

国家级消化道肿瘤早筛早治规范化培训班在我市举办

本报讯(记者吴若雨)10月16日至17日,2026年度癌症早诊早治项目(农村)消化道早癌规范化培训班(河南三门峡站)成功举办。本次活动为国家重大公共卫生配套全国性技术培训,由中国癌症基金会、国家癌症早诊早治项目(农村)专家委员会主办,河南省癌症中心、黄河三门峡医院承办,全省近200名基层医疗骨干集中参训,聚力提升我省消化道肿瘤早筛早治规范化水平。

开幕式上,黄河三门峡医院副院长刘世福在致辞中表示,癌症早诊早治是惠及民生的健康工程,规范化则是早诊早治的“生命线”。医院将全力做好服

务保障,以培训为契机,加强学术交流,补齐技术短板,持续提升区域消化道肿瘤防治能力。

河南省肿瘤医院副院长石红英在致辞中指出,预防是最经济有效的健康策略。河南人口基数大、基层防治任务重,推进癌症早诊早治关口前移意义重大。她希望参训学员学以致用、以学促干,把标准化诊疗规范落实到临床筛查全过程,切实惠及基层群众,助力健康中原建设。

国家癌症早诊早治项目(农村)专家委员会主任委员王贵齐线上参会,他充分肯定河南省20年探索建立起的成熟项目管理体系以及取得的显

著成效。他表示,全国巡回培训旨在强化项目质量,促进诊疗同质化水平提升,勉励全省医务工作者坚守医者初心,持续精进诊疗技术,守护群众生命健康。

本次培训紧扣健康中国癌症防治相关部署,以“消化道癌筛查及早诊早治规范化与高质量发展”为核心主题,聚焦内镜规范描述、内镜精准诊断、标准化操作流程、项目全流程质控、信息化体系建设等核心内容,精准补齐基层诊疗薄弱环节。

培训汇聚国内外优质师资,多名知名专家现场授课,日本圣玛丽安娜医科大学教授线上分享前沿技术。课程通

过学术讲座、病例研讨、实操指导、一对一点评等多元形式,深度解析临床重难点。同时创新推行“以赛促学、以练促能”模式,开展内镜病理争锋赛、技能模拟考核、质控经验交流,手把手实操教学,以实战实训夯实基层医务人员技术功底,有效提升内镜操作、病例研判和质量控制综合能力。

此次国家级培训落地三门峡,为全省基层医疗机构搭建了高水平学术交流平台,进一步统一诊疗规范、明晰项目高质量发展方向,为持续推进癌症防治关口前移、夯实基层公共卫生服务基础,全方位守护群众身心健康提供坚实的技术与人才支撑。

医者不负相托 仁心守护生命

近日,一面锦旗递到面前,三门峡市中心医院脑病医院神经外科一区副主任吕岩松却没有伸手去接。他先请患者家属坐下,接过患者蔡女士最新复查的CT报告,仔细查看,又询问她最近的饮食、睡眠和康复情况。问完,他抬起头笑着说:“恢复得不错,要继续坚持。”这时,他才郑重地接过那面锦旗。

送锦旗的是患者蔡女士的家人,蔡女士本人因身体尚在恢复中没能到场,家属说,蔡女士特意叮嘱他们,一定要当面向吕主任说声谢谢。时间回到今年1月,61岁的蔡女士在家日常活动时突发剧烈头痛,短时间内迅速陷入昏迷,伴随

呕吐、呕血,被紧急送入三门峡市中心医院急诊抢救。谁也不曾想到,这场凶险急症的根源,是长期未规范控制的高血压,合并颅内动脉瘤破裂出血。

蔡女士平日里就有头痛不适,血压长期偏高,却一直强忍症状,没有规律服用降压药物。发病当天,她突发头部剧痛,到村卫生所测量血压高达200mmHg,随即迅速陷入昏迷,转运途中频繁恶心想吐,呕吐物呈咖啡色。急诊头颅CT提示,左侧额叶及基底节区脑出血、脑室积血、蛛网膜下腔出血,病情极其危重,当即收入NCU重症监护病房。入院查体

反应,生命危在旦夕。

病情刻不容缓,神经外科一区主任袁军辉和吕岩松紧急制定抢救方案,当晚为患者实施开颅动脉瘤夹闭术、左侧开颅血肿清除加去骨瓣减压术。术后蔡女士留在NCU重症监护病房持续监护治疗。那段时间,患者迟迟没有脱离危险期,家属承受着巨大压力。患者的儿子曾一度情绪崩溃,抱着朋友失声痛哭。

重症团队日夜坚守,持续给予呼吸机辅助呼吸、镇静镇痛、脱水降颅压、抗感染、营养支持等一系列精细化治疗。经过半个多月NCU重症监护,蔡女

士生命体征逐步平稳,顺利转出重症病房,转入康复科开展系统康复训练。

漫长康复路上,医护人员持续跟进肢体、语言功能康复指导。历经数月坚持,蔡女士终于可以自主行走,能开口简单交流,虽然语言功能尚未完全恢复,但已经可以和家人沟通。从昏迷不醒、命悬一线,到重新站立说话,这般巨大的转变,让家属直呼“不敢想象”。

蔡女士的儿子激动地说:“吕主任,俺妈这条命是您给拉回来的,俺一家人真不知道咋感谢您才好。”吕岩松拍了拍他的肩膀,说:“这是我们应该做的,人好好的,比啥都强。”

(牛鹏磊)

三门峡市直机关医院：情暖敬老月 义诊护安康

本报讯 为弘扬敬老、爱老、助老的传统美德,切实关爱老年群体身心健康,10月17日,三门峡市直机关医院医务人员走进山水秀庭小区,开展“锦医之约·情暖敬老月 口腔伴安康”主题义诊活动,将优质医疗与暖心服务送到群众身边。

活动伊始,医院职工带领现场群众共同练习健身气功《八段锦》,舒展筋骨、调畅气血。中医团队与群众一同练习养生操《拍八虚》,帮助大家疏通经络、缓解疲劳。简单易学的动作让现场群众沉浸式感受中医药文化魅力,获得一致好评。

口腔健康是全身健康的重要基础,也是老年人容易忽视的健康薄弱环节。现场,口腔科专家为老年朋友细致筛查龋齿、牙周病、牙齿松动等问题,针对牙疼、塞牙、牙龈出血、假牙不适等问题提供规范性指导。同时,专家一对一科普正确刷牙、牙线使用及定期洁牙知识,强调缺牙及时修复的重要性,纠正“牙疼忍一忍、老掉牙是正常现象”的错误认知,帮助老年朋友筑牢口腔健康防线。

本次义诊,该医院统筹多学科联动协作,打造便民惠民“一站式”健康服务。内科、外科、妇科、中医科、医技科、药剂科、预防保健科、社区体检科等科室医护人员齐聚现场,为群众提供免费健康体检、血压血糖检测、中医脉诊、用药咨询等服务,耐心解答高血压、糖尿病等各类慢性病防治疑问,科学给予用药指导,普及健康养生知识,积极引导健康理念,把优质医疗服务送到群众身边。

(王珊 张婷)



公共卫生宣传进社区

近日,湖滨区崖底街道社区卫生服务中心开展基本公共卫生服务项目宣传月暨公共卫生知识抽奖活动,现场发放资料、免费测血压、血糖、组织答题抽奖,宣传慢病管理、家庭医生签约等惠民服务,提升居民知晓率,共建共享健康湖滨。

贾秀丽 摄

义马市卫生健康委：

健康档案显妙用 走失老人得归家

本报讯 小小的居民健康档案,藏着民生温度,守护万家安宁。近日,义马市千秋路街道连银社区上演暖心一幕,该社区卫生服务站工作人员成功依托居民电子健康档案,帮助一名迷路的九旬老人平安回到家人身边。

事发当天,该社区一家超市的工作人员发现一位走失老人,随即联系社区卫生服务站。站内医护人

员闻讯第一时间赶到现场,耐心和老人沟通,得知老人名叫肖照欣,今年90岁,说不清家庭住址、子女电话等信息,没法和家人取得联系。工作人员一边轻声安抚,缓解老人紧张不安情绪,一边发挥基层公卫优势,打开居民电子健康档案系统,快速核对老人身份信息。靠着平时规范建档、动态更新的健康台账,很快查到老人家属联系方式,及时通

知其子女赶到现场。确认无误后,老人平安回到家人身边。

据介绍,居民健康档案是基本公共卫生服务的重要载体,记录着群众健康信息,更是关键时刻能派上用场的民生台账。这次暖心救助,正是义马市连银社区卫生服务站做实基本公卫、精细化做好老年健康服务的真实写照。

(张欢红 李沼澄)

灵宝市第五人民医院入选 CAFF 花园项目年度试点

本报讯 10月16日,北京大学第六医院CAFF花园项目2027年度试点工作启动会在北京举行。灵宝市第五人民医院(灵宝市精神病医院)经专家组综合评估,成功入选2027年度试点。

本次评审从机构资质背景、专业团队能力、服务场景渠道、风险伦理管控、项目方案可行性、参与意愿与可持续性六大维度严格开展。全国15个省2个直辖市共24家单位参会,聚焦以家庭为中心的精神卫生服务模式,研讨严重精神障碍患者家庭未成年子女关爱服务路径。

CAFF花园项目是国内目前规模最大的精神障碍患者家庭及子女公益服务项目,曾获评中宣部“四个100”最佳志愿服务项目,聚焦阻断精神疾病代际传递,提供心理支持、家庭干预、社会帮扶等综合服务。

作为当地严重精神障碍管理治疗工作技术指导中心,灵宝市第五人民医院多年深耕基层精神卫生、社区康复与心理健康促进工作。辖区内严重精神障碍患者家庭较多,部分家庭存在监护薄弱、子女心理风险等问题。医院已建立“医院—社区—家庭”联动

服务体系,并与卫健、民政、教育、未成年人保护中心等部门建立协作机制,在家庭帮扶、家属心理支持方面积累了实践基础。

据了解,入选后,该院将借助CAFF花园项目专业培训、专家督导、标准化工具等资源,面向目标家庭开展需求筛查评估、亲职能力提升、儿童心理关怀等持续干预服务,健全风险预警、危机处置、隐私伦理保护全流程机制,探索本土化、可复制的县域家庭精神卫生服务模式,守护精神障碍家庭未成年心理健康,助力健康三门峡建设。(刘铁项)

山海隔不断 医患暖相逢

英国患者送锦旗致谢三门峡市中医院口腔科

本报讯 跨越山海致谢,医患温情无界。近日,三门峡市中医院口腔科收到一份特殊的跨国致谢:一名在三门峡就诊的英国患者回国后念念不忘,特意委托友人送来锦旗,深情点赞该院精湛的诊疗技术与细致的医疗服务,让峭函医者收获一份来自海外的暖心认可。

国庆期间,这名外籍患者牙疼,前往三门峡市中医院经一路院区口腔科就诊。该科室副主任吕莎为其制定了局部物理治疗的绿色诊疗方案,有效缓解病痛并细致指导口腔护理(本报10月9日8版以《医者仁心无国界 精湛医术护安康》为题进行了报道)。

据悉,这名外籍患者长期受智齿发炎困扰,此前在国外就诊时,多以口服抗生素应对疼痛,但问题一直反复发作。来到三门峡市中医院口腔科后,吕莎结合口腔拍片结果,明确诊断为智齿冠周炎,并针对患者病情制定了个性化治疗方案。科室团队通过冠周冲洗进行局部物理治疗,清理智齿周围食物残渣和炎性分泌物,帮助患者快速减轻肿痛。治疗过程中,医护人员耐心沟通、贴心安抚,尽量消除患者在异国就诊的紧张感。治疗结束后,患者疼痛明显缓解,肿痛逐步消退。

与此同时,吕莎立足健康长效管理,从日常清洁、防护要点、饮食要点、应急处理等多个维度,为患者科普口腔护理知识,指导科学护牙方式,并告知智齿发炎后的科学处理方法。这种“治疗有力度、服务有温度”的诊疗体验,让这 name 外籍患者深受感动,当场用并不熟练的中文反复表达感谢。



回国后,他仍对三门峡市中医院口腔科的专业技术和暖心服务记忆犹新、心怀感念,特意委托友人专程送来锦旗(如上图),以最质朴的方式表达认可与谢意,书写一段暖心的跨国医患佳话。

一面锦旗,承载着跨越山海的信任,彰显着医者仁心的本色。近年来,三门峡市中医院始终坚持以患者为中心,以精湛医术解病痛,以人文服务暖人心,在规范化诊疗、个性化服务、精细化护理上持续发力,用专业、专注、温暖的医疗服务赢得本地群众乃至外籍友人的广泛认可,持续擦亮三门峡优质医疗服务品牌。吕莎表示,这份来自异国的肯定是鼓励,更是责任。今后科室团队将继续坚守医者初心、精进诊疗技术、优化服务品质,以更专业的医术、更暖心的服务守护群众口腔健康,传递新时代医务工作者的责任与温情。

(文/图 张晓晓)

2026年全省职业健康检查机构检测能力比对结果公布 市疾控中心血铅项目获优秀等次

本报讯 近日,河南省职业健康技术质量控制中心通报2026年全省职业健康检查机构检测能力比对结果,三门峡市疾控中心血中铅含量测定项目获评优秀,高低浓度两组考核样品全部达标创优。

本次全省能力比对严格参照国家、省职业卫生检测技术规范开展,对实验室检测准确度、质控管理、人员操作规范性提出严格考验。面对任务紧、要求高的情况,市疾控中心理化检验室工作人员严格落实质量控制标准,依托精准设备、规范流程

和扎实技术功底,在规定时间内高效完成样品检测、数据复核与结果上报,凭借稳定、精准的检测水平取得双样优秀的佳绩。

此次获评优秀,充分验证了市疾控中心职业健康检测工作的专业性、规范性和可靠性,彰显扎实的实验室质控体系和过硬的技术能力。据悉,市疾控中心将持续夯实检测能力,严把数据质量关口,不断提升职业健康风险监测与技术保障水平,全力守护群众职业健康安全。

(曹婷婷)



健康科普

养成良好习惯 助力身心健康

健康的生活习惯是学生强身健体、提升免疫力、保障高效学习的根本基石。每到新学期学生要收束假期随意作息,从睡眠、饮食、运动、用眼、卫生五个方面规范日常行为,能够有效降低换季疾病感染风险,保持身心饱满状态,助力自身健康成长。

规律作息是维持身体机能、提升专注力的核心。学生需严格遵循科学睡眠标准,小学生每日睡眠不少于10小时,中学生不少于8小时。坚决杜绝熬夜刷手机、晚睡闲聊等不良习惯,坚持早睡早起、作息固定。稳定的生物钟可有效改善白天困倦、上课走神、精神乏力等问题,增强机体抵抗力,降低换季感冒、体虚疲劳的发生概率。

科学膳食是保障体能、助力生长发育的关键。学生三餐需定时定量、规律进食,不挑食、不节食、不暴饮暴食。日常减少高糖零食、油炸食品、生冷饮料摄入,避免肠胃刺激与营养失衡。在校就餐坚持饭前洗手、按需取餐,做到荤素搭配、营养均衡,保证蛋白质、维生素充足摄入,为日常学习和身体发育提供稳定体能支撑。

坚持适度运动可全面提升

学生体质。长期久坐伏案、缺乏锻炼,会导致免疫力下降、体能偏弱。学生要充分利用课余时间,坚持户外活动、体育课、课余时间坚持户外运动,每日保持适量锻炼,增强心肺功能,促进新陈代谢。规律运动能够有效预防呼吸道感染、保持身体虚乏力等问题。

科学用眼能够有效预防近视加深、保护视力健康。学生需严格控制电子产品使用时长,杜绝长时间近距离看屏幕、看书。遵循用眼护眼原则,保持端正读写坐姿,不在昏暗环境学习,坚持课间远眺,放松眼部肌肉,缓解视疲劳,养成科学、规范的眼习惯。

良好卫生习惯是校园防疫的基础防线。学生坚持勤洗手、勤换衣物、勤晾晒被褥,保持个人物品整洁。日常保持课桌、宿舍干净通风,及时清理杂物,保持环境干燥整洁,杜绝潮湿发霉、蚊虫细菌滋生,从环境层面减少致病风险。

好习惯贵在坚持。常态化的健康生活方式,能够持续提升学生身体素质、心理素质与学习状态。学生要自律作息、健康饮食、坚持运动、注重卫生,才能以强健体魄、饱满精神迎接学习生活。

(三门峡市疾病预防控制中心 李尊税)