

祥云县医院柔性引才打造“优才”品牌

□ 通讯员 杨丽芳 何琴丽

祥云县人民医院以党建为引领,积极创新人才引进机制,拓宽柔性引才渠道,通过对外引进“高精尖缺”急需紧缺人才,完善学科建设,提高学科的专业实力和创新发展能力,打造了“彩云优才”工程品牌,带动祥云县柔性引才工作走在了全州的前列。

创新机制 开展对口支援

“没有人才的支持,就没有祥云县医疗事业的跨越发展。”8月12日,祥云县人民医院党委书记、院长杨兆伟说。

“自2010年3月开始,我院与上海九院签订了3轮11年对口支援协议,已派出了18批医疗队94名专家,共支援医院33个科室。”杨

兆伟介绍,祥云县人民医院不断创新柔性人才引进机制,聘请上海九院14名专家为临床科室名誉主任,建立13个新学科,开展180项新技术、新项目,留下一支“带不走的医疗队”;开通远程医疗专线,建立首家援滇远程医学会诊中心,共享上海九院优质医疗专家资源。

搭建平台 实行合作共建

医院不断发挥党组织的战斗堡垒作用,认真抓实“彩云优才”工程,积极搭建平台,发挥人才优势,把引进的主任医师资格以上的人才,直接聘任为科室主任,让新的科室管理理念、医疗技术、学风等带动医院,以一个人带动一个科室的整体发展。“我原来是这个科室的主任,上海专家来了后就退下来了,通过我们新主任的带动,我们

开设了新的学科,医疗技术有了很大的提高。”心内二病区副主任黄明和介绍。

据了解,祥云县人民医院与昆明医科大学第一附属医院建立联盟合作,190名专家赴祥实施精准帮扶和智力支持;建立“云平台”,双向转诊503人次;远程会诊病例2506例。与昆医附二院康复科、昆华医院妇产科、昆明市三院结核病科开展专科联盟,不断提升专科建设和诊疗服务能力。建立黄云超专家基层工作站、阮标专家基层工作站,通过技术支持、在线诊疗等进行科研攻关,强化肿瘤、耳鼻喉咽喉疾病防治等重点专科建设。

筑牢根基 留住高端人才

为了给引进的人才提供一个安全舒适的生活环境,祥云县人民

医院专门建了专家公寓。走进专家公寓,电梯和门都是指纹解锁,里面设有阳光房、健身房、休闲区,各种盆栽把室内装点得美丽而温馨。

第三轮第七批上海九院援滇医疗队队长杨广林一边带着我们参观专家公寓,一边笑着说:“这些墙纸、房间里的设施,包括我们睡的床,都是杨院长亲自挑选的。杨院长考虑到我们上海来的医生口味跟祥云这边不一样,专门为我们请了厨师,我们想吃什么告诉厨师就可以了。祥云山好,水好,人更好,我们住着舒心,工作也顺心,大家都舍不得离开。”正说着杨广林的妻子从卧室里走了出来,她也是上海九院的医生,这几天请假过来探亲,满心欢喜地说:“看到丈夫生活好,工作好,我也就放心了。”

资讯

大理大学附属医院举行庆祝第二个“中国医师节”系列活动

本报讯(通讯员 夏华依) 在第二个“中国医师节”到来之际,8月16日,大理大学第一附属医院举行了一系列庆祝活动。

当天上午9时,医院在2号住院楼一楼大厅开展“中国医师节”大型义诊活动。此次义诊涵盖了心血管内科、呼吸内科、神经内科、消化内科、肾脏风湿免疫科、内分泌科、普外科、关节外科、皮肤科、眼科十个专科,20余位医护人员为群众提供看诊、查体、免费量血压、测血糖、健康咨询、用药指导、健康科普等诊疗服务。在两个小时的义诊活动中,有近200名群众到现场就诊及健康咨询。

义诊的同时,医院领导深入到产

科、儿科、手术麻醉科、重症医学科、急诊科、病理科等科室以及义诊现场看望和慰问了在岗医护人员,代表医院向全体医师表示了感谢与敬意,并向他们致以节日的问候和祝愿。

下午,大理大学第一附属医院召开庆祝第二个“中国医师节”座谈会。院党政领导、院龄满20年以上的医师(含技师、药师)及临床医技科室主任代表和相关职能科室负责人出席座谈会。

会上,医师代表畅所欲言,各抒己见,分享了自己从医20年来的心路历程,表达对于医师职业荣誉感、神圣使命感的体会;同时怀着对医院未来发展的憧憬和决心,对医院的发展积极建言献策。

巍山多部门联合净化基层医疗服务环境

本报讯(通讯员 饶国生 苏红文) 为了进一步清理整顿巍山县医疗服务市场,着力解决非法行医突出问题,8月15日至16日,巍山县卫生健康局联合县公安局、市场监督管理局对大仓、永建和南诏镇的农贸市场及集市、私人诊所、民营医院进行专项检查。

此次专项检查行动重点是对各类违法违规执业行为情况、非法行医行为情况、“两非”行为情况、医疗广告和虚假信息行为情况、不规范收费、乱收费、诱导消费和过度诊疗行为情况等方面进行全面严查整治。

8月20日,为了庆祝第二个“中国医师节”的到来,大理州妇幼保健院举行了以“弘扬崇高精神,聚力健康中国”为主题的医师节系列活动:进行医师宣誓,表彰本院2018年医技先进个人及从医20年的医师,宣传优秀医师典型,开展义诊活动等。

当天,该院孕产保健部、儿童保健部及妇女保健部的专家、医护人员,共为150余名妇女儿童进行了义诊和健康咨询服务。

[记者 辛向东
通讯员 张黎伟 摄影报道]

剑川县金华镇卫生院开展“家庭医生签约服务周”服务活动

本报讯(通讯员 刘琪) 为了积极落实剑川县卫生健康党工委开展“家庭医生签约服务周”活动,进一步推进家庭医生签约服务工作,宣传家庭医生签约服务的优惠政策,从7月25日开始,金华卫生院家庭医生签约服务团队深入金华镇十八个行政村及五个社区开展家庭医生签约履约服务活动。

活动中家庭医生团队入户为

居民进行健康体检、健康教育,并讲解了健康扶贫的相关政策,开展现场咨询服务及发放宣传折页。

此次活动以维护和促进整体健康为方向,为群众提供长期签约式服务,实现了让群众拥有“健康守门人”的目标,增强了群众对医改的获得感,为实现基层首诊、分级诊疗奠定了基础。

巍山县庙街中心卫生院举办首届职工技能大赛

本报讯(通讯员 饶国生) 8月5日至7日,巍山县庙街中心卫生院党支部、工会、医务科和护理部联合举办首届职工技能大赛,在院内营造成长成才学技术、立足岗位练硬功的浓厚氛围。

大赛共分为综合理论、操作技能两部分,竞技比赛内容包括单人徒手心肺复苏术、外科创伤包扎术、骨折外固定包扎转术、除颤仪的使用、密闭式静脉输液、肌肉注射及皮试等项目,来自临床、护理和医技后勤共60名党员、技术骨干参加了比赛角逐。

台上一分钟,台下十年功。为了能有最佳技能和精神状态参加比赛,在完成本职工作之余,全院职工利用休息时间进行了充分的赛前训练。

比赛过程中,选手们以沉着冷静的专业态度和规范熟练的操作技能,充分展现了他们过硬的临床技能、扎实的理论功底。经过三天紧张而激烈的角逐,技能竞赛圆满落幕,最终评出了临床、护理和医技后勤三个组别一等奖各1名、二等奖各2名、三等奖各3名。

妇幼保健

预防儿童溺水 我们该怎么做

□ 王秉阳

暑期到来,越来越多的儿童选择游泳嬉水进行消暑,而每年我国各地儿童、学生溺水事件时有发生。如何预防儿童溺水,平安度过暑假?

北京儿童医院急诊科主任王荃表示,4岁以下儿童的溺水高发地点主要为家中,包括室内的脸盆、水缸、水桶及浴盆等。5-9岁儿童的溺水高发地点可能会涉及户外,比如说水渠、池塘和水库等。10岁以上儿童溺水高发地点主要为池塘、湖泊和江河等。此外还包括一些管理不规范的泳池和戏水场所。

王荃表示,儿童溺水是可以预防的,缺少有效看护是造成儿童溺水的主要原因之一,所以预防儿童溺水,首先是家长应成为防溺水的合格家长。防溺水的合格家长包括这样几个方面,比如说家长做到对儿童有效的看护、采取措施将家中和水周围的水体与儿童隔离开、教授学龄儿童基本的游泳和水上安全技能、带孩子去安全的场所游泳或戏水、划船时为孩子佩戴安全装备、从小培养孩子防溺水的知识和意识。另外还应叮嘱孩子如果发现他人溺水,绝不能擅自下水救人,应积极呼救。

作为家长,应该怎样做好有效地看护儿童呢?王荃表示,预防儿童溺水的首要措施是时刻有效看护,其核心三点是要做到专心、不间断和近距离,尤其是当儿童在水中或者水周围时,无论是在泳池中、澡盆里,还是在开放性的浴池中,家长都应专心看护儿童,不要分心做其他事情。因为溺水发生的过程十分迅速,并且随时可能发生。一旦发生,就可能致命。近距离强调的就是家长要与孩子保持一臂之内的距离,这样在发生危险的时候,家长能做到“伸手可及”。此外,家长不能将低龄儿童单独留在卫生间和浴室,或者泳池、开放的水源边。

(据新华社电)

健康指南

定期防癌体检该查什么、怎么查

□ 王秉阳

我国日前出台的《健康中国行动(2019-2030年)》提出目标,要基本实现癌症高危人群定期参加防癌体检。防癌体检该查什么、怎么查?健康中国行动提到,规范的防癌体检是发现癌症和癌前病变的重要途径。国家癌症中心、中国医学科学院肿瘤医院防癌科副主任张凯表示,区别于国家付费的组织性筛查,防癌体检的成本主要由体检者本人承担,更应突出针对性。

张凯表示,首先应对主要发病癌症进行定期筛查。“在我国主要发病癌症包括肺癌、乳腺癌、结直肠癌、胃癌、肝癌、食管癌、宫颈癌、前列腺癌等。前6种癌症的发病率约占所有肿瘤的70%,死亡占

比也接近80%。男性发病率最高的是肺癌,女性发病率最高的是乳腺癌。”

健康中国行动提到,目前的技术手段可以早期发现大部分的常见癌症,建议高危人群选择专业的体检机构进行定期防癌体检,根据个人年龄、既往检查结果等选择合适的体检间隔时间。

针对文件提及的高危人群,张凯表示,癌症发病的第一高危因素是年龄。50岁以上的人群是绝大多数恶性肿瘤的重点目标,40岁以后就要开始关注肿瘤筛查,50岁以上可以进行常规防癌体检。“但乳腺癌、宫颈癌防癌体检应分别从45岁、21岁开始。”

他说,确定自己是否是高危人群,既要看年龄,也要看自己是哪

种癌症的高危人群。如长期吸烟的人是肺癌的高危人群,肝炎病毒携带者是肝癌的高危人群,应结合自身特点开展筛查。

张凯提示,防癌体检最好在初筛和适宜技术的前提下,认准有效手段,兼顾安全性和家族病史,提高早诊率。对于体检的间隔时间,各个病种的发展时间不同,如肺癌的进展快,高危人群一般六到八个月就得检查一次。而如果结肠镜检查没有发现问题,可以间隔5到10年再进行第二次检查。

“防癌体检要有针对性和个性化,需要兼顾年龄、家族病史、性别、生活习惯等多种因素,结合自身的条件进行筛查项目选择。”张凯提示。

(据新华社电)

养生

秋季保健“八项注意”

□ 主任医师 陈福新

入秋之后,气候多变,昼夜温差大,是发病较多的季节。因此,在秋季要注意保健防病,秋季保健要注意以下几点:

一注意早睡早起。秋季自然界的阴气由疏泄转向收敛、闭藏。秋天气候转凉,要早睡早起,以顺应阴气的收藏,又宜早一点起床,以顺应阳气的舒长。另外适当早起,适当做一些晨练,既可以呼吸一些清新的空气,促进新陈代谢,又有益于肢体功能活动的锻炼,有助于身体的健康。

二注意适当“秋冻”。“秋冻”就是说“秋不忙添衣”,有意识地让机体“冻一冻”,避免多穿衣服产生的身热汗出,汗液蒸发,阴津伤耗,阳气外泄。秋季应顺应阴精内蓄,阳气内收的养生需要。但是“秋冻”还要根据天气变化来决定,应以自己感觉不冷为度。进入深秋时就应注意保暖,若气温骤降,一定要多加衣服。

三注意清静养神。秋季草枯叶落,花木凋零,秋风秋雨易使人

感到萧条、凄凉,勾起忧郁的心绪。尤其是老年人容易产生情绪低落,多愁善感。这时候最好多听一听音乐,或静下心来读一本好书,或与好朋友聊天,或到户外散步,这些都能排解苦闷的情绪。中医根据“天人相应”的理论认为,秋天人们一定要保持精神上的安宁,以达到心境宁静状态。

四注意适当运动。金秋季节,天高气爽,是运动锻炼的大好时机。但人体的生理活动也随自然环境的变冷而处于“收”的阶段,即阴精阳气都处于收敛内养的状态,故运动养生也要顺应这一原则,也就是说不要做运动量太大的项目,以防汗液流失,阳气伤耗。应根据人体的生理特点来选择运动项目,如登山、慢跑、散步、做早操、练气功等。

五注意护肤保健。秋季随着天气的变冷,人的肌肤不能马上适应这种变化,血液循环变慢,皮肤干燥,容易出现细碎的皱纹,尤其是在眼睛周围。所以,秋季更要注意对皮肤的护理。除了要多饮水及食用一些富含维生素E的食物,如核桃、芝麻、蜂蜜、乳类等外,还

要注意保持愉快的心情。

六注意防病保健。秋季气候变化较大,若不慎起居,则容易使一些慢性病在秋季发作。尤其是老年人,体温中枢的调节功能减弱,对外界寒冷的刺激反应迟钝,若不及时增减衣服就很容易患病。因此老年人在秋季一定要注意防病保健,尤其是一些慢性病要防止在秋季复发。

七注意性事有节。在性生活方面,中医认为在秋冬之令,应注意顺应自然界主收藏的规律,节制房事,蓄养阴精。这点对中老年人特别重要。中老年人节欲,以养肾精,可延缓衰老的过程,达到长寿目的。

八注意气候变化。气候变化与健康密切相关,秋天是心脑血管疾病的多发季节,也是各种呼吸道的疾病的好发季节,因此,心脑血管病患者在秋季首先要注重季节气候的变化,重视和了解天气情况,及时收听气象预报,以便能随时增减衣物,做好防寒保暖,以免诱发心脑血管疾病和呼吸道的疾病。



“哪里不舒服,请告诉我们。”8月19日,来自上海的医疗专家不辞辛苦在大理经济技术开发区满江办事处为村民们认真细致地开展义诊咨询活动。

这次由上海市卫生健康委员会、云南省卫生健康委员会和我州共同承办的上海医疗援滇大型义诊活动主动贴近基层,为患者进行面对面服务,深受广大群众的赞誉与欢迎。

[记者 勾六零 摄]