

# 解职工后顾之忧 护孩童快乐成长

## ——市第二人民医院暑期爱心托管班托起职工家庭“大幸福”侧记

□本报记者 张武杰 通讯员 刘霞飞

这个夏天,市第二人民医院东区康复中心“职工之家”暑期爱心托管班温情相伴,既为职工家庭驱散了“带娃焦虑”,也为孩子们搭建了快乐成长的平台。从7月5日启幕至8月21日结业,近两个月的时光里,托管班以爱为纽带,为职工子女编织了一段充实难忘的假期记忆。

此次暑期爱心托管班的顺利开展,离不开市总工会的大力支持。市第二人民医院深化“党建+业务+服务”融合模式,充分发挥康复专业优势,精心设计多元课程体系:中医文化体验让孩子们感受传统智慧,视力与专注力训练助力健康成长,消防安全逃生演练强化安全意识,爱国主义教育厚植家国情怀,再搭配轮滑、手工、书法启蒙等趣味活动,让孩子们在互动实践中提升综合素养,在欢声笑语中汲取知识力量。

安全是托管服务的重中之重。



爱心托管班结业(医院供图)

市第二人民医院从场地布置到日常管理层层压实责任,细化保障措施,为孩子们筑起坚实的安全防线,让职工能够安心托付、踏实工作。

百余名志愿者的无私奉献,是托管班温暖运行的重要支撑。大学生

与群众志愿者化身“假期导师”,用责任与热情守护童心,用耐心与专业陪伴成长,切实托起了职工家庭的“大幸福”。

结业仪式上,市总工会挂职副主席张相安代表市总工会为孩子们送

上爱心文具礼包和结业证书,并对托管班成效给予充分肯定。市第二人民医院党委书记卢占军表示,作为公立医院,该院始终牢记社会责任,未来将持续优化职工服务,把服务职工与履行公益担当紧密结合,以更扎实的举措、更优质的服务,让组织的温暖真正走进职工心坎,凝聚起全院上下干事创业的强大合力,为守护群众健康、推动医疗事业高质量发展贡献更大力量。

“孩子开心,我们放心!”家长们的由衷点赞道出心声。孩子们则用稚嫩的语言分享着成长的喜悦。仪式现场还为志愿者颁发证书,致敬他们用爱心与专业陪伴孩子从稚嫩走向开朗。

此次暑期爱心托管班不仅有效解决了职工子女“看护难”问题,更成为推动医院和谐发展、助力医疗事业前行的温暖助力。未来,市第二人民医院将继续探索普惠性职工服务项目,打造职工关爱“新样板”,让这份温暖关怀持续续航。



铭记历史,珍爱和平。8月23日上午,滑县在该县新区体育广场举办了纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利80周年文艺展演活动。活动中,滑县老年体育协会相关专委会带来的精彩节目赢得了现场阵阵热烈的掌声。(魏向东/文 赵亚光/图)

北关区老年体协歌唱戏曲协会

## 绽放最美“夕阳红” 文艺惠民谱新篇



演出现场(吴铁勇 摄)

本报讯(记者 张武杰)8月19日晚上,北关区老年体协歌唱戏曲协会会长吴铁勇带领队员们来到三湖公园,参加市文化馆举办的“字都文艺汇”惠民演出,为观众呈上了一场精彩纷呈的视听盛宴。

演出在激昂的音乐中拉开帷幕,歌唱戏曲协会的老年人们用饱满的热情和精湛的技艺,为现场500多名观众带来了舞蹈、歌曲、戏曲等多种形式的表演。

他们的舞姿虽不如年轻人那般轻盈灵动,却带着岁月沉淀后的沉稳与优雅;他们的歌声或许没有专业歌手那般嘹亮,但每一个音符都饱含着对生活的热爱。

活动现场,观众沉浸在精彩的表演中,不时爆发出阵阵掌声和欢呼声。一位观看演出的大爷激动地说:“这样的演出太棒了,让我们这些老年人也能在舞台上发光发热,也丰富了我们的精神文化生活。”

### 专家话健康

## 关于房颤的这些小知识您了解吗

□马珂

众所周知,在正常情况下,心脏跳动是有节律的,我们称之为窦性心律,心率大约为60次~100次/分钟。当心脏出现快速且没有规律的跳动,或是心跳过快像要蹦出来一样的感觉,就有可能患房颤。房颤是心房颤动的简称,是一种老年人常见的心律失常,而且随着年龄的增长,房颤的患病率急剧升高,严重威胁着人们的健康。

什么是房颤呢?我们的心脏由四个心腔构成,包括两个心房和两个心室。正常情况下,循环的血液先回到心房,心房收缩将血液泵入心室,心室再收缩将血液射出心脏。房颤发生时,心房规律的跳动被不规则、快速(350次~600次/分钟)的颤动所替代,心室的跳动也变得不规则,导致了心慌的感觉和心脏的泵血功能下降。

引起房颤病因很多,常见的有:1.

心脏本身的疾病:冠心病、心衰、心脏瓣膜病等。2.全身性疾病的伴随:如高血压、糖尿病、甲亢、肥胖、睡眠呼吸暂停等。3.不良生活习惯:吸烟、暴饮暴食、过度饮酒、大量喝茶或咖啡、熬夜、精神压力大、缺乏运动或剧烈运动等。

房颤临床症状因人而异,常表现为:1.心悸:心跳快且不规律。2.胸闷:胸部压迫感、呼吸不畅、时有胸痛。3.头晕或黑矇:脑供血不足引发短暂视物模糊或晕厥。4.乏力与气短:活动耐量下降、易疲劳。5.无症状:老年患者更易忽视,需通过心电图筛查,有些病人是出现心衰及卒中症状后就诊发现。

随着医疗技术的进步,房颤治疗已进入“节律控制时代”,早期干预可显著改善预后,射频消融术能有效减少复发,提高生活质量。目前房颤治疗包括:1.抗凝治疗:新型抗凝药(如利伐沙班、达比加群、阿哌沙班等)预防血栓形成,降低卒中风险;非瓣膜性

房颤需根据CHA2DS2-VASc评分决定用药;瓣膜病房颤患者(如风湿性心脏病)需长期服用华法林抗凝。2.节律控制:对口服药物(胺碘酮)复律效果差或不能耐受的病人,可应用射频消融术治疗维持窦性心律,效果优于药物。3.心室率控制:β受体阻滞剂、钙通道阻滞剂等可缓解症状,但无法根治房颤。4.左心耳封堵术:用伞状装置封闭血栓最常形成的左心耳,适用于不能耐受抗凝药的患者。

房颤危害性极大,给患者个人、家庭、社会常带来沉重负担,幸运的是,它可防可治。远离房颤,我们应该做到:1.经常数脉搏:房颤患者的脉搏是完全无规律的,如果你出现心悸、气短、头晕等症状,数脉搏时快时慢,有漏搏等异常情况时,警惕可能发生了房颤。2.做好房颤筛查:房颤与年龄密切相关,年龄越大,房颤发生率越高,所以60岁以上老年人应定期做好房颤筛查。3.控制原发病:积极治疗高血压、糖尿病、甲亢等诱

发房颤的高危疾病。4.戒烟、限酒、低盐低脂饮食,控制体重,适度锻炼,养成良好的生活习惯,保持心情愉悦。5.避免饮用或食用含有咖啡因的物质,如茶、咖啡、可乐等。6.定期监测心率和血压,如有异常及时就医。7.术后管理:接受消融术后患者需遵医嘱用药,定期复查。

房颤作为一种常见的心律失常,其危害不容小觑。如果您或您身边的人出现房颤症状,请及时就医,早诊早治,别让房颤“偷走”健康,错过最佳治疗时机。同时,保持良好的生活习惯和心态,也是预防房颤的重要措施。让我们共同努力,守护心脏健康,远离房颤的威胁。

(作者系安阳市第三人民医院心血管内科一病区主治医师)

本栏目由安阳市疾病预防控制中心、安阳市健康教育所主办



## 以仁心仁术架起“生命之桥”

### ——看市第三人民医院胸心外科如何帮助患者重获“心”生

□本报记者 张武杰

心脏是生命不息的动力源泉。心脏外科手术因其操作极为复杂,对技术精度与团队协作有着近乎苛刻的要求,故而被誉为外科领域“皇冠上的明珠”。近年来,市第三人民医院(市中心血管病医院)胸心外科团队在心脏外科领域持续发力,坚持以攻克心血管外科疑难危重症为己任,勇于钻研探索,从复杂先心病矫治到重症瓣膜置换,从微创心脏手术到心脏肿瘤切除……凭借精湛的医术与无畏的担当,帮助一位又一位“心”病患者摆脱疾病困扰。

8月18日,市第三人民医院胸心外科再传佳音——该科团队于近日成功完成两例冠状动脉搭桥手术,以精湛操作搭建起生命的“心”通道,助力两名重症患者重获“心”生。

前不久,患者申某某因“活动后胸闷、胸痛8个月,再发并加重1天”入住市第三人民医院心血管内科一病区。该科副主任医师杨登云、副主任医师李志飞为其进行冠状动脉造影术,检查结果显示,患者的前降支和右冠完全闭塞,病情十分危急。鉴于患者实际情况,他们立即邀请胸心外科副主任张悟麟进行会诊。经过对患者病情的全面综合评估,专家团队建议将患者转至胸心外科进行冠状动脉旁路移植术,希望能够为其争得一线生机。



胸心外科团队为患者进行手术(医院供图)

此外,病情同样不容乐观的还有患者戚某某,其因“间断胸闷、心前区不适半年,加重1周”入住心血管内科一病区后,该科副主任医师张艳霞、主治医师马珂为其行冠状动脉造影,提示存在严重三支病变,且前降支及右冠闭塞。经张悟麟会诊,为了让患者进一步得到针对性的治疗,建议转至胸心外科接受手术治疗。

两位患者转入市第三人民医院胸心外科后,科室迅速响应,为他们完善相关检查,全力做好术前准备。

随后,在全麻状态下,张悟麟带领团队采用非体外循环方式分别为两位患者实施冠状动脉旁路移植术。面对高难度、高风险的手术,张悟麟和同事们不放过任何一个细节,尽可能降低各种风险,为患者安全保驾护航。

“患者血管病变严重,心功能极差,手术过程中一旦发生室颤,后果不堪设想。在手术过程中,我们必须精细操作,动作轻柔,尽可能保持患者血压平稳。”张悟麟说。

无影灯下,一系列复杂而精细的操作在胸心外科团队手中完成,随着血管精准吻合,“生命之桥”至此连通。手术期间,在麻醉科主任许鸿英的全方位协调下,该科副主任医师刘俊波精准控制患者的生命体征,确保手术操作的每个细节顺利完成,体外循环团队医生王建波全程保驾护航,米秀娟护士长带领的手术室护理团队紧密协作,每一个环节都一丝不苟,为手术的顺利进行提供了有力保障。

术后,两位患者均平安返回重症医学科(ICU)。该科护士长明海平妥善安排各项工作,带领团队精心护理,时刻关注患者的生命体征和恢复情况,助力他们顺利度过术后关键期。待患者病情相对稳定后,二人先后转至普通病房。胸心外科护士长张燕青带领护理团队围绕患者术后康复,积极配合副主任张悟麟开展工作,注重细节照料与全程关怀,从饮食、活动到心理疏导,全方位为患者康复保驾护航。目前,两位患者均已顺利康复出院。

这两例冠状动脉搭桥手术的成功,不仅体现了市第三人民医院胸心外科团队高超的医疗技术水平,更彰显了该院多学科协作的强大力量。在未来的征程中,市第三人民医院胸心外科团队将依托该院专业优势,以更加精湛的医术、更加贴心的服务,帮助更多心血管疾病患者拥抱“心”未来。

### 加强健康知识宣传 提高人民健康水平

## 暑去热未退 这样应对“秋老虎”

“秋老虎”是我国民间形容立秋以后短期回热天气的俗称,一般发生在八九月之交,持续时间7天至15天左右。气象学上指处暑节气后,持续五天最高温度在35℃以上的气候现象。面对威力巨大的“秋老虎”,我们该如何应对?

### 1. 注意防暑

“秋老虎”发威时,暑气更加逼人,地面热气未散,太阳长时间照射大地,给人以炎热的感受,在高温下的时间过长,容易引起中暑。应尽量避免在烈日下暴晒或在高温环境久留,科学补充水分和电解质,可选择撑伞等物理防晒,穿凉爽透气的衣服。

### 2. 适时添衣

秋季昼夜温差大。外出可随身带一件外套,以应对早晚温度变化。此外,在居家环境中尤其是夜间,需注意房间温度,空调不要开得太低。

### 3. 补充水分

出伏后天气日渐干燥,要注

意补充水分。成年人每日饮水量应为1500毫升至1700毫升,要注意少量、多次、慢饮的饮水原则。

### 4. 饮食清润

饮食应注意养护脾胃,不吃或少吃辛辣、燥热、油腻的食物,可以适当吃一点容易消化的食物。同时,多吃滋阴润燥的食物,如银耳、梨、豆浆、蜂蜜等。

### 5. 充足睡眠

当气温高、新陈代谢旺盛、消耗大时,人们容易感到疲惫。充足的睡眠可使大脑和身体得到放松和恢复。增加晚间睡眠时间和午后小憩可以有效解决“秋乏”问题。一般小憩以不超过30分钟为宜。

### 6. 适量运动

适当锻炼,增强体质。可在凉爽的早晚,选择适合自身的运动项目进行锻炼,如慢跑、登山、散步等。需要注意的是,秋季早晚凉意明显,锻炼时一般出汗较多,注意避免受凉感冒。(本报记者 郭凡 整理)

## 传播健康知识 搭建医患平台

本版由安阳市卫生健康委员会协办