

# 护航“一老一小一病患”筑牢重点机构食安防线

市卫生健康委联合市市场监管局开展食品安全专题培训

本报讯 为切实筑牢食品安全监管防线,全面提升我市医疗卫生机构、医养结合机构及托育机构餐厅的食品安全管理水平,全力守护“一老一小一病患”的饮食安全,近日,市卫生健康委联合市市场监管局精心组织食品安全专题培训。

本次培训覆盖全市设有餐厅的医疗卫生机构、医养结合机构、托育机构的食品安全管理员及食堂从业人员,共计321人参训,实现了重点机

构关键岗位人员的全覆盖。

培训课上,市市场监督管理局餐饮科科长郑伟紧扣集中用餐单位食品安全管理核心,进行系统性授课。他围绕集中用餐单位食品安全有关规定,解析相关法律法规与政策要求,为参训人员明确勾勒出食品安全管理中的责任边界与义务范畴;深度剖析近年集中用餐单位食品安全典型案例,揭示其中隐藏的管理漏洞、操作瑕疵及沉

痛教训,为参训人员敲响食品安全警钟。课程还聚焦用餐单位食堂食品安全操作规范,从食材采购的索证索票、储存的温湿度控制,到加工过程的生熟分离、餐具消毒的流程标准等各个环节,进行手把手式的细致说明,为参训人员提供了切实可行、易于实施的操作指南。同时,着重强调食堂食品安全日常管控与自查重点,传授实用的管理方法与精准的自查要点,助力参训

人员提升主动发现并消除食品安全隐患的能力。

此次专题培训班的成功举办,有效增强了各相关机构负责人及从业人员的食品安全红线意识,提升了食品安全管理方面的专业素养与实操技能,为保障我市医疗卫生机构、医养结合机构及托育机构“一老一小一病患”的饮食安全筑牢了思想根基与能力基础。

(秦俊文)

## 基层卫生

义马市人民医院:

## 胸腹双两孔“小切口”成功救治晚期食管癌患者

本报讯 近日,义马市人民医院多学科团队通力合作,成功为一名局部晚期食管癌患者实施双两孔法胸腹腔镜下食管癌根治术,标志着该院肿瘤微创治疗水平迈上新台阶。

今年68岁的张先生近两月来吞咽困难情况逐渐加重,经检查确诊为局部晚期食管癌,肿瘤体积大且压迫心脏,手术风险极高。患者入院后,医院立即启动多学科会诊(MDT),胸外科、肿瘤科、影像科等专家经过充分论证,决定先为患者实施新辅助化疗。两个疗程后,肿瘤明显缩小,为手术创造了宝贵机会。

手术团队创新采用双两孔法胸腹腔镜下食管癌根治术,仅在患者胸腹部开四个钥匙孔大小的切口,便完成了传统需要大开胸的复杂手术。术后患者恢复顺利,目前已能正常进食,张先生及家属对治疗效果非常满意。

“此次手术,是医院多学科协作诊疗模式的一次成功实践,体现了我院在肿瘤治疗领域的专业水平和综合实力。今后,我们将继续秉持以患者为中心的服务理念,不断优化多学科协作诊疗流程,提升医疗服务质量,为更多患者带来健康福音。”义马市人民医院相关负责人表示。(马聪聪)

灵宝市第二人民医院:

## 5天救治两例急性心肌梗死患者

本报讯 近日,灵宝市第二人民医院心血管内科一病区医护团队5天内连续为两名急性心肌梗死患者实施紧急经皮冠状动脉介入治疗(PCI),将两位濒危患者从死神手中夺回,彰显了该院在心血管疾病救治领域的专业实力。

8月初,一位59岁的患者因突发持续性胸痛憋闷被紧急送至灵宝市第二人民医院,检查结果为急性心肌梗死,情况万分危急。该院心血管内科一病区迅速响应,介入团队成员迅速集结,凭借丰富的经验和精准的操作,成功为患者开通了闭塞的冠状动脉,并顺利进行药物球囊扩张成形术及药物洗脱冠状动脉支架植入,恢复了患者心脏的正常供血。术后,经过医护人员的精心护理,患者生命体征逐渐平稳,胸痛症状明显缓解。

几天后,又有一位57岁的急性心肌梗死患者被送往医院。患者入院持

续性胸闷约9小时,心电图及心肌酶结果异常,病情凶险程度更甚。该院心血管内科一病区再次争分夺秒投入抢救。介入团队在总结前次手术经验的基础上,迅速调整策略,以更快的速度、更精细的操作,成功为患者实施手术,让患者重获生机。

“急性心肌梗死发病急、死亡率高,每一分钟的延误都可能造成无法挽回的后果。我们始终秉持‘时间就是生命’的理念,不断优化救治流程,提升团队的应急反应能力和技术水平,就是为了能在关键时刻,给患者带来生的希望。”该院心血管内科一病区主任巩占杰表示,此次成功救治,不仅挽救了患者生命,也为科室医护人员积累了更为丰富的救治经验,充分展示了胸痛中心高效的衔接机制、技术过硬的医护团队和标准化的全流程操作体系。

(彭艳梅)

陕州区张汴卫生院:

## 锦旗谢医者 仁心暖基层

本报讯 近日,陕州区张汴卫生院里暖意融融,患者陈先生将一面绣着“细心爱心暖人心 求医巧遇好大夫”的锦旗,亲手送到王乐乐医生手中,表达感激之情。

今年7月21日,68岁的陈先生发现右侧阴囊莫名增大,自行服药后,不但没好转,病情反而加重。到市级医院检查后,被确诊为右侧睾丸肿大及鞘膜炎,医生建议住院治疗。听说家附近的张汴卫生院能看好病,陈先

生便选择就近就医。接诊的王乐乐医生仔细询问病情、细致查体,结合市级医院的检查结果,耐心讲清病情并很快拟定诊疗方案。一周后,陈先生病情明显好转,复查显示积液已完全消失。

出院时,他拉着王医生的手连连致谢:“病治好了,花钱还少,咱们卫生院水平高、服务又周到,真是实实在在帮老百姓减轻了负担。”

(朱培娜)

## 老人深夜坠井 多方合力救治



救援现场 李少强 摄

本报讯 8月7日深夜,灵宝市焦村镇西册村63岁的村民李大爷外出时,不慎坠入废弃旱井,情况危急。在多方合力救治下,李大爷成功脱离危险。

当晚,家属多方寻找李大爷未果,次日清晨,在村民的合力寻找下,大家发现坠井的李大爷并第一时间拨打120急救电话求助。8月8日8时59分,灵宝市第五人民医院急诊医学科接到三门峡市120指挥中心指令后,由医生伍高华、护士姜莉莉、司机李恒革组成急救小组,携带专业设备火速赶赴现场。由于事故现场位于偏远山坡,道路杂草丛生,且距离公路较远,加之酷暑高温,给救援工作带来了巨大挑战。

急救人员抵达后,与村民一起成功将李大爷安全救出旱井。经医护人员现场评估,伤者右脚严重畸形肿胀,确诊为右股骨颈骨折,同时伴有脸

部、手部出血。急救团队迅速采取一系列专业措施:仔细包扎止血伤口,实施骨折牵引复位与夹板外固定以减轻痛苦,防止二次损伤,并给予静脉补充盐水、消肿止痛等对症支持治疗。

随后,医护人员与村民合力,沿着狭窄陡峭的小路,将固定在急救担架车上的李大爷艰难地送到救护车上。救护车一路疾驰,通过灵宝市医疗健康服务集团建立的绿色通道,将伤者迅速转送至集团总医院接受进一步治疗,李大爷最终成功脱离危险。

此次成功救援,是基层群众自救互救意识与专业院前急救力量高效协同的结果。面对复杂地形与高温考验,灵宝市第五人民医院急救团队以精湛的技术和高效处置,生动践行了“人民至上、生命至上”的庄严承诺,彰显了守护灵宝群众生命健康的坚实力量。

(刘铁项)

传递生命温度 致敬“无语良师”

## 我市一退休职工逝后无偿捐献遗体

本报讯(记者宋杰)8月11日,在三门峡市中心医院,一场简朴而庄重的告别仪式悄然举行。在三门峡市红十字会工作人员的见证下,在家属眼含热泪的注视与无声致敬中,我市市民张转生的遗体顺利完成无偿捐献,了却了她的生前心愿。

61岁的张转生生前是明珠集团的一名退休职工。在工作期间,她严于律己、宽以待人、无私奉献,赢得了单位领导和同事的广泛赞誉;在家庭生活中,她更是女儿眼中的好母亲。今年3月,与病魔抗争数年的张转生主动联系市红十字会,表达强烈的捐献意愿,希望身后能为医学研究事业贡献力量,并正式完成遗体捐献志愿者登记。

“她认为遗体捐献是生命价值的另一种

延续,也是对社会最后的回馈。希望将爱洒向人间,将情洒向社会,是她的生前心愿。”家属陈辉说,“我们充分尊重、支持她的决定,并促成这一善举圆满实现。”

“张转生女士的无私奉献,超越了传统观念藩篱,体现了高尚的人道主义精神,更为医学事业发展作出了宝贵贡献。”市红十字会相关负责人表示,希望更多志愿者加入登记行列,让生命以另一种方式绽放华彩,让每一次告别都蕴含重生的力量。

据悉,截至今年8月13日,我市参与遗体器官捐献意愿登记人数累计1.1万人,实现遗体捐献7人,器官捐献20例,捐献大器官64个、眼角膜7对,挽救了50多位器官衰竭终末期患者的生命。



## 中医义诊 助娃“追高”

8月9日,三门峡市中医院儿科在新院区开展免费骨龄评估与生长发育义诊,为骨骼未闭合儿童定制中医“追高”方案,以特色服务助力成长,共有150名萌娃参与其中。

本报记者 王旭国 摄

## 健康科普

## 秋天喝奶茶的“正确打开方式”

立秋过后,“秋天的第一杯奶茶”已成为热门社交仪式,但如何健康饮用却常被忽视。以下是秋季如何正确饮用奶茶的详细建议,帮助您在享受甜蜜的同时避免健康隐患。

### 健康饮用奶茶的关键要点

- 1.控制糖分摄入  
一杯全糖奶茶含糖量可达25至66克,远超世界卫生组织建议的每日25克上限。建议选择无糖/微糖版本,或使用天然甜味剂(如蜂蜜、赤藓糖醇)替代。
- 2.选择优质奶源  
避免含植脂末(奶精)的奶茶,因其含反式脂肪酸,增加心血管疾病预防。优先选择鲜奶、燕麦奶或豆奶基底的奶茶。
- 3.注意咖啡因含量  
奶茶中的咖啡因可能引发失眠、心悸,甚至胃食管反流。建议下午3时后避免饮用,减少对睡眠的影响。
- 4.合理搭配小料  
避免高热量配料(如珍珠、奶盖),可选择燕麦、烧仙草、新鲜水果等健康选项。减少额外添加糖浆或奶油,降低热量负担。
- 5.饮用时间与储存  
奶茶开封后2小时内饮用最佳,避免细菌滋生。

(张子瑾)

滋生。若需存放,应冷藏且不超过4小时,隔夜奶茶不建议饮用。

### 替代选择:更健康的“秋季第一杯”

如果担心奶茶的健康风险,可尝试以下替代饮品:  
温润养生茶:如乌龙茶、六堡茶(祛湿解腻)、红枣枸杞茶(补血养颜)。  
自制低糖奶茶:用红茶+鲜奶+少量蜂蜜调制,减少添加剂。  
水果茶:以新鲜水果+绿茶/花茶为基础,低糖且富含维生素。

### 需警惕的饮用误区

把奶茶当水喝:长期高糖、高咖啡因摄入可能导致肥胖、糖尿病甚至“奶茶上瘾”。  
盲目跟风网红款:部分联名款含高糖、高脂肪,实际营养价值低。  
忽视身体信号:若饮用后出现胃胀、反酸或失眠,应减少摄入量。

“秋天的第一杯奶茶”可以成为季节仪式感的一部分,但需理性选择,避免被营销裹挟。偶尔饮用奶茶无妨,但长期高频摄入可能带来健康隐患。理性看待营销热潮,结合自身需求选择更健康的饮用方式。

(渑池县天池镇卫生院 解爽爽)

## 卢氏县疾控中心(卫生监督所):开展主题党日活动 激发工作效能

本报讯 近日,卢氏县疾控中心(卫生监督所)开展主题党日活动,特邀卢氏县委党校讲师为全体干部职工上了一堂生动深刻的专题党课,进一步强化党员干部职工的工作作风建设和纪律意识,激发疾控监督队伍自发自动的活力和干事创业的内驱力。

专题党课以《弘扬伟大建党精神 争取更大胜利和荣光》为题,围绕建党精神形成与发展的条件、深刻领会伟大建党精神的内涵价值、弘扬建党精神争取更大的胜利和荣光三个方面展开。课程把伟大建党精神的践行初心、担当使命和当前疾控事业高质量发展中的痛点和创新中的难题相结合,启发全体党员干部要涵

养精神源泉,传承抗疫精神、工匠精神等优秀精神,不断强化政治自觉和责任担当。激励大家始终牢记“守护人民健康”的初心与使命,多为群众办实事;以苦干实干的劲头,担当起公共卫生健康主力军的使命,在建设中国式现代化卢氏实践中主动作为、建功立业。

“聚焦主责主业,深耕专业技能,优化服务品质,锤炼过硬本领,我们切实将学习效能转化为履职尽责的实际效能,做好公众卫生安全的‘守门人’,为加快建设以‘文旅医养一体化’为品牌标识的健康产业体系贡献力量。”卢氏县疾控中心(卫生监督所)相关负责人表示。

(张子瑾)



中医药文化夜市人头攒动

## 卢氏县『村BA』篮球赛场萦绕『草木香』

『体育+中医药文化』

本报讯 近日,卢氏县五里川镇五里川村“靖华杯”(村BA)篮球争霸赛,在一阵阵沁人心脾的“草木香”中激烈开赛,这场中医药文化夜市与村BA篮球赛的“跨界联合”,为当地增添了一抹独特的健康色彩。

当晚共有来自南阳市西峡县和卢氏县各乡镇、企业、团体的19支球队闪亮登场,吸引近千名群众观看比赛。大家边看比赛,边逛中医药文化夜市。此次中医药文化夜市由卢氏县中医院开设,设置有名老中医健康咨询区、中医适宜技术体验区、卒中、胸痛中心咨询服务宣传区、中药茶饮及产品展示区、健康管理及慢病服务区 and 中医药文化综合宣传区6个多功能区域。

在名老中医健康咨询区,专家团队为群众把脉问诊,为运动员提供针灸、推拿等中医特色技术服务;在卒中、胸痛中心咨询服务宣传区,工作人员为群众进行健康科普;在中药茶饮及产品展示区,群众排队品尝茶饮、药膳,领取中药香囊……

“没想到赛后还能体验中医推拿,让疲劳缓解了很多,这场球赛既养生又解压。”卢氏县范里镇代队运动员李文博激动地说。

(文/图 王力)