

“贯彻二十大精神 乡村振兴健康行”

# 市妇幼保健院义诊进乡村

本报讯(记者 叶子 通讯员 陈建兰 石琳 吴翠)11月2日上午,市妇幼保健院组织医护专家团队到咸安区横沟镇鹿过村开展“贯彻二十大精神 乡村振兴健康行”大型义诊活动。

活动现场,前来就诊的百姓络绎不绝,医护专家团队耐心地为他们提供健康咨询,以专业的医学知识为大家排忧解难,真正把“妇幼健康”送到了老百姓的心坎里。

据介绍,此次义诊服务包括宣传二孩以上生育政策及相关惠民措施;免费提供妇女保健、孕产期保健,建立健康档案并发放叶酸片;免费开展儿童生长发育筛查,视力筛查,电耳镜筛查及健康咨询;免费为女性朋友做妇科检查、B超检查等,医疗团队专业的服务受到村民一致好评。

“以前想去市里做个检查,坐车来回太麻烦,只能拖着,今天不出村就能享受到市里医院的免费体检,真是太方便了。”义诊现场,正在做B超检查的村民刘阿姨乐呵呵地说。

据统计,此次活动共计服务200余人次,通过与医生面对面问诊、交流,让村民在家门口就享受到免费的优医疗服务,有效增强了村民自我保健意识和健康知识,赢得了村民的高度认可。市妇幼保健院相关负责人表示,今



后,该院还将持续开展多种形式的惠民义诊和健康科普宣传活动,把专家、技术、服务送到老百姓身边,做老百姓身边的健康顾问。

## 嘉鱼高铁岭镇: 广泛宣传 高龄补贴政策

本报讯(记者 叶子 通讯员 皮道琦 刘德)11月1日,高铁岭镇组织工作人员积极上门宣传2022年高龄补贴政策,确保该镇高龄老人能够及时享受高龄补贴。

连日来,该镇通过广播、宣传栏、干部入户通知等多种形式广泛开展宣传,让高龄补贴发放政策家喻户晓,营造出敬老、爱老的良好社会氛围。

在前期工作中,高铁岭镇对2022年满80岁高龄的老人进行了信息核实,确保申报及审核工作不漏一人、不错一人。对符合申报条件的高龄老人,通知老人或其家人带着身份证、照片、银行卡(存折)和户口本复印件等材料到各村村委会办理登记手续。在申报办理高龄补贴的过程中,对留守老人或者是行动不便的老人,村干部主动上门帮助他们登记。

“高龄老人津贴是一项普惠制的民生政策,涉及到广大高龄老人切身利益,关系到党和政府的惠民措施落实。”该镇相关负责人表示,下一步,将继续加强对享受高龄津贴人员的动态管理,定期核查,不断提高辖区老年人的获得感、幸福感和满足感。

“本草进校园 健康护成长”

# 市中医医院中医药文化进校园

本报讯(记者 叶子)“中医药是中国古代科学的瑰宝,也是打开中华文明宝库的钥匙……”11月2日下午,市中医医院健康管理治未病科走进咸宁市实验小学206班,开展主题为《本草 桂花》的健康宣讲活动,为同学们带来一堂不一样的中医药文化课。据介绍,此次活动旨在弘扬中医药文化,帮助青少年养成良好的健康意识和生活习惯。

课堂上,该科室副主任宋徐帆从本草的起源、本草的色香味及其作用,本草“桂花”的种类、作用、桂花文化故事等进行深入浅出的讲解。在这场别开生面的中医药知识课上,中医药小故事、中医药知识抢答等生动的课件、有趣的视频,以及沉浸式体验桂花茶、手工制作桂花防疫香包等互动环节引得

孩子们纷纷参与其中,他们沉浸在趣味本草的氛围里,感受到中医药文化的独特魅力。

“本次本草进校园系列活动,不仅让同学们学到了中草药知识、开拓了视野,更是在同学们心中播撒下了中医药文化的种子,激励同学们争做中医药文化的传承者和宣传员。”宋徐帆表示,此次活动寓教于乐、寓学于乐,期望这样的活动能帮助同学们打开中医药之门,让中医



药文化在同学们的心中生根发芽,唤起同学们对中医药文化的热爱,助力青少年健康成长。

## 正确生活方式 可预防糖尿病发生

11月14日是第16个联合国糖尿病日,今年的主题是“教育保护明天”。

糖尿病是一种常见的内分泌代谢疾病,并发症累及血管、眼、肾、足等多个器官,致残、致死率高,严重影响患者健康。专家表示,应通过生活方式的干预预防糖尿病。

第一,控制饮食。糖尿病的发生与不当饮食有密切关系,不可暴饮暴食,多吃新鲜蔬菜。限制食糖总量是预防糖尿病的重点,糖分摄入速度也不宜过快,防止体内血糖在较短时间内迅速升高。

第二,作息规律。充足睡眠是提高抵抗力的有效措施,可预防糖尿病。相比每天睡足7小时的人,每天睡少于6小时的人患上糖尿病的概率高出2倍。

第三,适量运动。运动可以增加能量消耗,因此,建议每周至少3次有氧活动,每次时间超过30分钟。

第四,体重控制。肥胖的人更容易患上糖尿病,研究发现,体重每增加1公斤,糖尿病患病率增加5%。

第五,定期检查。日常生活中养成定期体检的习惯,根据检查报告,调整生活状态,预防疾病。(叶子 姚国薇/整理)



赤壁市人民医院

# 机械取栓术抢救卒中患者

本报讯(记者 王恬)近日,一辆救护车匆匆赶往赤壁市人民医院。急救车上,一名69岁的男性患者吐词不清、肢体完全偏瘫。收到消息,赤壁市人民医院卒中团队迅速赶到现场,快速确诊患者为急性颅内大血管闭塞引起的卒中。

时间就是生命,患者危在旦夕!在与家属充分沟通后,卒中团队决定开展快速急诊溶栓和介入治疗法对患者进行抢救,此次手术为颅内大血管闭塞机

械取栓术,手术难度为最高等级四级(技术难度大、手术过程复杂、风险度大),由于患者病情危急,手术室内每一个人心里都承受着巨大压力。

手术室内,在场所有人的心弦都绷得很紧。经历两个小时的手术后,这场与死亡的较量终于落下帷幕,赤壁市人民医院又一次把患者从死神的手中救下。

“手术中气氛很紧张,每个人的注意力都紧绷着,手术完成后才感觉到身体

的疲惫,同时也很有成就感。我们会分享这场手术的收获,把需要改进的地方进行总结,以便下一场手术能够更加成功地进行。”该院医生江爱民表示,机械取栓术在2015年才被证实能够明显改善大血管闭塞患者预后,降低致残和死亡率,基层医院做这样的手术难度较大。

据介绍,截至目前,该院卒中中心已经完成9例颅内大血管闭塞的治疗,夯实了卒中团队治疗颅内大血管闭塞的基础。

嘉鱼县中医医院

# 成功举办市级继续教育学术会

本报讯(记者 叶子 通讯员 熊琦 叶四春)为进一步促进临床镇痛药物的合理使用,全面提升慢性疼痛疾病的规范诊治,10月27日,嘉鱼县中医医院药学部举办市级继续教育学术会议暨基层医疗机构慢性疼痛的诊治与合理用药培训班。会议特邀省内众多慢性疼痛疾病领

域专家参加,以线上直播的模式进行。

会上,专家们分别围绕慢性疼痛疾病的诊治经验、临床研究的最新进展及合理用药相关领域进行了深入地交流和探讨,让大家享受到了一场精彩的学术盛宴。

此次继续教育学术会议的召开,增

强了基层医疗机构与省市专家们的学习与交流,进一步规范了基层医疗机构的慢性疼痛疾病的诊治与合理用药。下一步,嘉鱼县中医医院将以此为契机,传承精华、守正创新,持续提升医疗服务能力,为患者提供适宜有效的医疗服务夯实基础,推进医院高质量发展再上新台阶。