

五次住院,老人选择同一病房

□ 鞠圣娇

“在这里住院,我们放心!”7月3日,聊城市第五人民医院重症医学科病房内,67岁的刘昊华(化名)要出院了,他的儿子刘明(化名)看到他精神饱满,用朴实的语言表达了对医护人员的信任。

这是刘昊华第五次到这个医院接受治疗了,重症医学科主任张风涛等医护人员成了老人在医院的“家人”。

刘昊华和张风涛的“缘分”还要从2018年的一个雪天说起。

当时,刘昊华的慢性支气管炎急性发作,血液中的含氧量降低,晕倒在火车站。聊城市第五人民医院急救中心120救护车将老人送到医院时,老人处于意识模糊、呼吸困难、口

唇发绀、生命体征不稳定的状态,重症医学科医师对老人进行了抢救,老人的症状得以缓解,意识逐渐清醒。然而,没过多久,老人的病情出现反复,意识又开始模糊,需要通过气管插管机械通气纠正缺氧。

“我记得很清楚,当时老人的情况比较危险,必须争分夺秒抢救。”张风涛回忆道,他跟家属沟通后,带领科室人员对老人进行气管插管,“老人属于小下颌、高喉头、困难气道,对我们来说是个挑战。”张风涛和同事们谨慎、认真地操作,但在这个过程中,老人因为缺氧导致心脏骤停,救治团队一边为老人做心肺复苏,一边继续插管。当高难度插管完成后,医护人员继续按压心脏5分钟,最终,老人的心跳恢复。在进行抗感染、扩张气管、化痰等

综合治疗后,老人病情好转。

其实,就在张风涛接到老人时,刘明并不相信该院医护人员的实力,也多次联系其他医院,想给老人转院。但张风涛详细地为刘明讲解老人病情的严重性,并给出了合理的治疗方案。他的真诚打动了刘明,刘明决定继续让父亲在该院治疗。老人在重症监护病房期间,家人无法陪护,但医护人员无微不至的服务让刘明深受感动。有时,医护人员也会让老人用手机和家人视频连线,看到父亲的身体状况一天比一天好,刘明很高兴。

后来,刘昊华要出院时,张风涛把自己的电话号码留给了他,让他有事随时打电话咨询。张风涛也经常电话回访老人,询问老人的近况,给予其生活指导。张风涛的关怀又一

次感动了刘明,刘明对医护人员的技术和服务有了全新认识。

由于老人年龄大、基础病较多,几年来疾病反复发作导致呼吸衰竭,病情一次比一次严重,救治难度一次比一次大,但每次刘明都将老人送到张风涛这里,用刘明的话说就是:“有你们照顾他,我放心。”每一次,张风涛和同事都全力以赴,以精湛的医术和精心的护理,让老人转危为安。说起这些医护人员,老人也满是感激:“他们经常跟我聊天,安慰我别着急,好好养病,还定时帮我翻身、拍背。”

从不信任到信任,从信任到成为“一家人”,张风涛和团队用一言一行换来了患者及其家属的认可,他说:“患者用‘信任’激励我们,我们用‘爱’倾囊相助。这样的医患关系,真好!”

健康知识送到群众身边

——市疾控中心开展“五送五进五提升”健康促进行动

本报讯(文/图 张承斌)7月3日,6路公交车上循环播放着健康科普知识。市疾控中心以公交车为载体,在全市53条线路、1133辆公交车LED屏幕、300辆公交车的车载电视上循环播放健康科普知识,培育群众健康生活方式。这是市疾控中心开展“五送五进五提升”健康促进行动的一项举措。

今年5月份以来,市疾控中心开展“五送五进五提升”健康促进行动,针对不同人群健康需求,将群众急需、易于掌握、适宜推广的卫生健康知识送到群众身边。

5月25日,市疾控中心携手杜立芝代表工作室走进高唐县姜店镇廖王村,将病媒生物预防控制宣传折页、人畜共患疾病和卫生应急知识宣传明白纸、急救技能常识光盘等健康科普资料发放到群众手中。

6月8日,聊城市卫生健康委员会、聊城市疾病预防控制中心联合聊城市畜牧兽医事业发展中心、冠县疾病预防控制中心、冠县农业农村局开展人畜共患病



市疾控中心工作人员为养殖户进行病原体检测

防控巡回培训服务活动,工作人员分别就狂犬病基本知识、与暴露处置、发热伴

血小板减少综合征和炭疽疫情防控知识进行培训。

6月14日,市疾控中心工作人员来到济郑高铁聊城西站建设施工工地,为夏季户外劳动者送去预防职业性中暑知识。

6月21日,市疾控中心工作人员来到阳谷县寿张镇开展“卫生应急知识进基层”活动,为企业普及防暑降温应急知识,为学校学生们讲解溺水急救知识、七步洗手法等。

市疾控中心聚焦聚力解决群众健康急难愁盼问题,通过“五送五进五提升”健康促进行动,将易于掌握、便于接受的卫生健康知识送到企业、社区、乡村,全面提升群众健康获得感、幸福感、安全感。

截至目前,市疾控中心已开展重点传染病、人畜共患病、职业卫生等健康宣教95场次,覆盖企业、社区、乡村、学校、机关等重点场所114处,面对面指导群众7540人次,发放宣传材料、减盐工具近2万份,网络科普文章及讲座视频点击量达50余万。

小暑养生重在养阳

□ 谷万里

小暑是二十四节气的第十一个节气,也是夏季的第五个节气。小暑之后,空气湿度逐渐加大,天气渐渐由干热转为闷热,民间有“小暑过,一日热三分”的说法,就是说在小暑之后,气温会一天比一天高。

所谓“热在三伏”,三伏天通常出现在小暑与处暑之间,是一年中气温最高且又潮湿、闷热的时段。时值盛夏,湿气盛行,养生应以“养心守阳,防暑祛湿”为主,方能安然度夏。

1 起居忌贪凉

天气闷热,人体阳气也处于旺盛阶段,避暑同时也要注意“养阳气”,不要长

时间待在空调房,注意通风,切忌贪凉。

2 心静自然凉

炎热天气加上工作繁忙,也容易让人烦躁不安。应让身体处于宁静祥和的状态,天气越燥热,越要提醒自己平心静气,以一颗平常心待人接物。

3 预防常见病

感冒、腹泻、中暑是夏季常见的三种高发病。夏季感冒俗称“热伤风”,多由阳气外泄引起,与夏季腹泻一样,主要都是暑湿之邪作祟。中暑最常见的表现就是大量出汗、乏力虚脱、头晕头痛、恶心呕吐,严重者抽搐昏厥甚至丧失意识,不可小觑。所以,一旦发生中暑,要迅速远离高温环境,到阴凉通风处躺下,及时补充

淡盐水,冰敷大血管处或用温水擦拭全身进行物理降温。

4 食姜保安康

俗话说:“冬吃萝卜夏吃姜,不劳医生开药方。”天气炎热时,人体阳气在表,易胃中虚冷。夏日,人们长期处于空调房中,且喜好食用生冷寒凉的食物,更容易伤及脾胃,加重虚寒症状。《神农本草经》中有对生姜功效的记载——生姜性味辛温,有解表散寒、温中止呕的功效。夏季适当食用生姜可以促进食欲,对于风寒感冒、头晕、恶心、胸闷等症状都有不错的效果。

5 莲藕清暑气

老百姓在日常生活中,有“小暑吃

藕”的习惯。生莲藕性寒、味甘,无毒;熟藕性温、味甘,亦无毒。中医称其“主补中养神,益气力”,认为藕有清热凉血、生津润肺等功效。《本草纲目》中说,莲藕是“灵根”,具有健脾养胃、清热安神的作用。夏季正是吃莲藕的好时节。如果容易烦躁、犯困、没精神,可以来份凉拌藕片,能清热、除烦。

6 艾灸养阳气

春夏养阳,小暑是伏天的开始,也是人体阳气旺盛的时候。阳气好比人体的卫兵,负责抵御一切外邪。只有阳气旺盛,人才会少生病。小暑时节,适当进行艾灸,可以健脾和胃、鼓舞阳气,提高人体免疫力。艾灸的常用穴位有足三里、关元、中脘、气海、命门等。