

传承发扬中医优势 大医精诚守护健康

——记河南省名中医、市中医院脑病三科主任康进忠



□ 本报记者 朱亚芳 文/图

从医39年来,他怀揣悬壶济世之梦想,矢志中医,用妙手仁心诠释着大医精诚,用全部精力书写着杏林春暖。他就是全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师、河南省名中医、市中医院脑病三科主任、主任中医师康进忠。

6月17日早上,记者见到康进忠时,他刚刚查完房,身着一袭白大褂风风火火地从病房赶到办公室。顾不上喝一口水,他就开始接诊患者,面对患者的反复询问,他始终耐心十足。中医是中华民族的瑰宝,凝聚着深邃的哲学智慧和中华民族几千年的健康养生理念及实践经验。“秉持大医精诚的为医之道,充分发掘利用中医药传统优势,结合现代医学精华内外兼治,把‘简、便、验、廉’的中医药服务提供给每一位患者,一直是我为之努力的方向。”康进忠说。

1983年中医专业毕业后,康进忠来到市中医院工作至今。不管对待学业还是工作,他都牢记大医精诚古训,秉承医者仁心情怀,广涉典籍、精研方药、锤炼医技。除了内修基本功,他还不断进修学习,博采众家之长。2000年,他赴北京中医药大学附属医院、中国中医研究院全国高级针

灸进修班进修学习。2000年选拔到首届河南省继承型中医高级人才班深造。2003年,作为全国老中医药专家学术经验继承人,从师于全国名老中医。2009年成为全国优秀中医临床人才。经过多年的临床实践,他对经典药方、药理等知识信手拈来,对疑难杂症的诊治游刃有余,对中医治疗脑部疾病有独到见解。

安阳市中医药大比武第一名、河南省中医药杯竞赛一等奖……身为严谨求实的脑病专家,他始终兢兢业业,勤于学习,精于钻研,在用心守护着百姓健康的同时,也收获了满满的荣誉。此外,他还先后获得河南省名中医,河南省医德标兵,安阳市优秀医师奖,安阳技术岗位能手,安阳市医师技能竞赛标兵,安阳市五一劳动奖章,安阳卫生系统优秀共产党员、优秀党务工作者,安阳市名中医,安阳市优秀科技人才(市管专家)等荣誉,并成为全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师、河南省中药育苗人才培养项目继承人导师。

暑往寒来,康进忠扎根临床一线,作为河南省中医重点专科的学术带头人,除了担负科室建设、人才培养、病房医疗工作外,他年平均诊疗患者万余人次。他以医术为依托,立



康进忠正耐心地为患者诊脉

足患者的角度,对每位患者进行细致入微的体察和关怀,开出一张张带着情感温度的治病良方,很多患者和家属对他充满感激之情。

之前,一位汤阴县的患者脑出血手术两次,瘫痪在床生活不能自理,经康进忠中西医结合治疗,配合针灸、中药鼻饲、推拿按摩等综合疗法,病情逐渐有了起色,但因家庭负担太重决定回家康复。临行前,康进忠给患者制订了一整套治疗方案,并坚持电话联系亲自为患者调药,鼓励

患者坚持服中药汤剂治疗。10个月

后,病情好转的患者在家属的陪同下来到病房前,感谢康进忠的救命之恩,这一幕大家都为之感动。这不仅源自于康进忠的高超医术、更深刻体现出他精诚为医的博大情怀。

“能为患者解除痛苦,得到患者的真心赞扬和信赖,是我身为医生的责任。”康进忠说。作为一名中医人,他将尽己所能,把自己掌握的知识传授给年轻一代医生,更好地守护人民群众健康。

展示风采迎盛世 最美夕阳颂党恩

殷都区老年体协组织开展展演活动喜迎党的二十大

本报讯(记者 张武杰 通讯员 张银涛)连日来,在殷都区老年体协组织下,全区各专项委员会、活动站点围绕“展示风采迎盛世,最美夕阳颂党恩”的主题,开展了形式多样、丰富多彩的展演活动。

辖区农村社区、广场、公园到处充满欢声笑语,广大老年朋友以饱满的精神状态进行了热情洋溢的表演。

殷都区贞元广场健身操队、洹河之畔舞蹈队、太行西区舞蹈队、安钢鼓韵艺术团、小树林快乐健身队、同乐健身操舞队、北流寺快乐

姐妹舞蹈队、街心公园旗袍队、晶华舞蹈队等下沉基层,通过合唱、健身操、舞蹈等丰富多彩的文艺形式,为群众送上充满时代气息的视听文化盛宴,赢得在场观众的热烈掌声。

此次活动,广大老年朋友唱出了辉煌新时代的幸福生活,舞出了最美夕阳的精神风貌,充分彰显了银发爱党爱国的深情,坚定了老年人感党恩、跟党走决心,以良好的精神风貌和爱党爱国的具体行动迎接党的二十大胜利召开。

文艺演出歌颂党 营造良好文化氛围

北关区解放路街道开展老年人文艺活动

本报讯(记者 张武杰 通讯员 卢志芳)为激发广大党员和群众的爱党爱国热情,日前,北关区解放路街道举办了“喜迎党的二十大,奋进新征程,永远跟党走”老年人文艺演出活动。

整台演出节目丰富、编排新颖,不仅有歌曲联唱、现代舞、诗歌朗诵、快板等传统节目,还有回顾革命先烈伟大精神的情景剧以及反映党员干部担当作为的手语舞蹈等创意节目。演出最后,全场齐声高唱《没有共产党

就没有新中国》,充分抒发颂党恩、听党话、跟党走的坚定决心。此次文艺演出通过歌、舞、戏曲、走秀等多种表演形式,表达了党员群众对中国共产党的热爱、感恩及祝福之情,不仅是党员群众爱党、爱国的深情展示,也是一次面向辖区党员群众的爱国主义教育,充分调动了居民在精神文明创建中的积极性,进一步丰富了辖区居民的精神文化生活,为喜迎党的二十大营造了良好的文化氛围。



图说新闻

6月29日下午,市卫健委在文峰区文竹苑社区开展了打击整治养老诈骗专项行动和急救互救知识宣传进社区活动。

活动现场,市卫健委工作人员向该社区中老年居民代表赠送了养老防诈骗和健康知识礼包50余份,内有养老防诈骗宣传册、团扇和《安阳市民健康素养手册》等。

市卫健委专门邀请急救专业人员为社区居民讲解了急救互救知识并进行了现场实操演示,并邀请居民代表现场进行实操体验,在炎炎夏日为社区居民送去安全健康关爱,提升了居民的急救互救能力。

(牛志东 摄)



7月8日上午,市委老干部局银龄志愿服务队一行40余人,到北关区民航路街道三磊小区开展文化送基层活动。

活动现场,银龄志愿服务队队员表演了舞蹈、合唱、独唱、豫剧、快板书、诗朗诵等,节目内容丰富、形式多样,为居民送去了一场消夏文化大餐。

(刘福顺 摄)

● 专家话健康

暑假,防控“小眼镜”不容忽视

□ 金书红

“这段时间,我的孩子经常眯起眼睛看东西,频繁眨眼、揉眼睛、皱眉、拉扯眼角,经常歪着头看物体……”前不久,一位家长带着孩子到市眼科医院问诊,笔者用仪器检查,发现这个孩子的眼睛属于早期近视,像这样的“小眼镜”现象,当下极为普遍。

教育部大数据监测显示,2021年上半年,因为学生在家上网课和电子设备的进一步普及,2021年上半年学生近视率比2020年年底增加了11.7%。其中,小学生近视率增加了15.2%,初中生近视率增加了8.2%,高中生近视率增加了3.8%。一组组严峻的数据再次给儿童、青少年视觉健康敲响了警钟。

时下,为何“小眼镜”越来越多?造成“小眼镜”居高不下的原因有多种,遗传和环境因素已被证实与近视有关。而环境因素是我们方便可行、可以人为干预的因素。环境因素

包括:近距离用眼、较少户外活动等,都可能诱发近视。

德国图宾根大学眼科研究所专家弗兰克·舍费尔介绍,多项研究显示,儿童、青少年如果在亮度低于室外的封闭房间内长时间近距离用眼,近视的风险将明显增大。日本眼科医师协会也提出,长时间看书、写字、看电视等近距离用眼行为,是导致儿童近视增多的主要原因。

目前,学校强化儿童、青少年近视防控,做课间眼睛保健操,开展各类体育活动。可暑假期间,不少学生放松了眼睛健康保健。有不少家长在思想上也存有误区,总认为防控近视是孩子的事,是学校的事情,其实家长也责无旁贷。

近年,随着儿童过早过多地接触手机、平板电脑等电子产品现象的增多,儿童近视率也有所增加。更多的孩子被手机、电视等丰富有趣的内容所吸引,长时间观看,无形中减少了

很多户外活动的时间,增加了成为“小眼镜”的几率。简而言之,现代化生活环境加剧了近视问题。

如何呵护眼睛,才能有效预防近视、避免成为“小眼镜”的一员呢?作为一名有着20多年工作经历的眼科医生,笔者认为,呵护孩子的眼睛应坚持科学用眼,其中包括:1.保持正确学习姿势,读写姿势要保持“三个一”,即“一寸一拳一尺”,握笔手指距离笔尖一寸、身体距离书桌约一拳、眼睛距离书本约一尺(30cm)。2.科学用眼时间,每堂课时应控制在45分钟以内,每次使用电子产品或书本读写时间不超过半小时,应进行活动性休息至少10分钟,避免眼睛疲劳。3.良好的阅读习惯,避免走路、吃饭时,或在晃动的车厢内看书、写字。4.关注读写环境及光线调节,如合适高度的桌椅板凳、室内照明状况。5.增加户外活动,儿童每天应有2小时左右的户外活动时间,还可以安排羽毛球之类的

运动,让孩子通过打球变换眼球焦距。6.定期检查视力,一旦发现孩子看东西时出现习惯性眯眼、揉眼,喜欢近距离视物或歪头视物等相关症状,应及时到正规医院验光,并定期检查,根据视力变化情况及时更换镜片。佩戴合适度数的眼镜可以使眼睛不容易疲劳,从而减缓近视的发展速度。

对于儿童、青少年的近视问题,我们应当尽量做到“四早”,即早筛查、早诊断、早干预、早治疗。尤其是暑假期间,家长更应提醒孩子在学习期间要定时做眼睛保健操,注意用眼卫生,同时引导孩子参加打球、跑步等户外活动。

应对“小眼镜”问题,需要个人、家庭、学校、医院、政府及社会各方面的积极参与,形成一个防治体系,集体努力预防儿童、青少年近视,给孩子一个光明的未来。

(作者为市眼科医院主任医师)

文体联欢会演 展现银龄风采

汤阴县委老干部局、汤阴县老年体工委联合汤阴县文广体旅局举办文体大联欢会演

本报讯(记者 张武杰 通讯员 李媛媛)日前,汤阴县委老干部局、汤阴县老年体工委联合汤阴县文广体旅局,举办了银龄展风采老年人文体大联欢会演,吸引了该县城关镇文化站、精忠太极拳、群英文化艺术团等5支代表队的80多名老年文体爱好者参加。

旗袍秀、情景剧《绣红旗》、豫剧《朝阳沟》选段、体育竞技手杖操展现了新时代老年人积极向上

的生活态度和精神风貌,赢得了现场观众的阵阵喝彩。

本次老年人文体大联欢会演讴歌党的光荣历史,赞颂党的光辉业绩,展现了汤阴县老年人奋发向上的精神风貌,抒发了广大老年人热爱党、感恩党、跟党走的激情,调动了全县人民参与全民健身的积极性,努力开创汤阴老年体育事业新局面,让该县老年体育工作再上一层楼。

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