

咸安区妇幼保健院开展母亲节主题活动

温情母亲节 关爱暖孕妈

●记者 夏咸芳 通讯员 刘鹏

母亲节将至,温情如约而至。为深入关爱孕产女性,普及科学孕产知识,疏导产前心理压力,引导家庭构建和谐融洽的产后相处模式,5月9日上午,咸安区妇幼保健院在门诊六楼会议室举办“宝宝强大 自在当妈”母亲节特别主题活动。活动以“合力营新生”为核心,共吸引120组孕妈家庭踊跃参与,现场氛围温馨浓厚、内容干货满满,为准爸们送上了一份暖心又实用的母亲节专属关怀。

领导致辞寄期许 暖心礼遇致敬母爱

当日上午9时,孕妈及家属陆续签到入场。为致敬母爱、温情关怀孕产家庭,医院精心筹备了丰富实用的母婴伴手礼,涵盖保温水壶、宝宝学饮杯、纸尿裤、新生儿礼盒、折叠脸盆、奶瓶刷等母婴生活用品,用心呵护孕产家庭需求。

“孕育生命,温柔而伟大。怀胎十月,辛苦不易,你们用坚强与温柔承载着家庭幸福,守护着新生希望。”伴随着温馨氛围,本次母亲节主题活动在咸安区妇幼保健院院长李波文的致辞中正式拉开帷幕。致辞中,李波文向现场每一位辛苦孕育新生命的孕妈妈致以诚挚的节日问候与美好祝福,同时向长期陪伴、支持孕妈妈的家属们致以衷心感谢。他表示,守护母婴健康是妇幼保健院不变的初心与使命。医院始终深耕孕产健康领域,稳步完善孕产保健、产前筛查、安全分娩、产后康复全链条一站式服务,以精湛的医疗技术和贴心的人文服务,全程护航孕妈平安孕育、新生儿健康成长。医院也将持续聚焦孕

产妇产心需求,常态化开展各类关爱活动,用专业与温暖守护每一份母爱、呵护每一个新生希望。

本次活动全程穿插多轮趣味互动环节,包含有奖问答、摇一摇幸运抽奖等丰富内容。行李箱、儿童三轮车、加厚爬行垫等重磅奖品轮番送出,现场掌声、欢呼声此起彼伏,准爸们在轻松愉悦的氛围中舒缓孕期压力,尽享节日温情。

专题宣讲润人心 读懂产后“爱与理解”

产后情绪波动、家庭观念冲突、相处矛盾频发,是众多新手家庭面临的普遍难题。为帮助孕产家庭提前规避产后问题,本次活动特邀咸安区妇联开展《月子里的爱与理——聊聊产后家庭关系那些事儿》专题宣讲,由咸安区家庭教育研究会常务副会长陈莉莉担纲主讲。

宣讲结合大量真实生活案例,深入浅出剖析产后家庭矛盾高发诱因:产后女性激素骤变、身心敏感脆弱,全家人注意力过度集中于新生儿,两代育儿观念差异、产后休息不足等多重因素叠加,极易引发家庭摩擦与情绪内耗,现场家长纷纷感同身受、频频共鸣。

“月子里的妈妈,最需要的不是补品,而是理解与陪伴。”宣讲中,陈莉莉带来超多实用相处干货。她建议,新手妈妈不必事事逞强,要学会适度示弱、主动表达需求,及时疏导负面情绪;准爸爸要主动看见妻子的付出,主动学习育儿技能,每天预留专属独处时间,陪伴舒缓妻子情绪;全家共同订立“月子公约”,多共情包容、少指责争辩,不谈对错、多谈感受,杜绝当面否定、背后传话等伤人行为。



同时,她还科普了产后心理健康知识,并提醒广大家庭:产后情绪低落并非“矫情”,而是需要高度重视的身心问题。若产妇持续出现情绪低落、失眠焦虑、消极思绪超过两周,需及时就医或联系妇联寻求专业帮助。家人切忌言语否定,多给予耐心陪伴、包容与关爱。真挚暖心的分享,赢得现场阵阵掌声。

专业科普赋能孕产 科学护航母婴安康

活动现场,咸安区妇幼保健院妇产科副主任曹瑶为准爸们开展专业孕产知识科普。她详细讲解了医院特色分娩服务、系统化产后康复体系以及新生儿科学护理要点,全方位普及孕产管理、无痛分娩、产后修复、新生儿照料等核心实用知识,填补了准爸妈的孕产知识空白。在趣味有奖问答互动中,大家踊跃抢答、积极参与,在轻松的氛围中扎实掌握了科学坐月子、母乳喂养、产后恢复等必备育儿知识。随后,妇产科主任柯娟重点介绍了“医患沟通技巧”“无痛分娩”“24小时麻醉师陪房制度”

“报销政策”等孕产及家属普遍关注的热点内容,进一步增强了大家对医院服务与政策的了解。

活动结束后,在该院妇产科医护人员引导下,孕妈及其家属们有序地参观了产房。本次活动集人文关怀、心理疏导、家庭教育、医学科普于一体,既为准妈妈送上了节日祝福与暖心好礼,也为孕产家庭搭建了放松身心、交流学习的优质平台,提前为产后家庭关系“排雷避险”,助力准妈妈树立科学育儿理念、掌握共情相处技巧。不少准爸爸坦言,通过本次活动深刻体会到孕产、产后女性的身心不易,今后会主动分担育儿责任,用心陪伴、守护妻子。

咸安区妇幼保健院党总支书记黄爱国表示,一直以来,医院始终秉持“温柔分娩、人文孕产”的服务理念,深耕孕产全周期健康服务。未来,医院将持续常态化开展孕产公益课堂、主题关爱活动,不断优化孕产服务体系,提升诊疗服务品质,以专业医疗力量温暖人文服务,守护母婴健康,让每一位孕妈从容自信、自在当妈,护航每一位新生命健康茁壮成长。

咸宁爱尔眼科医院提醒

警惕“视力的小偷” 科学守护光明防线

●记者 夏咸芳

青光眼,被医学界称作悄无声息的“视力小偷”,是全球第二位常见致盲眼病,也是典型的不可逆性眼部疾病。该病早期隐匿性极强,多数患者无明显痛感、无感不适,待出现视物模糊、视野缩小等症状时,视神经往往已遭受不可逆损伤,严重可致永久失明。为帮助广大市民科学认知青光眼、规避致盲风险,掌握规范防治方法,5月11日,记者专访咸宁爱尔眼科医院青光眼专科魏滢主任医师,深度科普青光眼发病机理、高危人群及全周期科学防治知识,为市民眼部健康筑牢守护屏障。

一破一立 读懂青光眼眼部“排水逻辑”

据魏滢介绍,人眼球内会持续生成滋养角膜、晶状体的透明房水,正常情况下,房水生成与排出保持动态平衡,维系稳定眼压,保障眼部机能正常运转。一旦房水排出通道受阻,废液淤积眼内、新液持续生成,眼压便会异常升高,持续压迫眼底视神经,逐步造成视神经萎缩、视野缺损、视力骤降,最终引发不可逆视力损伤。

临床上根据前房角开放形态,将青光眼分为闭角型与开角型两类,两类病症发病特点截然不同。闭角型青光眼如同排水口骤然狭窄、堵塞,房水彻底淤积滞留,发病急促、痛感强烈,急性发

作时会出现剧烈眼胀头痛、恶心呕吐、看灯光出现彩色光环等典型症状,需即刻就医降眼压,通过激光或手术干预挽救视力。开角型青光眼则是排水滤网通畅性变差,房水缓慢淤积,眼压平缓攀升,早期几乎无任何不适症状,部分患者视力仍保持1.0,却已悄然出现视神经损伤,多数患者察觉视物异常时,眼部损伤已无法逆转。对此,魏滢强调,无论何种类型青光眼,早筛查、早诊断、早干预都是守住光明的核心关键。

精准锁定 高危人群与认知误区

“青光眼并非突发疾病,多数患者早已存在先天或后天高危诱因。”魏滢表示,青光眼具有极强的家族遗传聚集性,临床数据显示,原发性开角型青光眼一级亲属患病率是普通人群的10倍左右,闭角型青光眼患病率则为普通人群的6至9倍,有家族病史者属于重点高危群体。

除此之外,四类人群需高度警惕青光眼风险:40岁以上中老年人群,60岁以上人群患病率大幅攀升;600度以上高度近视、高度远视及眼球解剖结构异常人群;长期使用激素类药物、有眼部外伤史人群;合并高血压、糖尿病等基础代谢疾病人群。同时,诸多不良生活习惯易诱发青光眼急性发作,长期情绪焦虑波动、黑暗环境中长期用眼、短时间大量饮水或饮用浓茶咖啡等,均可能导致眼压骤升,诱发病情突发。

针对市民普遍存在的认知误区,魏滢特别纠正,眼压正常不等于远离青光眼。临床存在部分“正常眼压型青光眼”患者,眼压数值始终处于标准范围,但因视神经供血不足、敏感度偏高,依旧会出现视神经损伤、视野缺损。因此,单纯依靠眼压检测无法排查青光眼,全面系统的眼部检查才是科学筛查的核心。

他建议,45岁以上普通人群应坚持每年做一次眼部体检,有青光眼家族史、高度近视、基础慢病的高危人群,需提前至40岁启动年度专项眼健康随访,精准捕捉疾病预警信号。确诊或疑似青光眼患者,需完成房角镜分析、眼底彩照、眼压差波动监测、角膜厚度测量等近二十项全套精细化检查,精准研判病情。同时摒弃“一刀切”治疗思维,结合患者眼部解剖结构、病因病程,个性化定制用药、激光、手术及慢病管理方案,实现精准诊疗、科学控病。

长期管控 终身守护清晰“视界”

“青光眼作为不可逆的慢性眼病,长期规范管理是保住有效视力的关键。”魏滢提醒,青光眼治疗贵在坚持、重在自律,患者需严格遵从医嘱规律用药,切勿因短期视力好转、眼部无不适,便擅自停药、减药、改药。随意中断治疗极易导致眼压骤然飙升,反复波动的眼压会持续损伤视神经,造成不可逆视野缺损,留下永久视力损



伤。同时,患者日常需保持平稳心态、规律作息、科学用眼,规避各类诱发因素,坚持定期复查,动态监测眼压与视野变化,牢牢守住现有视力。

青光眼虽不可逆,但完全可控、可控、可管理。下一步,咸宁爱尔眼科医院将持续依托专科化诊疗团队、标准化筛查体系与精细化诊疗技术,深耕青光眼全周期防治工作,常态化开展眼健康科普宣讲,破除大众认知误区。同时持续优化筛查、诊断、治疗、随访一体化服务体系,针对不同年龄段、不同病情患者定制个性化诊疗与慢病管理方案,以专业医疗力量精准阻击“视力小偷”,帮助广大患者长期保留有效视功能,守护群众清晰光明视界。