

规范产前筛查 加强质量控制

本报讯 为进一步规范产前筛查与诊断和医疗质量控制标准,保障医疗质量和患者安全,提升我市医学遗传产前筛查与诊断的诊疗水平,7月11日,我市召开产前筛查与产前诊断医疗质量控制中心会议暨质量管理研讨会。

会议就进一步做好产前筛查与诊断质量控制工作提出五点要求。一是要认清当前出生缺陷防治的新形势,全面提升我市出生缺陷防治工作水平。二是要提高产前筛查与诊断服务能力,优化工作流程,提高服务质量,提升技术水平,加大投入力度。三是要加强产前筛查与诊断质量控制工作,提高服务质量和检测准确率,真正实现孕妇和胎儿的全方位保护。四是要利用多种媒介对产前筛查与诊断工作的意义及内容进行广泛宣传,提升民众对产前筛查与诊断意义的知晓度。五是要从多方面入手,加强对产前筛查与诊断质量控制的组织领导,发挥专业人才作用,借助信息化手段增强控制效果。

会上,省、市专家作现场讲座,就产前筛查与诊断的最新技术和进展、常见问题及解决方案、质控

工作中存在的问题和改进方法、遗传学病因检测方法等方面与参会人员进行了深入交流。

市妇幼保健院院长李凤启表示,本次研讨会直面产前筛查和诊断领域的难点和热点问题,为我市产前筛查和诊断领域提供了高水平、高级别的出生缺陷防控学术交流平台。②18 (郑伟元 刘畅)

家中两位期颐之年的老人,他无微不至地照顾老人的饮食起居,被评为周口市“向上向善好青年”。

市中医院相关负责人表示,医院将以道德模范为榜样,引导干部职工崇德向善,见贤思齐,用自己的言行传播文明理念,为打造“道德名城、魅力周口”贡献力量。②18 (郑伟元 黎倩平)

成任务,获郑州市政府及太康县政府颁发的荣誉证书。

他还参加了郑州“7·20”洪灾医疗救援队,连续5个昼夜扎根救灾地点,转运急救病人和救灾物资。期间,他还主动报名加入当地的志愿者队伍,为老百姓提供服务,获得好评。

工作之外,一直让他牵挂的还有

李超凡

李超凡

市中医院李超凡荣获“道德文明使者”称号

本报讯 近日,由市委宣传部、市文明办、市直机关工委、团市委、市妇联、市总工会组织开展的第三届“道德文明使者”评选结果揭晓,按照“道德文明使者”评选标准,经活动组委会评选审定,周口市市中医院李超凡荣获周口市第三届“道德文明使者”(个人)称号。

李超凡

李超凡

李超凡



视觉新闻

为增强医护人员的消防安全意识,有效提升他们防范和应急处置消防安全事故、紧急扑救火灾的能力,创建平安、和谐的医疗环境,7月10日,周口市人民医院开展全员消防安全应急演练,现场讲解、演示灭火器的使用方法,并针对重点岗位人员进行专项培训。全院职工分批按照灭火器的使用方法逐个操作,对模拟火源进行灭火。

郑伟元 摄

“豫石俱进”结石与微创高峰论坛圆满举行

本报讯 7月8日至9日,河南省健康管理学会泌尿系结石病防治分会年会暨2023年“豫石俱进”结石与微创高峰论坛在周口举行。此次论坛由河南省健康管理学会主办,郑州大学第二附属医院、河南省泌尿系结石诊治中心、中国泌尿系结石联盟河南基地河南中心、郑州大学泌尿外科研究所承办,周口市泌尿外科学会、周口港区医院(周口烧伤医院)协办。

据介绍,此次论坛,来自省内泌尿系结石领域的顶级专家、行业大咖齐聚一堂,传统与创新的碰撞、理念与技术的交融,为全国泌尿外科同仁奉献一场饕餮盛宴。期间,周口港区医院(周口烧伤医院)泌尿外科主任曾凡军教授向与会专家分享了治疗输尿管上段小结石的经验和体会。

论坛相关负责人表示,此次年会和论坛为国内泌尿外科同仁搭建了一个交流学术意见和工作经验的平台,增进了彼此之间的了解和友谊,促进了交流和合作。②15 (郑伟元)

据了解,此论坛是我省知名高端泌尿系结石防治论坛,今年是第八届,首次在周口召开。河南省健康管理学会泌尿系结石病防治分会第一届全体委员会议也在此期间同步召开。



关注孩子牙齿健康

据统计,我国超过89%的人牙齿不整齐,畸形牙齿影响的不仅是颜值,还会导致许多口腔健康问题。在儿童、青少年阶段,通过适当的早期干预,能很好地控制牙齿发育畸形问题。

儿童青少年牙齿早期干预的三个阶段

- 1. 乳牙期(3-5岁)**
这是最佳的早期预防矫治期,孩子如有咬嘴唇、吃手指、张口呼吸等不良习惯,可进行矫治,防止错颌畸形的发生及加重。特别是当孩子的牙齿在此阶段有“地包天”的趋势时,一定要及时检查,尽早矫治。
- 2. 换牙期(8-10岁)**
这是最佳的阻断性矫治期,这个阶段正处于孩子换牙时期,可能会出现乳牙滞留等问题。此时,这一阶段不利于矫正牙齿,一些轻微的颌骨发育问题也可以被矫正。
- 3. 恒牙期(12-16岁)**
这是最佳的全口牙矫治期,通常情况下,孩子如果口腔没有骨骼畸形,且没有特别多的不良习惯,可以在换完牙之后开始接受牙齿矫正治疗。这个年龄段的孩子牙齿骨骼移动之后,恢复速度非常快,牙周反应也很好。所以,这一阶段不仅利于矫正牙齿,一些较轻的颌骨发育问题也可以被矫正。

根据不同原因选择合适的矫治器

1. 由不良习惯引起的牙齿问题

女性朋友,你真的了解自己吗 ——妇科常见疾病及其防治

女性是生命的创造者,也是社会的重要组成部分。女性应该重视妇科健康,了解妇科常见疾病及其预防护理,保持身体健康。

- 一、妇科常见疾病**
妇科常见疾病是指女性生殖系统的各种病变,主要包括以下几类:
(1)生殖道感染:生殖道感染是指生殖器官或生殖道被细菌、真菌、寄生虫等微生物感染所引起的炎症。
(2)生殖器肿瘤:生殖器肿瘤是指生殖器官或生殖道发生的良性或恶性肿瘤。
(3)生殖器畸形:生殖器畸形是指生殖器官或生殖道在发育过程中出现的结构或功能异常。
- 二、妇科常见疾病的症状**
妇科常见疾病的症状可能因人而异,但一般都会出现以下几种表现:
(1)阴道分泌物异常:如果阴道分泌物出现增多、色泽改变、有异味、刺激或瘙痒等异常,可能是生殖道感染或肿瘤的信号。
(2)阴道出血异常:阴道出血是指除了正常的月经外,其他时间出现的阴道流血。如果出血量多、时间长、频繁或无规律,可能是生殖器肿瘤或内分泌障碍的信号。
(3)下腹部疼痛:下腹部疼痛是指骨盆区域的疼痛,可能为

持续性或间歇性,轻度或剧烈,随体位或活动而产生的疼痛。如果疼痛伴有发热、恶心、呕吐等症状,可能是生殖道感染或外伤的征兆。

- 三、妇科常见疾病的治疗**
(1)药物治疗:药物治疗是指通过口服或局部使用抗生素、抗真菌药物、抗炎药物、激素类药物等方式,消除感染因素、控制炎症反应、调节内分泌平衡。
(2)手术治疗:手术治疗是指通过开放式或微创式手术的方式,对女性的生殖器官或生殖道进行切除、修复、重建等,以消除肿瘤、瘢痕、畸形等异常组织。
(3)物理治疗:物理治疗是指通过使用冷冻、激光、电刀、射频等方式,对女性的生殖器官或生殖道进行局部破坏或刺激,以消灭病变组织、促进血液循环和实现修复重建。
- 四、妇科常见疾病的预防**
(1)个人卫生:保持外阴清洁干燥,不过度清洗或冲洗阴道。选择透气、吸汗的内裤,注意月经期间卫生。注意性生活卫生,避免不安全的性行为,性交后及时清洗外阴。使用安全有效的避孕方法,避免多次流产。
(2)均衡饮食:多吃富含维生素、膳食纤维的食物。
(3)适当运动:每天进行至少30分钟的有氧运动。②12 (太康县人民医院 闫黔云)

情系职工健康 体检温暖人心

本报讯 近日,郸城县妇幼保健院职工迎来了一份特殊的福利——健康体检。此次职工体检是医院切实做好职工健康监护工作,进一步提高职工自我保健意识的具体体现。

该院始终把维护职工身体健康挂在心上,积极为职工办实事、办好事,定期组织职工体检,不断增强职工的健康意识,让他们切实感受到医院的温暖与关爱,增强医院内部的凝聚力和向心力,确保职工能够以健康的体魄、充沛的精力和愉快的心情全身心地投入到工作中去,为患者提供优质的诊疗服务,为医院可持续发展贡献自身力量。③12 (徐松 刘敏)

此次体检工作由院工会、健康教育科牵头组织,相关职能部门和业务科室配合,主要包括内科、外科、眼科、口腔科、B超、血常规、肝功能、甲状腺功能等十余项检查项目。

该院院长亢国良表示,通过开展此次体检,让职工充分了解自己的健

心悸胸闷可能是焦虑症

日前,市第六人民医院临床心理科接诊了36岁的市民刘先生。他近期有紧张、失眠现象,还伴有肌肉紧张、手脚麻木等症状,因此前来就诊。

如何判断自己是否焦虑
焦虑是一种紧张情绪,是预感自己可能遇到不利情况和潜在危险而又难以应对时产生的不愉快心理,包括担心、忧虑、害怕、易怒、注意力不集中等,在生理上表现为心慌、胸闷、脸红、手抖、出汗、尿频、睡眠障碍等。

- 1. 放松训练**
呼吸放松和肌肉放松是常用的缓解焦虑的方法。在焦虑时可以调整呼吸,以免呼吸频率过快。
- 2. 专注当下**
专心致志投入当下的任务中,焦虑症状会逐渐减轻甚至消失。
- 3. 适度运动**
焦虑时可以做一些自己平时喜欢的运动。
- 4. 听听音乐**
结合自身喜好听一些舒缓放松的音乐,让内心慢慢平静下来。
- 5. 关注并改变想法**
焦虑时,关注此时脑中出现的频率最高的想法,并设想其他更理性、更客观的想法代替它,焦虑症状会有所改善。
- 6. 记录担忧,确定解决方案**
焦虑时把担忧的问题记录下来,寻找解决问题的办法。当问题得到解决,焦虑自然会消失。
- 7. 学会预防焦虑**
提前做好准备,确立可行目标,做好时间管理,注意劳逸结合。②2 (郑伟元)

除了基础的医学治疗,我们还提醒他在焦虑时深呼吸,慢慢分散注意力,或让他听听音乐、做瑜伽,让他做到自我放松并调节情绪。”王前勇介绍,经过一段时间的治疗,刘先生情况明显好转,情绪逐渐稳定,睡眠也恢复了正常。“这次终于找到‘病根’了!”刘先生说。

王前勇向记者介绍,近几年,随着社会压力的增大,许多人出现心悸、胸闷、濒死感等症状,其实并非生理上出现了问题,而是由焦虑情绪甚至焦虑症导致的。他就此讲解了一些焦虑症的判断方式和自我调节方法。