

三门峡10家医院通过省级老年医学科规范化建设验收

本报讯(记者宋杰)3月26日,记者从三门峡市卫生健康委获悉,日前,经河南省卫生健康委专家组验收,全省2025年老年医学科规范化建设验收通过名单正式公布,我市共有10家医院达到省定老年医学科规范化建设标准,顺利通过验收。

此次上榜的10家医院分别为:黄河三门峡医院、灵宝市第二人民医院、灵宝市第一人民医院、灵宝市焦村镇卫生院(灵宝市第五人民医院)、灵宝市中医院、卢氏县人民医院、卢氏县中医院、渑池县中医院、三门峡市中心医院、义马煤业集团股份有

限公司总医院。

据了解,2025年全省共有305家通过市级初审的医疗机构申报老年医学科规范化建设验收,其中286家申报机构按时完成线上资料上传。经省卫生健康委专家组线上资料审核与实地抽查,最终283家机构通过验收并予以公示。

开展老年医学科规范化建设验收,旨在进一步健全老年人健康支撑体系,规范老年医学科建设与管理,全面提升老年医学服务能力与水平,保障医疗质量安全,切实满足老年人日益增长的多层次、多样化

医疗服务需求。

“此次我市达标10家医院占二级公立综合医院比例达58.8%,高于省定30%的标准,充分体现了我市在老年医学学科建设、医疗服务能力提升等方面取得的扎实成效。”三门峡市卫生健康委相关负责人表示,将以此次规范化建设验收为契机,持续巩固建设成果,不断优化老年医疗服务流程,完善老年健康服务体系,推动全市老年医学服务质量再上新台阶,更好守护辖区老年人身体健康和生命安全。

热血践初心 担当护生命

市委机关志愿者踊跃参与无偿献血活动

本报讯(记者宋杰)3月24日上午,一辆无偿献血车缓缓驶入三门峡市委大院,一场“学雷锋践初心”的热血接力在这里温情展开。来自市委、市人大、市政府、市政协、市委编办、市委机要保密局等部门的党员领导干部志愿者踊跃参与,以实际行动为生命续航,弘扬无私奉献、互助友爱的文明风尚。

活动现场秩序井然、流程规范。在血站医护人员的专业引导下,志愿者依次完成信息登记、健康征询、血液初筛等流程。经检查符合献血条件后,大家纷纷挽起衣袖,从容伸臂献血。现场出现一幕幕爱心涌动、热血相传的感人瞬间。一袋袋承载着奉献与责任的热血,凝聚起守护生命的

温暖力量。

“这是我第一次献血,感觉和体检时抽血一样,没有想象中那么可怕。”青年志愿者冯博洋完成献血后表示,能用自身力量帮助他人倍感荣幸,会继续坚持下去。参与活动的其他志愿者也纷纷表示,将以此次活动为契机,带动更多人投身公益事业,让爱心与正能量持续传递。

据悉,每年学雷锋月,我市“四大班子”及各机关部门都会开展无偿献血志愿服务活动,不仅为全市临床用血供应提供了有力保障,更用实际行动践行了献血法中鼓励国家工作人员率先献血的要求,切实保障人民群众健康权益,引领全社会共同关注、支持、参与无偿献血事业,树立社会良好风尚。

省级专家团队调研灵宝市精神障碍社区康复服务项目

本报讯 3月19日,河南省社会工作人才计划专家张苗苗一行三人,深入灵宝市精神障碍社区康复服务项目多个站点实地调研,走访焦村、五亩、涧东、尹庄四个康复站,考察“功能康复+农疗+文旅+职业”多元融合的“灵宝模式”。

在焦村康复站,专家重点考察了60余亩农疗园地,肯定其将康复训练与田园劳作、劳动技能培养相结合的做法,让康复者在耕作养殖中重建生活秩序,实现“劳有所

得”。五亩康复站依托40余亩场地开展园艺治疗,康复者在花卉培育、桑蚕养殖中体验生命成长,探索出农村康复新路径。涧东康复站作为市区综合型心理健康服务平台,通过专业心理咨询和系统化培训,为康复者提供心理支持与家庭赋能,规范化培训成效显著。尹庄康复站聚焦“托养服务+职业技能训练”,通过面点制作、棕编编织等项目帮助康复者劳动创收,纪录片《水润心

田》及爱心超市、社区食堂等辅助项目,展现了其“康复+就业”融合模式的实践成果。

调研组与各站点深入交流,高度评价灵宝市整合资源、创新模式的做法,并就其提升服务水平、加强人才培养等展开探讨。此次调研搭建了社会工作专业力量与地方合作的桥梁,为精神障碍社区康复服务高质量发展注入新活力。

(刘铁项)

基层卫生

三门峡市直机关医院:

“锦医之约”送健康 便民医疗践初心

本报讯 为持续深化“服务走出去、健康送上门”的公益宗旨,落实健康三门峡建设工作要求,3月21日上午,三门峡市直机关医院组织内科、外科、中医科、妇科、医技科等多科室骨干医护团队,走进魏园公园开展“锦医之约”健康义诊活动。本次活动是该院2026年推动“锦医之约”公益品牌走出院区、延伸服务触角的首场重点实践,将专业便捷的医疗服务送到群众身边,以实际行动践行为民服务初心。

活动紧扣春季养生特点,设置中医养生特色环节,医护人员带领市民现场习练健身气功《八段锦》、中医养生操《拍八虚》,细致讲解动作要领与养生原理,手把手指导规范操作,让群众沉浸式感受传统中医养生魅力,掌握可居家常态化练习的养生技巧。

义诊现场,该院打破科室壁垒,整合多学科优质医疗资源,为市民提供“一站式”免费健康服务。医护人员为群众免费开展血压测量、乙型肝炎抗体检测等检查,提供常见病咨询、疫苗接种指导、合理用药科普、中医体质辨识等服务,同步发放健康筛查免费体验卡与普惠体检优惠券卡,多维度排查健康隐患,普及科学健康理念。

此次活动是三门峡市直机关医院推动优质医疗资源下沉、深化便民惠民服务的具体实践。该院相关负责人表示,将持续以“锦医之约”健康义诊服务品牌为抓手,推动医疗服务走进更多群众生活场景,以专业有温度的服务守护群众全生命周期健康,为健康三门峡建设贡献坚实力量。

(张婷)

妙手仁心 守护花开

——记义市市妇幼保健院儿童康复科主任罗晶晶

文/图 马聪聪 韩梦瑶

孩子健康成长,是每个家庭最朴素的心愿。在义市市,有这样一位医生,常年坚守儿童康复一线,面对发育迟缓、行动不便的特殊孩子,她用耐心陪伴、用专业治疗,一点点帮孩子们找回健康,也给一个个焦虑的家庭带去希望。她就是义市市妇幼保健院儿童康复科主任、主治医师罗晶晶(右图右一)。



精研医术 筑牢康复根基

罗晶晶始终将“提升医术、服务患儿”作为自己的初心使命,她深知医学之路无止境,唯有不断精进,方能不负患儿与家属的信任。毕业于河南中医药大学中西医结合专业的她,先后考取主治医师、全科医师、执业药师等多项专业资质,同时兼任多个专业学术委员会委员,用专业能力为患儿康复保驾护航。

为攻克儿童神经系统疾病、发育行为障碍等康复难题,让本地患儿在家门口就能享受优质康复服务,罗晶晶主动参加全科医生转岗培训,赴河南省儿童医院等上级医疗机构进修学习,系统掌握前沿儿童康复技术与诊疗理念。面对语言发育迟缓、孤独症等复杂病症,她潜心钻研、反复实践,不断优化诊疗思路;同时,她注重团队建设,经常组织团队开展业务培训,毫无保留地分享自己的临床经验与学习心得,带动整个康复团队共同进步、共同提升,为科室高质量发展筑牢人才根基。

在临床诊疗中,罗晶晶坚持“中西医结合”的诊疗理念,将小儿推拿、中药贴敷等传统中医特色疗法,与现代康复技术有机融合,针对每一位患儿的病情特点、发育情况,量身定制个性化康复治疗方案,用精准、专业、细致的服务,守护每一位孩子的健康成长,用医术为“迟开的花朵”铺就康复之路。

勇挑重担 建起专业科室

2018年,一次在上级医院的学习经历,让罗晶晶真切感受到本地儿童康复服务的短板与困境:不少存在发育障碍的孩子,因未能及时获得专业干预,错过了最佳康复期。她下定决心,一定要在义市市建起一支专业的儿童康复队伍,打造一个规范的儿童康复科室。

学习归来,罗晶晶主动请缨,牵头筹建儿童康复科。科室初创之时,仅有3间简陋用房,专业人员匮乏、康复设备短缺、临床经验不足,每一步都充满挑战。但她没有退缩,从零开始、逐步推进,一点点完善科室设置、规范诊疗流程、购置康复设备、组建专业团队,让儿童康复科从无到有、从弱到强,建成义市市儿童康复的专业平台。

科室成立后,罗晶晶带着团队主动走出医院、走进群众,全力打通儿童康复服务“最后一公里”。他们深入社区卫生服务站、村卫生室开展健康宣讲,普及儿童康复知识;将儿童康复筛查融入幼儿园体检、学生常见病体检,主动筛查潜在患儿,做到早发现、早干预、早康复;耐心向患儿家长解读三门峡市儿童康复救助政策,全程协助申请救助资金,切实减轻家庭经济压力,让更多困境家庭卸下重担,安心带孩子接受康复治疗。

妙手仁心 点亮患儿希望

在罗晶晶十余载的从医经历中,最让人动容的,莫过于那些经她精心治疗后,逐渐走出困境、重获新生的孩子们。小男娃小叮当(化名)的故事,便是其中最温暖的缩影,更是她妙手仁心的生动见证。

两岁三个月的小叮当初来就诊时,发育明显落后:只能无意识发出“baba、mama”的音节,呼唤其名字毫无反应,认知理解能力远低于同龄儿童,综合发育月龄仅相当于16个月,被诊断为孤独症谱系障碍可疑阳性。看着孩子沉默的模样,家人焦急万分,几乎陷入绝望。

罗晶晶看在眼里,急在心里,她一边耐心安抚家属情绪,细致讲解孩子的病情与康复潜力,一边第一时间为小叮当申请康复救助资金,解决家属的后顾之忧。随后,她结合小叮当的具体情况,为其量身制定了一套系统、科学的综合康复训练计划。从一个发音的纠正、一个指令的理解,到一次互动的建立、一个习惯的养成,每一个微小的进步,都需要她和团队成百上千次的耐心引导与反复练习。

功夫不负有心人,经过四个疗程的坚持训练,小叮当慢慢有了可喜的变化:从不会模仿发音,到主动开口打招呼;从只会说简单叠词,到能清晰说出“汽车”“吃饭”,甚至能完整表达“我要喝水”“阿姨再见,我要回家”。三年来,罗晶晶始终坚守陪伴,不间断为小叮当调整康复方案。如今,曾经沉默寡言的他,已经能够熟练背诵古诗、哼唱儿歌,认知能力大幅提升,异常行为明显改善,顺利走进幼儿园,过上了正常生活。孩子的家人特意送来一面锦旗,“妙手扶稚子,医德暖人心”。

这样的故事,在罗晶晶的日常工作中还有很多。每一个孩子的微小进步,都凝聚着她的爱心与付出;每一个家庭重拾笑容,都见证着她的坚守与担当。

初心如炬 守护繁花盛开

“看到孩子们一点点进步,能够顺利融入社会、拥抱生活,就是我最大的幸福。”这是罗晶晶常挂在嘴边的一句话。

从最初参与筹建儿童康复科,到如今成为科室发展的领路人;从一名扎根一线的普通医师,到2025年河南省“五一劳动奖”获得者,她始终初心未改,谦逊而务实。多年来,她坚守在儿童康复的最前沿,以踏实作风做事,以真诚之心待人。

如今,在她与团队的共同努力下,科室的诊疗水平持续提升,服务范围不断拓展,为越来越多的“折翼天使”插上翱翔的翅膀,也为无数陷入困境的家庭点亮了希望的灯火。她用专业与坚守,诠释了基层医者的责任与担当。

健康科普

学会急救,为生命护航

生命只有一次,意外猝不及防。当身边有人突发心跳骤停、异物卡喉、意外创伤时,最初的“黄金4—6分钟”是挽救生命的关键。然而,急救技能不应仅仅是医护人员的“专利”,它应该是每个人都掌握的“生命必修课”。

为此,我们在日常生活中应当从“一学”“二备”“三不慌”着手,学习急救技能,为生命护航。

一学:主动学习心肺复苏(CPR)、自动体外除颤器(AED)使用、海姆立克急救法、创伤止血包扎等核心技能。

心肺复苏(CPR)
适用场景:心跳骤停(如溺水、心梗等)。
黄金救援时间:4分钟内(其后每延迟1分钟,生存率下降7%~10%)。

关键操作:安全评估。确保现场环境对施救者和患者都安全。判断反应。轻拍双肩,大声呼唤,检查呼吸和脉搏。立即呼救。指定一人拨打“120”,并取来最近的AED。胸外按压。在两乳头连线中点,用掌根垂直向下按压,深度5—6厘米,频率100—120次/分钟。人工呼吸。开放气道,捏住鼻子,正常吸气后包住患者嘴吹气,看到胸廓隆起即可。按压与呼吸比为30:2。

自动体外除颤器(AED)
适用场景:心跳骤停(与CPR配合)。
黄金救援时间:尽早使用。
关键操作:开机后跟随语音提示操作。

海姆立克急救法
适用场景:气道异物梗阻。

黄金救援时间:尽快解除梗阻。

关键操作:针对清醒的成人或儿童(1岁以上):站于其身后,一手握拳,拳眼放在其肚脐上方两横指处,另一手包住拳头,快速向后上方用力冲击,直至异物排出。针对婴儿(1岁以下):立即采取背部拍击联合胸部按压法。将婴儿面朝下放在前臂,头部低于胸部,用手支撑其头部,另一手掌根在婴儿肩胛骨连线中点用力拍击5次;随后翻转,用两指在胸骨下半段按压5次。交替进行,直至异物排出。

心脑血管急症识别
适用场景:卒中(中风)、急性胸痛(心梗)。
黄金救援时间:立即呼叫“120”,快速送医。

关键操作:识别症状(1.面部不对称,口角歪斜;2.双臂平举举起时,单侧无力、下垂或无法抬起;3.言语不清,说话像“大舌头”,或者无法理解他人言语,答非所问),保持患者安静,等待救援。

二备:在家庭、办公场所和常去场所配备简易急救包,并了解其物品用法。

三不慌:遇到紧急情况,保持冷静,牢记“评估环境、寻求支援、科学施救”的原则。一个简单的动作,可能撑起一个家庭的希望。一次用心的学习,可能让自己成为生命的守护者。让我们从今天开始,关注急救,学习技能,为自己、为家人、为社会,筑起一道坚实的生命防线。

(渑池县天池镇卫生院 解爽爽)

向白天鹅看齐 做优雅的自己

每年,一群群优雅的白天鹅,不远万里从西伯利亚飞抵三门峡越冬。它们身姿舒展,体态轻盈,能完成这场漫长迁徙,靠的正是日复一日的飞翔锻炼。天鹅尚能用自律保持完美体态,我们更应该做好体重管理,甩掉赘肉,做优雅自信的自己。

管理体重,就是管理自己的精气神。想要保持健康的体魄,核心就是管住嘴、迈开腿。管住嘴,不是节食挨饿,而是学会聪明吃。三餐规律,拒绝暴饮暴食,少吃高油、高糖、高盐的重口味食物,少喝奶茶、碳酸类饮料,戒掉高热量零食。多吃新鲜蔬菜、优质蛋白和粗粮,吃饭细嚼慢咽,吃到七八分饱即可。把重油、重盐换成清淡营养食物,把零食、甜品换成水果、坚果,用健

康饮食为身体减负,从源头减少热量堆积。迈开腿,也不必追求高强度运动,适合自己最重要。像白天鹅坚持飞翔一样,我们也要动起来。每天抽出半小时,快走、慢跑、跳绳、跳操、转呼啦圈、练瑜伽、游泳都可以。多走路少坐车,多爬楼少乘电梯,工作间隙起身活动,睡前做几组腰腹训练。坚持下去,脂肪慢慢燃烧,腰腹线条越来越清晰,体态也会越来越挺拔。

白天鹅用飞翔练就优雅身姿,我们用自律收获健康身材。春日融融,正是运动好时机,好好吃饭、坚持运动,不偷懒、不放弃。相信日复一日的自律,终将换来轻盈体态与满满活力。

(三门峡市疾控中心 郭振平)



“三进”筑防线 聚力防结核

今年3月24日是第31个“世界防治结核病日”。为切实提升辖区群众结核病防治知晓率,织密基层公共卫生防护网,陕州区店子乡卫生院紧扣“全面行动、全力投入、全民参与、终结结核”主题,精心组织开展“进校园、进机关、进村庄”系列宣传活动,将健康服务与防治知识精准送到群众身边,守护群众身体健康。图为医务人员走进陕州区店子乡中心学校,开展结核病筛查(PPD)免费筛查与科普宣讲。

樊嘉琪 摄