

以患者满意为最高追求

——市人民医院深入开展“三好一满意”活动见闻

本报记者 王鹏飞

根据国家卫生部要求,今年全国卫生系统广泛深入开展了“服务好、质量好、医德好、群众满意”的“三好一满意”活动,推动卫生行风建设再上新台阶。作为我市的龙头医院,市人民医院通过开展“创先争优”和“三好一满意”活动,紧紧围绕“改革护理模式、履行护理职责、深化优质服务、提高护理水平”的服务宗旨,进一步深化“以病人为中心”的服务理念,注重护理精细化管理,严抓护理安全环节,使全院服务质量和患者满意度得到了大幅度提升,并带动了医院整体服务水平的提高。近日,当记者在市人民医院采访时,所见所闻无不感受到人性化护理服务给医患关系带来的喜人变化。

心血管内科一区是市人民医院的重点科室,不但住院患者多,而且大多数患者病情较重,护理起来比较棘手,稍有疏忽就会导致患者出现意外。为使护士有更多的时间和精力为患者提供直接的护理服务,她们改变了传统的护理模式,实行了以患者为中心的整体护理模式,在护士站里建立了所有危重患者的心电监护站,可以对危重患者进行24小时监护。一次,60岁的李先生在病房内突然出现室颤,身体不停抽搐,护士长朱艳霞通过监护站看到李先生的心电图异常

后,赶紧跑到病房内为患者进行心脏按压、除颤等急救措施,终于使李先生转危为安。而这时在患者身边陪护的家人竟然还是一脸茫然,丝毫没有感到危险曾经离患者这么近。当得知事情真相后,患者的妻不然后我父亲的命可就不保不住了。”

由于科室里的住院患者多,因而花费在查房和照顾患者方面的时间也就更多。为了照顾好患者,心血管内科一区的护士们长年累月都是提前到早上7时上班,中午几乎都是在医院买盒饭吃。朱艳霞对记者说:“我们科室曾经收治了90位住院患者,就靠我们十几个护士来照顾,简直把我们忙得团团转,干什么都是一路小跑。”优质的服务赢得了患者和家属的广泛赞誉,一封封感谢信、表扬信如雪片般飞来,一面面锦旗也挂满了护士站的整面墙壁。

泌尿外科是医院较为特殊的科室,由于顾忌到个人隐私,很多患者虽然对周到的护理服务赞誉有加,但却没有像其他科室的患者那样大张旗鼓地表达感谢。现年70岁的张先生因包茎入住泌尿外科治疗,由于受传统观念的影响,当他准备接受手术时看到有年轻的护士在场后,怎么也不肯脱下自己的裤子。

为了让张先生顺利接受手术,护士长宋爱君就耐心地劝说

他:“您老这么大了年纪了,就把我们护士当成您的闺女一样看待,没什么不好意思的。”经过耐心沟通,张先生终于同意接受手术。为了避免张先生的脚放进水盆里,并关切地问:“大爷,水烫吗?烫烫脚舒服,也有利于睡眠。”患者由于失语不能沟通,只好伸出大拇指表示感谢;患者陈先生曾长期卧床后合并脑血管病3个月未曾洗过头,头发打结、异味大,身体双髋、骶尾部多处褥疮,溃烂,大小便失禁,散发出种种异味。宋红霞亲自带领值班护士,给陈先生洗脸、洗头、擦身、进

为做得更好患者的护理工作,泌尿外科的护士们在宋爱君的带领下,为患者提供全面、周到、及时、满意的超值服务。她们饱满的工作热情,优质的服务,高质量、高标准的护理技术赢得了患者的信赖和一致好评。

在神经内科二区,为了提供让患者满意的优质服务,护士长宋红霞带领全体护士加班加点、任劳任怨。科室护士胡卫娇的孩子小,自己又对病区内的多种微生物过敏,曾出现红斑、脱皮等症状,但她从未请过一天假;护士张文霞休完产假上班后,主动要求放弃喂奶时间支持科室工作;护士毋冬梅体温高达38.8℃,却未告诉任何人,不停地在病区内忙碌,坚持到下班才开始治疗。

李大爷因脑出血刚从县医院转入该病区,已经一个星期未洗脚了。为此,护士董成丽专门为患者调好水温,在床尾铺上油布,把李大爷的脚放进水盆里,并关切地问:“大爷,水烫吗?烫烫脚舒服,也有利于睡眠。”患者由于失语不能沟通,只好伸出大拇指表示感谢;患者陈先生曾长期卧床后合并脑血管病3个月未曾洗过头,头发打结、异味大,身体双髋、骶尾部多处褥疮,溃烂,大小便失禁,散发出种种异味。宋红霞亲自带领值班护士,给陈先生洗脸、洗头、擦身、进



图为市人民医院心胸外科的护士正在给患者洗头。莫 非 摄



动动嘴唇能健脑

嘴唇运动能刺激唾液的分泌,有利于延缓衰老。嘴唇运动能使面部40多块肌肉有节奏地运动,有利于面部及口腔内组织、器官的保健。此外,嘴唇运动还有健脑的作用,在一定程度上防止脑衰,对预防老年痴呆、脑中风等疾病很有帮助。

开闭嘴唇法:将嘴巴最大限度地张开,发“啊”声或呵气,然后再闭合,有节奏地一张一合,每次连续100下,或持续2~3分钟。

擦搓嘴唇法:将嘴唇闭合,用右手两指轻轻在嘴唇外擦搓,直到局部发红、发热为止。这样能改善口腔及牙龈血液循环,增强口腔和牙齿抵抗力。

闭唇鼓腮法:闭住嘴唇向外吹气,使腮部鼓起来,用手指轻轻按摩腮部,持续1~2分钟,这样可防止腮部肌肉萎缩塌陷。

董 须

夏天少吃鲜木耳

鲜木耳中含有一种光感物质,人食用后,这种物质会随血液循环分布到人体表皮细胞中,受太阳照射后,会引发植物日光性皮炎。植物日光性皮炎又名蔬菜日光性皮炎,是一种光感性疾病。其表现为面部浮肿、手、足部肿起大水泡、颜面、颈部等皮肤暴露部位布满了鲜红色的丘疹、鼻痒、眼泪分泌增加,呼吸急促等。发病后要及时到医院就诊,使症状得到缓解或痊愈。

但干木耳就可放心食用了,因为干木耳经加工干燥后,光感物质被除去,所以食用后不会发生以上症状。

新 华

心情郁闷多喝水

研究人员发现,当人生气或受到惊吓时,人体就会分泌一种肾上腺素,也被称为“痛苦激素”,它会让入心情低落、郁郁寡欢、没精打采。人体分泌“痛苦激素”一般都处在应激状态,比如跟亲人吵架、受到别人责备等,严重的会引起大脑思维混乱、手脚发抖、想哭。此时,多喝水能帮助身体排出“痛苦激素”。

此外,汗水和泪水也有助于减轻坏情绪。因此,当心情郁闷时可以通过跑步、做家务等让身体出汗或者大哭一场来排解。

新 东

老中医 60 年研制奇方专攻膝关节病

关节疼痛 肿胀僵硬 急症 24 小时显奇效

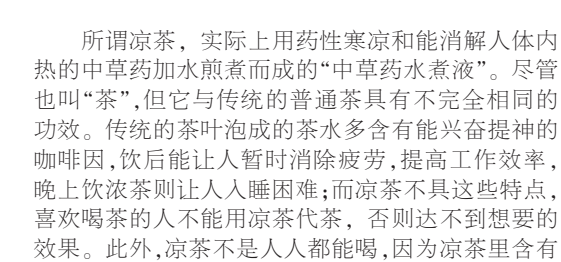
骨关节病,根源在于关节软骨蜕变,对关节保护作用降低引发滑膜炎、骨质增生、骸骨软化、半月板损伤等,患者常常感到上下楼梯关节疼痛,久坐站起时关节僵硬迈不动步,严重者关节积液肿胀甚至变形……

北京协和医院退休医师、云南籍教授傅廷翰肩负使命,60年如一日专攻此类疾病。他依据“人间有种种病,地上就有一种草”的中医理念,对元代疗骨奇方进行了大量研究,终有良药“仙草骨痛贴”问世。配方中他大胆创新,使用了大剂量的白芷、白芷、三七、羌活等物,

解决了由于关节软骨是无血管组织、口服药物无法进入病灶的医学难题,患者只需把此药贴敷患处,疼痛当晚就能缓解,一个礼拜症状减轻,一个月左右就能上下楼梯、逛公园、做家务,像正常人一样生活……即便是长期依靠拐杖或轮椅行走的患者,按疗程使用也会有奇迹发生,不怕病重,越重效果越明显。

研制人告诉大家,其自幼从医,一生只成就了一件事,就是针对久治不愈的膝关节病成功研制出“仙草骨痛贴”,针对颈腰椎间盘突出成功研制出“仙草活骨膏”。薄暮之年只有一

所谓凉茶,实际上用药性寒凉和能消解人体内热的中草药加水煎煮而成的“中草药水煮液”。尽管也叫“茶”,但它与传统的普通茶具有不完全相同的功效。传统的茶叶泡成的茶水多含有能兴奋提神的咖啡因,饮后能让人暂时消除疲劳,提高工作效率,晚上饮浓茶则让人入睡困难;而凉茶不具这些特点,喜欢喝茶的人不能用凉茶代茶,否则达不到想要的效果。此外,凉茶不是人人都能喝,因为凉茶里含有



所谓凉茶,实际上用药性寒凉和能消解人体内热的中草药加水煎煮而成的“中草药水煮液”。尽管也叫“茶”,但它与传统的普通茶具有不完全相同的功效。传统的茶叶泡成的茶水多含有能兴奋提神的咖啡因,饮后能让人暂时消除疲劳,提高工作效率,晚上饮浓茶则让人入睡困难;而凉茶不具这些特点,喜欢喝茶的人不能用凉茶代茶,否则达不到想要的效果。此外,凉茶不是人人都能喝,因为凉茶里含有

九 招 驱 烧 心

烧心已成为现代人胃肠健康的“杀手”,它不但与某些疾病相关,更多的还与生活方式密切相关。美国生活网最新总结出防止烧心的9个妙招,不妨一试。

少吃多餐。太饱会让胃中部分食物反流到食管,导致烧心。

避免刺激饮食。比如咖啡、茶、碳酸饮料、辛辣和油腻食物等都会让人烧心。

睡前2~3小时不进食,饭后半小时至1小时内应避免卧床。

减肥。肥胖会增加腹部压力,导致胃内食物上涌

至食管。

睡觉时垫高枕头。睡觉时,尽量用枕头垫高头部15厘米,可防止逆流。

不要穿紧腰服装。把腹部裹得太紧,会导致胃部受到挤压,造成食物反流至食管。

戒烟。抽烟会加速胃酸分泌,让人烧心。

戒酒。酒水会导致食管下括约肌松弛,进而导致食物反流至食管。此外,酒水也会增加胃酸分泌量,加重症状。

定时服药。为了有效治疗烧心,每天定时服药非常关键。

徐 澄

夏季乙肝患者饮食五注意

本报记者 王龙卿

市第三人民医院肝脏专家、东二环诊所主任孙建民近日提醒,在炎热夏季里,乙肝患者应做到饮食营养均衡,确保身体保持良好的状态。

饮食上一要多喝水。每日饮水量在2000毫升以上。除膳食外,每日要少量多次饮用白开水,亦可饮用绿茶水、绿豆汤、淡盐水或酸梅汤等饮料,以消烦除渴,排泄暑气,促进血液循环,有利于肝脏代谢。

二要保证三餐的营养。夏季饭菜宜清淡爽口,但必须注意摄入充足的蛋白质、维生素、无机盐和纤维等物质,多吃豆腐、瘦肉、鸡蛋、鸡肉、海带、香菇、黑木耳及新鲜蔬菜、瓜果等食物。忌吃过多油腻食物,少吃甜食、辛辣食品。适当选吃凉凉食品,有利于解暑毒、消暑气,如多吃些黄瓜、冬瓜、苦瓜、竹笋、豆芽、银耳、西瓜、鸭梨等食性寒凉的蔬菜瓜果,对肝病患者有清热消暑、凉血净血之功效,并能增强人体抗病毒及免疫能力,还可避免发生痱子、疖肿、痛疮、丹毒等皮肤疾患。食用瓜果,特别是生吃凉拌时,一定要洗净消毒,以防病从口入。

三是切勿贪嘴,不食生贝。夏季正值海鲜上市,有的人贪食醉虾、醉蟹、烫蚝和吃半生不熟的生贝、毛蚶等。这些海鲜常带有各种病毒、细菌和寄生虫,一旦发生急性胃肠炎、霍乱、痢疾,常可使原有的肝病恶化急变,甚至诱发肝昏迷。

四是荤素搭配、合理烹调。夏季食欲欠佳,饭菜要尽量做到荤素搭配,主副食经常换花样,烹饪的菜着力求色、香、味、形俱佳。

五是两餐之间吃点水果。为保证摄入足够的维生素,应每日吃些水果。研究发现,两餐之间吃水果比饭后马上吃水果对提高人体抗病能力、增强体质更为有益,而且吸收效果要好得多,但每次水果不宜吃得太多。

专家面对面

电话:13839151762

焦作市第三人民医院主办

治疗乙肝 首选三院

孙建民 市第三人民医院东二环诊所主任,副主任医师,焦作市医学会感染病学委员会,1991年毕业于新乡医学院医疗系;长期从事临床工作,在国家级、省级、市级专业刊物上发表论文20余篇;曾在北京佑安医院、上海传染病医院、浙江医科大学进修,对老年性疾病、慢性非传染性疾病以及慢性肝炎、病毒性肝炎、肝硬化、脂肪肝、酒精肝、痢疾、慢性腹泻、脑炎等疾病的诊断,治疗具有较高的水平及丰富的临床经验。



市中心血站开展“世界献血者日”宣传活动

本报讯 今年6月14日是第八个“世界献血者日”,今年的宣传主题是“捐献更多血液,挽救更多生命”。为进一步加大无偿献血的宣传力度,弘扬“无偿献血,奉献爱心”的人道主义精神,市中心血站利用爱心献血屋和流动采血车开展了广泛的无偿献血宣传活动,以“世界献血者日”为契机,提高社会各界对我市无偿献血工作的认知度,营造无私奉献的良好社会氛围,进一步推动无偿献血工作全面、协调和可持续发展。活动当天,市中心血站共发放无偿献血宣传单两千余份。

(李天华)

健康监督台

欢迎您来电

为保障人民群众的健康,及时接受群众的咨询及投诉,本版长期开设《健康监督台》栏目。

如果您在日常生活中遭遇不良健康资讯的骚扰,如果您在接受医疗服务时遭受不公平对待。请拨打健康监督台热线电话,我们将在第一时间关注您的呼声,通过记者的调查与呼吁,引起有关部门的重视,让您的合法权益得到维护。

投诉电话:13333916333 13939120048

电子邮箱:jzrbjkgzs @163.com

眩晕是重大疾病的先兆

买四送一 买八送三

眩晕就是目眩和头晕的总称,头晕、眩晕对人体的危害极大,如不及时治疗,脑组织长期处于缺血、缺氧的状态,很容易引起脑血栓、脑溢血、脑痴呆等疾病。我国每年因头晕、眩晕而发生的心脑血管死患者人数高达300万,已成为威胁人类健康的头号杀手,所以在日常生活中如果经常出现头晕、头昏、眩晕的情况,一定要引起高度重视。

眩晕的发明人——兰州中医院华占福教授曾去重庆中医院会诊3次,发现眩晕患者一次比一次多,并且一些第一次登记看病的眩晕患者由于未得到及时治疗,第二次、第三次去会诊时已经瘫痪。眩晕是重大疾病的早期症状之一,患者如果不重视后果将非常危险,患者一定要选择专治眩晕病的药物来治疗。

眩晕是由兰州佛慈制药股份有限公司生产的(国药准字Z10890012)专治眩晕的新药。该药是纯中药制剂,对多种疾病引起的眩晕有很好的疗效。眩晕对高血压、低血压、美尼尔氏综合征、心脑血管疾病、更年期综合征、内听动脉阻塞、脑供血不足、颈椎病、脑动脉硬化、劳累过度等引起的眩晕具有显著疗效。

眩晕在消除各种眩晕症状的同时,可对人体的肝、肾、心、脾、肺进行全面调理,软化动脉血管,提高血液供氧能力,使脑组织时刻得到充足的、高质量的血液和氧,从而保护或修复受损的脑神经,阻止重大疾病(脑血栓、脑溢血、中风偏瘫)发生。

眩晕对眩晕患者常伴有心悸失眠、耳鸣耳聋、手足麻木、潮热盗汗、痰多胸闷、恶心呕吐、头疼健忘、易躁易怒、腰膝酸软、四肢乏力、肢体震颤等状况也有显著疗效。眩晕无副作用,一般患者服用2~3个疗程即可治愈疾病。

眩晕是目前市场上经过国家药品监督管理局正式批准的真正抓住病根来治疗各种眩晕的口服丸药,结果表明:眩晕患者若按疗程服用,症状好转后巩固治疗,就能够达到愈后不易复发的目的。

眩晕康复热线:(0391)3677782 5896311

市内免费送药

特约经销:市康晖大药房(十八中对面)、迎鹤堂药店(山阳建国饭店西门对面)、御生堂大药房(新华街与解放路交叉口西20米路北)

痛风有了新办法

好消息,痛风不用再吃药,只需轻轻一抹就能止疼、降尿酸。由香港博康集团研发的“中华痛风宁”已在我市上市。

将这种凝胶抹到痛风关节处,最快只要几分钟,剧烈疼痛瞬间消退,同时血液里的尿酸大量减少,尿液越来越干净。不到一周,血液变回到完全正常的碱性。研发人员介绍,“中华痛风宁”集中了我组蛋白组学应用研究的成果。其独有的特异生物碱化酶,具有止疼、抑酸、溶石三重功效。

碱化酶透皮吸收后,首先在关节处聚集,分解尿酸结晶,炎性粒子消除,不再撞击神经,疼痛立刻消失;浸入血管的碱化酶随血液游走全身,持续释放密集磁力线,限制黄嘌呤氧化蛋白(XO)的活性,减少嘌呤氧化,尿酸生成减少。长期补充碱化酶,还能碱化体液,恢复尿酸正常值,痛风不易复发。

我市山阳建国饭店西门对面迎鹤堂药店已引进“中华痛风宁”,痛风患者朋友可直接前去购买,也可拨打专线(0391)3350065 咨询详情。

招聘启事

因业务发展需要,焦作日报社发行中心现面向社会招聘专职优秀发行员数名。要求:具有高中及以上文化程度,具备良好的政治素质和思想品德,遵纪守法,无任何不良记录,热爱发行事业,能吃苦耐劳、勤于工作、甘于奉献、爱岗敬业,有较强的沟通能力

和社交能力,身体健康,男女不限,年龄在45岁以下。

联系电话:3907003

联系人:郝先生

焦作日报社发行中心

更正

本报2011年6月15日第12版“焦作市科学技术奖励委员会公告”中,二等奖第4项更正如下:项目名称为“低合金高强度灰铸铁气缸套”,完成单位为“河南省中原内配股份有限公司、河南省中原内配铸造有限公司”,完成人为“侯超飞、刘胜新、秦小才等”。三等奖第29项更正如下:项目名称为“轻放开采在中硬厚煤层中型煤矿应用关键问题研究”,完成单位为“河南理工大学”,完成人为“徐星华、胡氧、翟新献等”。三等奖第19项更正如下:完成人为“苏艳利、杨军强、国树平等”。