤军奋战。

放射科的工作,是在黑白灰的光影还很漫长,我愿以初心为帆,以成长为桨,不断精进专业技艺,提升服务能力,在平凡岗位上为每一位患者的健康保驾护航,用实际行动践行医者使命。(放射科 李静茹)



近日,景阳卫生院组织专业医护团队开展入户体检专项活动,以“零距离”健康服务传递民生温度,用实际行动践行“人民至上、生命至上”的服务理念。

此次入户体检聚焦群众急难愁盼,构建“基础检查+慢病管理+健康指导”三位一体服务模式,服务对象精准覆盖辖区高龄老人、长期卧床患者、严重精神障碍患者、残疾人及慢性病出行不便群体。医护人员携带血压计、血糖仪、心电图机等设备,逐户为群众测量身高、体重、血压、血糖,开展心肺听诊、腹部触诊等基础检查。针对高血压、糖尿病患者,详细记录用药情况,更新健康档案,并现场调整用药方案;同时结合季节特点,讲解流感预防、冬季保暖、饮食调理等健康知识,发放《慢性病患者自我管理手册》,走村入户,手把手指导居民掌握自我健康监测方法。

截至目前,该卫生院已完成300余名特殊群体的入户体检,为26名慢性病患者调整治疗方案。(景阳分院 万源 张媛)



羊尾分院积极开展全国高血压日宣传活动

10月8日,羊尾镇卫生院组织医护团队在镇中心广场设立宣传咨询点。活动现场,醒目的主题横幅迎风悬挂,高血压防治知识展板整齐排列,图文并茂的内容吸引了众多居民驻足观看。

宣传过程中,医护人员紧扣“健康体重,理想血压”核心,重点强调体重管理与血压控制的关联;“超重和肥胖是诱发高血压的重要危险因素,通过合理膳食、适量运动维持健康体重,能有效降低血压水平,减少心脑血管疾病风

险。”同时,向居民普及简单易行的健康生活方式,如减少钠盐摄入、增加钾盐摄入、戒烟限酒、规律作息等,引导大家从生活细节入手,养成健康习惯。

为确保宣传服务全覆盖,尤其关注行动不便的老年居民,卫生院还组织医护人员开展“下村入户送健康”活动。医护人员携带血压仪、宣传资料,深入各村组为高龄、残疾等特殊群体提供上门服务;现场测量血压,根据检测结果给予个性化健康指导;发放高血压防治手

册,手把手教居民识别血压异常信号,针对患有基础疾病的居民,提醒按时服药、定期复查,打通健康服务“最后一公里”。

据统计,活动累计发放宣传资料230余份,为190余人次测量血压,接受健康咨询120余人次。(羊尾分院 何佑恩)



中老年人请牢记「四不做」

1、别熬夜晚起,打乱作息节奏

一到秋天,不少中老年人朋友就犯“作息懒”——晚上抱着手机刷新闻、看戏曲,凌晨1点还不想放下;早上太阳晒到窗台,9点多还窝在被窝里不愿起,这完全违背了霜降“早睡晚起”的规律。

中老年朋友身子经不起作息乱;熬夜会让心神不宁,第二天头昏乎乎的,血压也容易飘;赖床久了,全身气血流缓慢,起来后还会觉得腰酸腿沉。建议晚上10点半前就关灯躺下,早上7点左右跟着天亮起床,哪怕偶尔想睡觉,也别超过早上8点,这样身体机能才能慢慢调整过来,白天也有精神。

2、别陷在“悲秋”情绪里,少添愁绪

霜降后,窗外的树叶一天天落,草木也慢慢枯了,加上天黑得越来越早,不少中老年朋友看着这样的景色,容易心里发沉——有的会想起以前的事,有的觉得天黑早了“没意思”,不知不觉就陷在低落情绪里,这就是老话说的“悲秋”情绪。

保持乐呵呵的心态,气血才顺畅,身子也能少遭罪,毕竟“笑一笑,十年少”不是没道理的。

3、别盲目“秋冻”,该添衣就添衣

老话说“春捂秋冻,来年无病”,但这话到了霜降就不适用了。现在早晚气温经常跌破10℃,咱们中老年朋友和家里长辈可不能再“硬扛”——有的朋友觉得“穿多了显胖”,早上出门只穿件薄外套;有的甚至光脚穿拖鞋,露着腰腹,这样很容易让寒气钻进身子,轻则感冒咳嗽,重则关节疼。

添衣要讲究“循序渐进”,早上出门时,在毛衣外面加件薄棉袄,护住手腕、腰腹和脚心这些容易漏风的地方;到了中午暖和点,再脱了棉袄穿毛衣,别一下子穿太多或脱太急。这样既能保暖,又不会因为出汗后受凉,身子能一直舒舒服服的。

4、别做剧烈运动,动静要适度

霜降后锻炼,可不能像夏天那样“猛动”——有的朋友觉得“多出汗才健康”,早上空腹去跑5公里,或者跟着年轻人打高强度羽毛球,结果累得气喘吁吁,还出一身大汗,风一吹就容易感冒,甚至拉伤关节。

中老年锻炼,讲究“动静结合、不折腾”:早上去公园慢走20分钟,跟着广场舞队跳半小时(别选太剧烈的曲子);周末天气好,和老伴去近郊赏秋游,顺便走走路,就算在家,也能对着墙打打太极、做做八段锦。这样锻炼不费劲儿,还能让气流通,比剧烈运动更养生。

抢抓机遇 加快发展 鄂西人医 全力打造鄂陕毗邻地区现代化医疗中心

鄢西人医 YUN XI REN YI

鄢西县人民医院主办 内部工作简报 2025年10月(第209期) 业内免费交流

关注微信公众号

我院消毒供应中心顺利通过省级评审验收

10月18日,我院消毒供应中心迎来了湖北省医疗机构消毒供应中心评审验收专家组的现场评审,经过全面、系统、深入的检查与评估,消毒供应中心以规范的流程、严谨的管理和高效的运作,赢得了专家组的高度认可,顺利通过验收。

此次评审由湖北省医院感染管理质量控制中心主任熊莉娟担任组长。评审工作严格对标《湖北省医疗机构消毒供应中心验收评审标准实施细则(2018)》,围绕组织管理、规章制度、人员培训、建筑布局、设备设施、质量管理、监测体系七大核心维度,全面检验中心建设与运行成效。

评审工作汇报会在医院5号楼二号会议室举行,由副院长凌丹主持。我院党总支部书记刘海波致欢迎辞,简要介绍了医院发展概况,重点阐述消毒供应中心的建设背景、定位及重要性,强调中心作为“医疗安全幕后防线”,对保障患者安全、提升医疗质量的关键作用。消毒供应中心护士长就中心建设情况、日常运行管理及质量持续改进等方面作专题汇报,系统展示中心规范化建设成果。

专家组组长熊莉娟明确了评审流程与标准。汇报会结束后,评审工作转入实地核查阶段,专家组分为院感组与消供组同步开展工作。院感组专家深入泌尿外科、超声科、胃镜中心、中心手术室等临床科室,现场查看消毒灭菌物品使用、院感防控措施落实情况;消供组专家则进驻消毒供应中心,对医疗器械回收、清洗、消毒、包装、灭菌、储存及发放全流程进行细致查验。过程中,专家们不仅逐一核查设备运行记录、质量监测数据、人员资质证书等文件资料,还随机提问工作人员制度规范掌握情况与实践要点,通过“查、看、问、验”相结合的方式,全面评

估中心管理水平与实践能力。

医院党总支部书记刘海波在表态发言中表示,此次省级评审是对我院消毒供应工作的全面检验,更是推动工作提质升级的重要契机。医院将第一时间梳理专家组反馈意见,制定详细整改方案,明确责任分工与整改时限,全面落实优化措施;同时以此验收为起点,进一步强化消毒供应中心标准化、精细化管理,持续完善质量管理体系,“举一反三”,建立长效机制,切实筑牢医院感染控制“第一道防线”,为患者提供更安全、更优质的医疗服务。

消毒供应中心是医院医疗质量与安全的重要支撑。此次顺利通过省级评审,标志着鄢西县人民医院消供中心在专业化、规范化建设方面迈上了新台阶,也为推动全院医疗质量提升和感染控制体系建设奠定了坚实基础。

(宣传科 消毒供应中心)

简讯

9月24日上午10:00,我院2025年秋季职工运动会在新院区同心圆广场拉开帷幕,县总工会副主席赵立平、院领导班子、裁判员、运动员、秘书组成员齐聚见证这一充满激情与活力的时刻。院长何义勇致开幕词,赵立平作重要讲话,我院党总支部书记刘海波的高声宣布“2025年秋季职工运动会正式开幕”。紧接着,太极拳表演惊艳登场,各项目比赛随即按照赛程安排正式开始。据悉,此次秋季职工运动会设置了多项兼具竞技性与趣味性的比赛项目,旨在让职工在运动中释放压力、增进交流,为医院高质量发展注入新的活力。(宣传科 王 璇)

9月27日,首届秦巴山皮肤科护理专科联盟会议及授牌仪式在十堰市人民医院隆重举行。我院皮肤科联盟应邀出席本次盛会,并正式被授予联盟成员单位。

(皮肤科 王 霞)

10月14日,由湖北省临床检验中心主办、十堰市临床检验中心、十堰市太和医院协办的“十堰地区细菌、真菌实验室诊断技能竞赛”在武当国际酒店举行。我院检验科代表队在众多参赛队伍中表现出色,凭借扎实的理论功底、规范的操作技能和出色的临场应变能力,最终荣获大赛三等奖和优秀团队奖,展现了我院医务工作者精湛的专业技术和良好的精神风貌。(检验科 解天良)

近日,我院成功通过中国创伤救治联盟的严格审核,被正式授予“中国创伤救治联盟成员单位”称号。这一殊荣不仅标志着鄢西人在危急重症创伤救治领域迈上了新的台阶,更实现了与国家顶级创伤救治资源的对接与融合,为全县及周边地区百姓筑起了一道更加坚实、高效的生命安全防线。(医务部 陈正旺)



9月28日下午,我院党总支部书记刘海波在院长助理胡前军陪同下,组织总务科、后勤服务中心、基建科、保卫科等科室负责人,深入医院重点区域与关键环节,开展节前安全生产大排查。检查组先后实地检查新院区高低压配电房、发电

机房、肝胆甲乳外科病区、材料库房、营养食堂、监控室等重要场所,每到一处,刘海波书记均仔细听取运行状态、安全措施落实情况及时应急处置准备工作,确保安全管理无漏洞。(宣传科 阮 森)

我院召开运营管理与物价政策调整专题分析会

9月22日下午,我院组织召开2025年1至8月运营管理与物价政策调整专题分析会。院长何义勇、副院长方敏、彭磊、凌丹出席会议,康复中心、中医科、放射科、检验科、财务科、病案管理科、医保物价科等相关职能与临床科室负责人及代表参会。

在运营分析环节,病案管理科曹茂琴系统解读了医保政策最新动向及其对医院运行的影响。随后,物价政策调整分析会上,医保物价科负责人许红静就最新诊疗项目价格管理与分类调整政策作了专项汇报。

参会各科室负责人结合自身工作

实际,就相关政策调整带来的影响进行了务实研讨,积极探索适应新规、优化服务的新路径。副院长彭磊、凌丹、宋方敏分别从临床运营、医保管理、服务提升等维度,提出了针对性指导意见与可操作应对策略。

院长何义勇在总结讲话中强调,召开此次会议的核心目的在于统一思想认识,凝聚发展合力。他明确指出,全院上下必须着力克服盲目工作和思维定式两种倾向,调整心态,主动求变。针对下一步工作,他提出三点要求:一是深学细悟政策内涵,确保物价收费等各项政策依法依规落

市护理质控专家组莅临我院开展专项评估

9月23日上午,国药东风总医院妇产科护士长童频率率十堰市护理质量控制中心专家组成员莅临我院,开展2025年度改善护理服务行动计划专项评估调研工作。

在见面会上,院长何义勇首先对专家组的莅临表示热烈欢迎,并简要汇报了医院近三年实施“改善护理服务行动计划”的实际情况。

会后,专家组一行聚焦护理服务、护理分级、护理安全、护理专业、护理信息五个核心维度,深入消化内科、产科、急诊医学科等重点科室开展全方位、多层次督导检查。通过实地察访护理操作流程、与医护患一对一深度访谈、细致查阅管理台账等方式,全面掌握护理工作实际开展情况;同步开展门诊及住院患者满意度调查,收集一手反馈。受访者纷纷点赞优质的就医环境、完善的硬件设施以及护理人员展现出的专业素养和人文关怀,满意度评价持续高位。

经过系统评估,专家组对我院护理工作成效给予高度肯定。专家组特别指出,医院党委以前瞻性视野强化顶层设计,为护理工作提供了全方位、深层次的保障支持。同时,医院7S管理制度落地精细,就医环境规范有序且人文氛围浓厚,在改善护理服务行动落实工作成效显著。此外,专家组还对现存短板提出了具有针对性和可操作性的指导意见,为我院护理工作进一步发展指明了方向。

(护理部 彭 瑾)

市护理质控专家组莅临我院开展专项评估

市护理质控专家组莅临我院开展专项评估

二是转变观念化挑战为机遇,在政策调整中优化服务、创新管理;三是强化全员政策培训,全面提升政策素养与执行能力。何院长最后强调,医疗机构在任何时候都必须坚守治病救人的初心,确保医疗质量与安全为核心,实现规范、可持续的高质量发展。

此次专题分析会精准锚定政策导向与管理痛点,为医院下一阶段运营管理优化、政策落地执行指明了方向。鄢西县人民医院将以此次会议为契机,进一步强化规范管理,优化服务流程,以高效运营与优质服务回应群众健康需求。

(宣传科 阮 森)

感染科成功实施首例肝硬化综合介入手术

近日,我院感染科团队在太和医院感染科丁德平教授指导下,成功为一名肝硬化合并门静脉高压、脾功能亢进患者实施脾动脉栓塞术(PSE)联合肝静脉压力梯度(HVPG)测定综合性介入手术。此项联合技术在县级医院中属首次开展,标志着我院在肝硬化及其并发症微创介入诊疗领域实现重大突破,为县域肝硬化患者带来“家门口享优质服务”的福音。

此次手术患者为老年女性,因“肝硬化失代偿期、重度脾功能亢进”入院。传统诊疗中,此类患者面临两大困境:内科保守治疗效果有限,外科脾切除手术则在创伤大、风险高、恢复慢的问题,而门静脉压力精准评估作为临床决策关键,此前因 HVPG 测定技术门槛

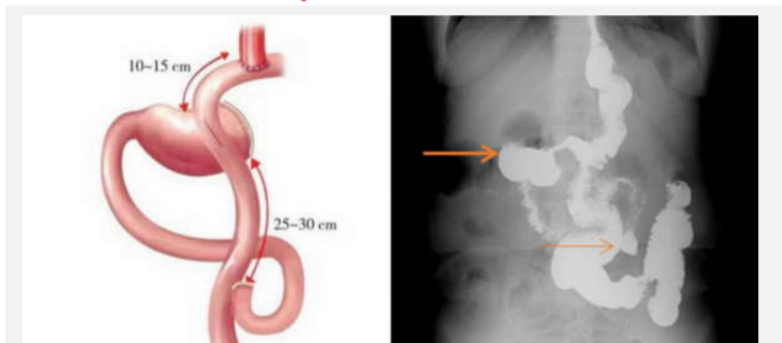
高,在县级医院难以常规开展。HVPG 测定作为国际公认的“金标准”,能精准反映患者出血风险与预后,是实现个体化治疗的核心前提。

面对诊疗挑战,我院感染科团队秉持“技术创新、患者至上”理念,依托多学科协作优势与扎实技术功底,制定“诊断、治疗”一体化联合手术方案。手术中,团队先精准实施 HVPG 测定;通过微创穿刺血管,将导管置入肝静脉,精确测量楔入肝静脉压与游离肝静脉压并计算 HVPG 值,为后续治疗提供循证医学依据,实现从“经验治疗”到“精准治疗”的跨越;随后同步开展脾动脉栓塞术,通过阻断部分脾动脉血流,使亢进脾脏部分“梗死”萎缩,有效提升外周血象(白细胞、血小板),降低感染与出血风险,同时适度减轻门静脉压力。整个手术仅通过大腿根部微小穿刺点完成,历时约 1 小时,患者生命体征全程平稳,术后顺利返回病房。

目前,患者恢复良好,脾亢症状得到有效控制,相关血细胞指标显著回升,为后续抗病毒、保肝等综合治疗奠定坚实基础。感染科负责人宋方敏表示,此项技术成功开展是科室发展的重要里程碑,不仅构建了“精准评估+微创治疗”的肝病诊疗新模式,更打破了县级医院复杂肝病诊疗瓶颈——过去需转诊上级医院的患者,如今可在本院接受高质量治疗,有效降低患者经济负担与转运风险,彰显我院作为县级区域医疗中心的责任担当。

(感染性疾病科 徐添毅)

我院十大新技术之二:腹腔镜近端胃切除双通道吻合术



技术释义
该技术采用腹腔镜微创路径,精准切除近端胃(贲门/胃上部),核心创新在于“双通道”重建:既连接残胃与小肠保证进食通路,又巧妙保留食物经十二指肠的正常生理路径。显著优势包括:创伤小、恢复快、改善营养不良,有效降低反流性食管炎风险,并优化营养吸收,极大改善近端胃癌及巨大良性肿瘤患者术后生活质量。

适应症

1. 胃上部早期肿瘤(如贲门癌、胃癌),肿瘤未侵犯全胃且需保留部分胃功能;
2. 良性病变(如巨大溃疡、胃穿孔修补失败)需部分切除近端胃;
3. 患者身体状况较好,能耐受较大手术创伤。

开展情况
技术带头人:陈敬根,2023 年独立自主开展此项先进技术。目前已开展近 10 例该技术。术后病人恢复顺利。

胃肠外科及时救治“柿石”引发肠梗阻患者

10 月 10 日晚,我院护士站突然传来痛苦的呻吟:“哎哟,哎哟,肚子好疼啊!”值班护士闻声立即上前,搀扶患者坐下休息,迅速为其测量生命体征,并第一时间报告值班医生刘朝清。

经检查发现,患者虞某腹部膨隆如蛙状,腹肌紧张且拒绝按压,疼痛难忍。刘朝清医生结合症状初步判断病情紧急,当即给予灌肠、胃肠减压等保守治疗,有效缓解患者腹痛症状。

在后续问诊中,医护人员了解到关键信息:虞某在家中连续食用了三个柿

子,而导致其剧烈腹痛的“罪魁祸首”,正是柿子中的鞣酸与胃酸反应形成的“柿石”,进而引发了肠梗阻。经过三天的规范治疗与护理,虞某病情完全康复,进食后无腹痛、腹胀等不适症状,达到出院标准。

出院前,医护人员针对“柿石”危害及科学食用柿子的方法,向虞某展开详细健康宣教。“新鲜柿子、柿饼口感甘甜,深受大众喜爱,但柿子中含有鞣酸,未成熟果实的鞣酸含量更高。若空腹食用,鞣酸易与胃酸结合形成难

溶于水的鞣酸蛋白,再与果胶、植物纤维等凝结成块,形成大小不一的硬块(即柿石)。这些硬块若滞留胃内或堵塞肠道,会引发腹痛、腹胀、恶心、呕吐等症状,严重时可能导致肠梗阻,甚至危及生命。”听着专业讲解,虞某恍然大悟。

健康无小事,饮食是关键。我院在此也提醒广大群众:柿子虽美味,食用需科学。务必控制食用量,避免空腹食用,尤其不建议食用未成熟的柿子。唯有“柿”可而止,才能既享受美味,又守护健康。(胃肠、肛肠、烧伤整形及小儿外科 张兰)

麻醉科成功为强直性脊柱炎患者实施高难度麻醉

近日,在我院麻醉科团队通力配合下,成功完成一例特殊患者麻醉。家住土门镇的万先生,前不久检查发现股骨头坏死,入住我院骨科治疗。住院后,骨科专家经过检查、分析、讨论,制定个性化治疗方案,建议做全髋关节置换手术。各项手术前的准备工作有序开展。

与此同时,中心手术室麻醉专家了解到,万先生八年前曾做过一次下肢手术,当时还发现患有强直性脊柱炎,但症状比较轻,就没把强直性脊柱炎当回事,也没有做任何针对性治疗。然而八年来病变的日积月累,万先生的脊柱已经发

生了巨大变化:脖子几乎固定,无法旋转,也无法前俯后仰,原本可以弯曲的腰背部,也几乎融合成了一整块,整个脊梁变得几乎无法活动!

“这给手术麻醉带来巨大困难和挑战,半身麻醉穿刺难度极大,全麻也非常棘手,气管插管困难是肯定的,如果人工通气失败,病人将处于非常危险的境地,手术根本没法开展。”麻醉科主任张波介绍说。经过麻醉团队研究讨论,最终一致认为,使用纤支镜进行清醒气管插管这一方案较为稳妥。

随着麻醉药的起效,手术台上的万

先生逐渐变得平静、困倦,但呼吸正常,并且医生随时可以与之交流,口腔、喉镜对刺激没有不那么敏感……最终,在纤支镜下成功完成气管插管,手术顺利开始。

“颈椎完全失去活动度,气管插管非常困难,即使是气管插管神器可视喉镜也毫无办法,这类病人的气管插管全麻在以往是无法完成的,而如今我们借助纤支镜这个工具,难题就迎刃而解”,张波主任如是说。“不远的将来,麻醉团队会运用更先进的设备,为外科手术提供更强有力的前提支持,为患者健康安全保驾护航。”

(麻醉科 梁勇)

我院成功开展经皮椎弓根螺钉微创术

近日,我院骨病脊柱关节科凭借经皮椎弓根螺钉微创技术,成功为因外伤致腰椎骨折的李女士解除病痛。

据了解,李女士因外伤导致腰椎骨折,无法正常行走且对手术治疗充满顾虑,担心遗留明显疤痕。骨病脊柱关节科团队在完善术前检查、全面评估病情后,决定采用经皮椎弓根螺钉手术方案。该技术作为微创脊柱外科(MIS)核心技术,打破了传统脊柱手术“大切口、多出血、慢恢复”的固有认知,能精准解决病灶的同时最大限度降低创伤。

手术在高端 C 形臂透视系统实时引导下开展,医生仅在李女士背部切开数个 1-2 厘米的微小切口,精准将螺钉置入椎弓根,通过皮下隧道穿入连接棒完成脊柱固定,全程操作精准高效。术后第二天,李女士便能佩戴支具下床活动,恢复情况远超预期。“没想到手术这么快,伤口就贴了创可贴,现在腰痛缓解,腿不麻了,终于能睡安稳觉了!”李女士笑着说。

相较于传统开放手术,经皮椎弓根螺钉技术优势显著,具有创伤极小、出血少、术后恢复快、感染风险低、治疗效果长期稳定等多方面优点。目前,该技术已成熟应用于腰椎滑脱症、胸腰椎骨折、脊柱畸形矫正等多种脊柱疾病治疗。

“经皮椎弓根螺钉技术是现代脊柱外科发展的方向,核心在于‘精准’与‘保护’,以最小生理代价解决患者病痛。”我院骨病脊柱关节科负责人表示,技术应用仍需医生精通解剖知识与手术技巧,更离不开先进影像设备支撑,是医院诊疗硬实力的集中体现。(骨病关节脊柱外科 张冰)

我院多措并举保障国庆节期间民众医疗需求

国庆黄金周期间,鄱西县内处处洋溢着团圆欢庆的节日氛围,我院为保障群众假期就医需求,提前制定全方位诊疗与安全保障方案,以“全年无休、守护如常”的姿态,让全县群众在假期也能享受到安心、高效的医疗服务,用实际行动诠释“与你同行”的医者承诺。

为应对国庆期间可能出现的就诊高峰,医院强化了临床诊疗保障,将急诊科作为“生命通道”重点部署,实行“双班轮岗”制度,确保分诊、诊疗、抢救各环节无缝衔接,截止 10 月 5 日,门急诊日均接诊患者超 40 余人次,面对突发心梗、外伤等急症,团队始终能快速响应,手术室同样保持 24 小时待命状态,针对危急重症手术需求,组建由外科、麻醉科、护理团队组成的应急手术小组;各临床科室同样保持满员在岗,主治医师提前到岗巡查,护士定时换药指导康复,甚至主

动协调家属探视事宜,让病房里始终充满温暖。

在医技支撑方面,医院明确要求检验、影像、药剂等科室 24 小时高效运转,为临床诊疗提供“精准弹药”。检验科日均完成 1 千余份检验标本,所有报告严格按照时间出具;影像科随时接收 CT、DR 等检查申请,技师实行轮班值守,即使深夜也能快速完成检查并出具诊断结果;药剂科则提前岗”制度,确保分诊、诊疗、抢救各环节无缝衔接,截止 10 月 5 日,门急诊日均接诊患者超 40 余人次,面对突发心梗、外伤等急症,团队始终能快速响应,手术室同样保持 24 小时待命状态,针对危急重症手术需求,组建由外科、麻醉科、护理团队组成的应急手术小组;各临床科室同样保持满员在岗,主治医师提前到岗巡查,护士定时换药指导康复,甚至主

后勤与安全保障同样是医院国庆节期间守护的重要环节。总务科组建 24 小时应急维修队,对诊疗设备、水电路

开展日常巡检;保卫科针对假期人员流动大的特点,实行“三班倒”值守,每天对急诊入口、住院部大厅、停车场等重点区域开展不少于 2 次巡逻,加强对进出人员、车辆的登记检查,严防无关人员进入诊疗区域,同时提前检修消防与监控设备,为院区筑起坚实“安全防线”。

“国庆期间,医院全体医护及后勤人员严格落实 24 小时值班与领导带班制,每日安排院领导到各科室巡查,及时解决诊疗与保障问题。”我院院长何义勇表示,医院还组建由内科、外科、急诊科骨干组成的应急医疗团队,随时应对突发公共卫生事件。从临床到医技,从后勤到安全,医院各环节协同发力,用一项项扎实的保障措施,将“国庆在岗,守护如常”的承诺落到实处,既为群众假期健康筑牢屏障,也用医者仁心为祖国华诞献上最真挚的祝福。(宣传科 王璇)

市护理学会内科护理专委会年会在我院顺利举办

10 月 10 日,由十堰市太和医院主办、鄱西县人民医院承办的“十堰市护理学会内科护理专业委员会年会暨 2025 年内科护理能力提升学习班”在鄱西县人民医院学术报告厅顺利举办。

开幕式上,我院副院长刘奉顺发表了热情洋溢的欢迎辞,他全面介绍了医院在学科建设、人才培养以及服务能力提升等方面的显著进展,并明确表示将以此次会议为重要契机,进一步加强与各兄弟单位的交流合作,携手推动区域内护理水平迈向新高度。

县卫健局党组成员、公共卫生总师张友勇在讲话中强调,县卫健局始终将护理质量视为医疗高质量发展的核心要素,以群众健康需求为导向,在护理体系建设、专科发展以及人才培养等方面精准施策,持续推动县域护理工作取得新突破。

本次会议以“创新驱动,人才赋能、多学科融合”为主题,紧扣临床实践需求与专业发展趋势,8 位护理专家带来了一场兼具专业性、实用性的学术分享。太和医院护理部党支部书记詹艳以“护士创新能力培养”为切入点,深入讲解如何将创新思维融入护理流程优化,为提升服务效率与质量提供新思路;十堰市人民医院科护士长李君结合临床案例,系统拆解“呼吸康复体系构建”的实践路径,为康复护理标准化提供参考;国药东风总医院内科护士长路娟娟解读“心衰护理及治疗新进展”,传递前沿诊疗理念;十堰市中医医院科护士长何菊林探索“中医技术与内科护理融合”模式,为传统医学赋能现代护理开辟新方向。

此外,太和医院龚从芬、滕敬华、刘丹护士长分别围绕“急性缺血性脑卒中桥接治疗预见性护理”“心脏骤停初级生命支持”“护理人才培养与专科发展”开展实战教学,内容紧贴临床急救场景,可直接指导护理实践;我院等级评审办公室王霞则深入解读了《患者身份识别管理标准(2025 年)》,为规范护理操作、保障患者安全提供明确遵循。(护理部)



9 月 30 日下午,鄱西县人民医院肿瘤科一改往日的宁静,传来了阵阵欢声笑语。一场以“月满中秋,温暖同行”为主题的中秋医患联欢活动在温馨上演,让原本充满消毒水气息的病房洋溢着温暖的喜悦。

活动当天,医护人员与患者围坐一堂,进行故事分享、分发月饼,并在问答互动中送上了贴心的小礼品,让健康科普在欢乐的氛围中深入人心。

一位正在治疗期的叶阿姨动情地说:“在医院里和医生护士们一起过中秋节,这种感觉太奇妙了,他们不只是治病救人,更是我们的亲人。”

活动中,科室还特别设置了“健康月讲堂”,由肿瘤科医护以生动有趣的方式,讲解了保健知识,并在问答互动中送上了贴心的小礼品,让健康科普在欢乐的氛围中深入人心。(肿瘤科 郭瑞)

我院多方协调为困难肺癌患者解决医疗费用难题

近日,在我院肿瘤科病房内,一幕充满温情的场景令人动容,身患肺癌的养老院患者江大爷在医护人员的精心照料下,病情趋于稳定。更让他感到欣慰的是,一笔高达一万余元的医疗费用,在肿瘤科医生的主动作为、积极联动医院院办、福利院、乡政府、县医保局、县财政局等多方力量下,最终通过各项帮扶政策得到了有效控制,彻底卸下了压在他们心头

“救人”二字,不仅在于精湛的医术,更在于想病人之所想、急病人之所急的人文关怀。

为了解决江大爷的医疗费用,肿瘤科的医生们主动化身“联络员”和“协调员”,开始了一场跨越多个部门的“爱心接力”。他们首先与医院医保科取得联系,得知患者虽然为鄱西县户口,但是长期在襄阳市工作,缴纳异地医保,江大爷能否享受本地医保政策存在疑问。于是,医护人员立马与襄阳医保局及财政部门取得联系,协商报销事宜,被告知患者为鄱西县户口且在鄱西本地,不能享受襄阳当地报销政策。

对于患者的医保身份及报销事宜,科主任积极联系鄱西县人民医院办公室,开具协查函,医院肿瘤科医生携函亲自前往县财政局核实患者身份,得知患者为因异地缴纳医保,不能享受本地五保住院优惠政策。医护人员再次联系患者所在的养老院及其所

属乡政府,详细说明了患者的病情和面临的现实困难,共同商讨解决办法。最后,鄱西县人民医院再次前往鄱西县医保局和财政局,详细咨询针对困难人群的医疗救助和财政补助政策。

在医院的积极倡议和各相关单位的高度重视与紧密配合下,一条清晰的救助路径被迅速打通,鄱西县安家乡养老院和乡政府核实情况并出具相关证明,县医保局依据政策启动了医保报销和大病救助程序,县财政局则根据规定落实了相应的财政补助资金,最终,通过“基本医疗保险+医疗救助+财政补助”的多重保障体系,江大爷一万余元的医疗费用缺口被成功填补,不耽误后续的抗癌治疗。

我院相关负责人表示,医院将继续秉持人民至上、生命至上的理念,在提供优质医疗服务的同时,主动关心和解决患者尤其是困难群众在就医过程中遇到的实际问题,让每一位患者都能感受到社会的温暖与关怀,为建设健康鄱西、和谐鄱西贡献力量。(肿瘤科 郭瑞)

9 月 30 日,我院护理部组织召开 2025 年上半年护理人员外出进修学习分享会。副院长刘奉顺、全体护士长、护理骨干及外出进修护士参会,会议由护理部主任李婷婷主持。分享环节,多名外出进修的护理骨干依次登台,以 PPT 形式汇报学习成果,内容紧扣专科重点、贴合临床实际。重症医学科曹茂林围绕重症专科护士进修内容,详解 ECMO 操作、重症患者早期分级康复护理等技术,分享多学科协作与质量管理经验,并提出科室护理流程优化路径;老年医学科东芳结合人口老龄化背景,阐述老年综合评估(CGA)、跌倒/走失/误吸风险管理等实践成果,为完善老年护理服务体系提供参考;胃肠肛肠烧伤整形小儿外科石中芬聚焦伤口造口专科护理,解析慢性伤口湿性愈合理念、VSD 技术应用,提出建立科室会诊机制、筹建专科门诊的构想;重症医学科护士长白露露结合护士长管理能力特训班所学,分享“三分钟晨会知识点分享”“投诉化解四步法”等管理经验,为提升科室运营效率提供思路;其他进修护士也分别结合自身专科方向,分享了在专科护理技术、服务流程优化等方面的所学所得,为全院护理工作提供多元参考。

护理部主任逐一点评汇报内容,肯定所有进修护士的学习成果与思考深度,强调进修价值在于成果转化,要求大家将新技术、新理念快速融入临床,形成“一人进修、集体受益”的辐射效应,切实解决工作难题。

刘奉顺副院长作总结讲话,指出外出进修是加强护理人员队伍建设、提升医院护理服务能力的关键举措,并对护理团队提出三点要求:一是持续深化学习,紧盯专业前沿,夯实业务基础;二是狠抓落地执行,将进修成果转化改善护理质量的行动,提升患者体验;三是强化团队协作,通过“传帮带”带动全院护理水平整体跃升。(护理部 徐成功)