

咸宁麻塘中医医院门诊开展核酸检测服务

即日起,市民可就近预约检测

本报讯(记者 叶子 通讯员 熊振新)昨日记者从咸宁麻塘中医医院获悉,为深入贯彻中央关于新冠肺炎疫情常态化防控工作的指示精神,该院严格按照《医疗机构临床基因扩增检验实验室管理办法》(卫办医政发[2010]194号)要求,圆满完成新冠病毒核酸检测实验室各项建设任务。

据悉,今年1月14日,省专家组对该院基因扩增检验(PCR)实验室进行验收,专家组通过查看资料、现场提问等方式对该院基因扩增检验(PCR)实验室进行了人员、设备、试剂耗材、环

境及质量体系文件等方面审核,审核专家组一致认为医院基因扩增检验(PCR)实验室各项设施配置完善,实验室质量管理体系建立健全,专业技术人员资质齐全,已完全具备新冠病毒核酸检测能力,同意医院基因扩增检验(PCR)实验室通过技术审核。

1月26日,医院基因扩增检验(PCR)实验室被湖北省新型冠状病毒感染肺炎疫情防控指挥部公布为第三十二批核酸检测单位。即日起,需要进行核酸采样的人员可在该院进行核酸检测。

记者获悉,为进一步做好疫情防

控工作,提高核酸检测效率,该院推出核酸检测全流程一站式服务——进行核酸采样的人员戴好口罩到预检分诊处测体温、扫健康码、行程码,领取预检分诊凭证条后到收费窗口进行缴费,凭缴费凭证在核酸采样处出示身份证或电子健康卡登记个人信息,并接受采样。据介绍,纸质版核酸结果领取时间为:上午12:00前取样的人员,可于当日下午16:00后的上班时取结果;下午17:30前取样的人员,可于次日上午8:00后的上班时取结果。

咸宁麻塘中医医院温馨提示,市民在核酸采样前2小时尽量避免进食,半



小时内禁止吸烟、饮酒、嚼口香糖。同时,采样者要随身携带身份证及电子健康卡,并提前打开健康码,节约时间,提高采样效率。采样等待过程中,请自觉佩戴口罩、保持1米距离,避免交谈。

湿气危害大,市民日常生活中如何祛湿排寒?

麻塘专家提醒:养成好习惯,固阳是关键!

记者 叶子
通讯员 熊振新

近年来,市民对“湿气”关注越来越多,受其困扰也趋增多,那么具体什么是“湿气”,“湿气”是如何形成的?对人体有什么影响?防护注意有哪些?近日,记者采访咸宁麻塘中医医院(咸宁麻塘风湿病医院)风湿病科主任镇东鑫,请他为大家答疑解惑。

记者问:什么是湿气?

镇东鑫答:湿气是一种中医的理论概念,是六种外在致病邪气之一。它近乎液态又非液态,有流动性却又粘滞,它沉重、秽浊,是一种阴邪,容易阻遏人体气机,损伤人体阳气。

记者问:湿气在人体内是如何形成的?

镇东鑫答:湿气在人体内形成有外湿、内湿之分。外湿一般因居所潮湿,水边生活,涉水作业,雾中劳作,汗出湿衣,时间久后湿气从外侵入体内。内湿则是平时喜食生冷、冰镇、油腻、甘甜食物,湿气从体内滋生。人的肌表与脏腑是相通的,外湿可以内传脏腑,内湿也可外溢肌肤,所以外湿、内湿又常相兼并见。现在人们生活条件改善,饮食更加丰富,主观摄入过多滋生湿气的食物而产生湿气,此时的湿气多以内湿为主。

记者问:湿气对人体有哪些影响?

镇东鑫答:湿气侵犯人体,一般不会单独出现,往往与“风、寒、暑、热”等

外邪中的一种或几种夹杂在一起。

湿气如果与风邪、寒邪夹杂在一起,侵犯关节,会出现关节疼痛,畏风恶寒。侵犯肌肉,会出现肌肉酸楚、僵硬、疼痛。与暑邪夹杂侵犯人体,会出现烦闷、恶心。与热邪夹杂侵犯人体,在内则出现小便颜色黄、气味重,妇科出现白带增多,外阴瘙痒。外溢肌肤,则皮肤瘙痒、生皮疹、痤疮。如果湿热侵犯关节,关节会红肿热痛。湿气日久成痰,形成痰湿,在体内积聚,会出现包块、囊肿,甚至肿瘤。

记者问:哪些事情会导致湿气形成呢?

镇东鑫答:第一,熬夜,现代人们的工作压力、生活习惯,以及刷手机等,形成熬夜的不规律作息。第二,吹空调,《黄帝内经》讲:“春夏养阳。”春夏之际,自然界气候变化,温度升高,人体阳气跟随着生发,需要固护,勿使损伤。同时毛孔开泄,排出汗液以祛湿。现在许多人到了夏季,便钻进空调房里,使本应开泄的毛孔郁闭,汗液不能有效排泄,损伤阳气。第三,饮食

生冷、冰镇食物,《黄帝内经》讲:“中央生湿,湿生土,土生甘,甘生脾。”脾脏最重要的一个功能运化水湿,只有脾脏功能健旺才可有效祛除湿气,进食过多的生冷、冰镇食物,易损伤脾阳,水湿运化功能减弱。

记者问:如何通过生活及饮食习惯祛除湿气?

镇东鑫答:现在湿气多以内湿为主,且阳气损伤使得湿气易在体内滋生,通过良好的生活和饮食习惯,便可祛除体内部分湿气。我们首先要做到规律作息,不熬夜。夏季空调温度适当设置高一些,勿对着人吹。少食生冷、冰镇、油腻、甘甜食物。洗头、洗手及时擦干,潮湿下雨天减少外出,淋湿、汗湿衣物及时更换,夏季不贪凉睡地板,保持环境、衣物干燥。

湿气困扰人体,不仅会导致风湿类疾病,也会导致呼吸、消化、泌尿、生殖、皮肤等系统的疾病,如果通过自身调摄,平时已有的症状不能减缓,建议及时问询相关专科医师,给予更精准调理或治疗。



记者问:医院有哪些诊疗方式能帮助市民排出湿气?

镇东鑫答:一般来说,中医排出体内的湿气可以适当服用一些健脾除湿的中药,也可以通过理疗的方式进行改善。刮痧、艾灸、拔罐等方式都有很好的舒筋通络调理气血的效果,让体内的湿寒之气尽快排出,达到固阳效果。要改善体内湿气过重的情况,平时饮食上也要注意少吃甜食和油炸食品,多进行一些体育锻炼。

咸宁麻塘中医医院春季招聘正式启动

六险一金 6岗可选 “职”等你来

本报讯(记者 叶子 通讯员 熊振新)昨日记者从咸宁麻塘中医医院获悉,该院春季招聘正式启动,此次招聘职位包括临床医师、皮肤科学科带头人、皮肤科医师、检验技师、临床护士、市场推广专员等。

咸宁麻塘中医医院起源于1898年,由著名风湿病专家、国家非遗《镇氏风湿病马钱子疗法》第三代代表性传承人镇海徐先生创办于1976年,是一所以治疗风湿、类风湿、强直性脊柱炎等风湿病为主的二级甲等中医医院。

该院相关负责人表示,该院整体薪资不低于所在地区同级别医疗机构,同时,医院面向持有规培结业证、应届硕士、博士生提供5—20万元的一次性

安家费或当地住房,研究生学历每月固定补助连发五年。此外,该院还提供科研启动经费、顺畅的晋升通道、专项培养方案及全面福利保障,面向有科研实力的人才提供5万及以上的科研启动经费(或一事一议)、提供五年的科主任培养计划,优秀者可推荐至宏信健康集团医院任职,提供标杆医院进修学习机会、学术参会名额或委员推荐名额以及六险一金、工会福利、生日活动、户外团建、人才公寓等完善的福利待遇。

即日起,有兴趣的市民朋友可按“岗位名称+学历+姓名”邮件标题投递简历至咸宁麻塘中医医院人力资源部邮箱:973702468@qq.com,也可携纸质简历前往咸宁麻塘中医医院门诊五楼人力资

源部投递。如有详细问题咨询,可拨打招聘电话:0715-8816958进行询问。

招聘岗位

临床医师:35岁以下,中医内科、中医外科、中医妇科、中医儿科、中医骨伤、中西医结合、针灸推拿、康复医学专业;本科及以上学历,有执业医师证、规培证者优先录用。

皮肤科学科带头人:主治医师及以上职称,美容主诊医师资质;医学美容、临床皮肤医学、临床医学、中医学、中西医结合及相关专业;本科及以上学历,五年以上皮肤科或医学美容管理经验;能独立开展皮肤美容各项工

作,熟练掌握各类美容技术。

皮肤科医师:35岁以下,医学美容、临床皮肤医学、临床医学、中医学、中西医结合及相关专业,本科及以上学历,能独立开展皮肤病诊疗工作,有两年以上皮肤科工作经验者优先录用。

临床护士:30岁以下,持有护士执业证,大专及以上学历,身高1米6以上,有中医护理、内科、康复护理、骨伤科护理、麻醉护理工作经验者优先录用。

检验技师:30岁以下,医学检验专业,大专及以上学历,持有资格证者优先。

市场推广员:40岁以下,一年以上销售经验,具有较强的沟通能力及服务意识,医疗相关专业或医疗行业工作经验者优先录用。