

## 市人民医院联合潞州分院开展脑卒中防治健康巡讲活动

## 健康生活 从远离卒中开始

本报讯 记者黑晓晓报道:脑卒中俗称“中风”,是一种急性脑血管疾病,是由于脑部血管突然破裂或因血管阻塞,导致脑组织损伤的一组疾病。为普及脑卒中相关知识,提高广大群众健康科学素养水平,降低卒中的发病率、死亡率、残疾率和复发率,全方位全周期的保障群众身体健康,做到早发现、早预防、早治疗,近日,长治市人民医院神经内科麻春林团队联合潞州分院神经内科牛海雁团队,以及内一科张艳莎护理团队,来到潞州区马厂镇卫生院开展了医护人员卒中防治基层健康巡讲活动。

活动现场,村民们积极参与,专家们凭借丰富的临床经验和深入浅出的讲解方式,向村民朋友普及了脑卒中的定义、常见类型(包括脑梗死和脑出血)、高风险因素以及如何通过健康的生活方式来有效预防中风的发病。

同时,专家们强调,早期识别中风征兆至关重要,还现场教授了大家简便易记“中风120”识别方法,帮助村民快



村民认真听专家讲解脑卒中健康知识。本报记者 黑晓晓 摄

速识别中风症状并及时就医,大大降低了因延误治疗而导致的严重后果。随后,专家团队在马厂镇卫生院进行了现

场义诊,专家们热情接诊,认真询问就诊村民的病史、了解病情,耐心解答村民提出的问题,并针对检查发现的健康

问题为村民提供详细的治疗方案。现场交流互动频繁,极大地增强了村民们的健康防护意识和自救互救能力。除此之外,专家们还针对村民平时的生活习惯提出了一系列建议,如合理膳食、适量运动、戒烟限酒、控制体重等。本次活动赢得了在场村民的一致好评,参加的村民纷纷表示这样的活动非常有意义,真切体会到了“人民医院为人民”的含义。

据了解,此次开展的健康巡讲活动已陆续走过六个乡镇卫生院,通过广泛宣传脑卒中防治知识,切实提高了广大群众对脑卒中防治重要性的认识。多年来,长治市人民医院潞州分院基层健康巡讲以人民健康为中心,以满足人民群众多层次、多样化医疗需求为出发点,持续深化基层医疗卫生事业建设,紧密统筹集团内的优质资源,构建省市区乡村及社区五级联动,不断推动优质医疗资源进入群众生活,“零距离”为人民群众生命健康护航。



## 健康简讯

## 我市针灸临床职业技能竞赛成功举办

## 精英齐聚 同台竞技显功底

本报讯 针灸是中医药体系中不可或缺的重要组成部分,不仅需要系统的理论知识,更需要丰富的实践经验和精湛的操作技艺。为进一步推动中医药强省、中医药强市战略实施,落实我市中医药传承创新发展示范试点项目,提高全市医疗机构中医服务能力和水平,近日,我市针灸临床职业技能竞赛成功举办。来自全市医疗机构中医针灸“战线”的百余名精英齐聚一堂,比理论、赛实操,在竞技中寻找差距,提升技能。

据了解,本次竞赛由长治市卫生健康委员会、长治市总工会主办,长治市针灸学会、长治市中医研究所附属医院承办,赛程为期一天。本次大赛由六位山西省知名针灸专家

担任评委,采用盲评“背靠背”方式,全程接受监督。竞赛项目分设“理论知识笔试”和“针灸临床实践技能操作测试”。经过一天的激烈角逐,比赛最终评选出优秀组织奖10个,个人一等奖1名,二等奖2名,三等奖3名,优秀奖10名。

针灸临床职业技能竞赛是我市卫生健康系统职业技能竞赛的重要组成部分,是选拔中医针灸人才、推动全市中医药事业高质量发展的务实举措。

此次针灸临床职业技能竞赛的成功举办,不仅是对我市中医针灸行业的一次深度检阅,也是对针灸技艺传承与发展的一次有力推动。(程方)

## 和济医院组织开展应急演练活动

## 以演促练 守好“健康之门”

本报讯 夏季是传染病活动的高峰期,为了提升医务人员对特殊感染事件的应急处置能力和急救技能,科学规范诊治流程,切实保障医患安全,近日,长医附属和济医院感染管理科医护人员联合预防保健科、医务科、护理部、保卫科等医护人员,在该院急诊科开展了不明原因传染病患者处置的应急演练活动。

演练开始,在急诊科主任和护士长指挥下,急诊科医生、护士分工明确,在各自岗位上进行了各环节的演练。演练中,分别从预检分诊发现可疑传染病患者、发热门诊转诊轻症患者、危重患者隔离诊室就地抢救,到上报感染管理科、应急预案启动,再到医护人员按要求做好个人防护对患者进行专业救治、院内检查时多部门协调配合、转运过程中安保人员对转运路线秩序维护,以及疾病诊断后传染病上报、环境物表清洁消毒、医疗废物处置等一系列流程进行了模拟演练。

演练过程流畅顺利,按应急预案及疾病诊治流程严格进行。不论是医护人员,还是参与演练的安保和保洁人员,对每一个环节、每一个细节均能按要求去完成,使在场观摩的医护人员从演练中掌握和学习了对不明原因传染病的应急处置流程。

本次演练,既是演习,又是一次现场培训,也是对医院临床诊疗能力、后勤保障能力、协同作战能力的一次检验,体现了团队协作的优良传统,明确了不同职能部门、临床科室的岗位职责,提高了行政后勤及医务人员应对各类突发传染病的处置能力。在今后的工作中,该院将继续高质量推进“医防协同”“医防融合”,守好“健康之门”,在传染病诊疗救治、监测检测、教育培训、科研创新、应急演练等一体化方面进行积极探索,持续提升传染病防治水平和应急处置能力,为保障人民群众身体健康提供坚实支撑。(李艳)

## 市精神卫生中心圆满完成实习生临床技能考核工作

## 医教联合 助力医学人才培养

本报讯 记者黑晓晓报道:近日,长治市精神卫生中心对长治医学院2019级精神医学专业六名实习生进行了临床技能考核。

通过本次考核,使实习生进一步加深了精神科接诊流程,熟悉了精神科常见病如精神分裂症、双相情感障碍、抑郁障碍的诊治,树立正确的临床思维和工作方法。通过这种开放式考核模式,可以更好地将实习生所学的理论知识与临床实际相结合,巩固和加深对书

本知识的理解,进一步提高判断、处理和解决临床实际问题的能力,不仅拓展了实习生的视野,还为他们从事精神科临床工作夯实了基础。

多年来,市精神卫生中心既重视理论教学,又狠抓临床技能培养,把培养优秀医学人才作为职责和使命。此次临床技能考核旨在全面检验实习生在临床实践中的理论知识和技能水平,确保学生尽快满足和适应岗位要求,也是学生们入职精神医学行业最重要的一步。

## HIV在体外的存活时间有多久

HIV(艾滋病病毒)在人体外的生存能力很差,它对热、干燥、以及常用的消毒剂都很敏感。

艾滋病病毒存活的时间与其所处的环境有关。存在于血清、血浆等含有机体液体中的病毒,在室温20℃~22℃条件下,感染活力可持续14天~28天;当温度上升到55℃,30分钟就可灭活艾滋病病毒;60℃~70℃加热10分钟、75℃以上加热5分钟,也可使其灭活。一般情况下,温度越高,病毒存活时间越短。但是在超低温状态下(-70℃~-196℃),艾滋病病毒的感染活力可长达数月甚至数年。

艾滋病病毒对干燥也很敏感。在干燥条件下,10~20分钟,艾滋病病毒就会死亡。例如,含有艾滋

病病毒的血液于室温下放置14天后,其中的病毒可能仍然存活。可一旦血液暴露在外逐渐干燥或加热到75℃以上时,艾滋病病毒很快就会死亡。

对于被艾滋病患者血液或体液污染的物品或物品表面,使用一些常见的消毒剂,比如50%~70%乙醇溶液、0.2%~0.5%次氯酸钠溶液、0.3%~0.5%双氧水或0.1%家用漂白粉等处理10~30分钟,就可使物品上的病毒灭活。

日常生活中,对被艾滋病病毒污染的物品(如衣物),用煮沸20分钟的方式和晾晒的处理办法也可有效地将病毒灭活。只要使用了正确的消毒方法,这些被艾滋病病毒污染的物品就不会再造成病毒的传播。