

入选中国近视防控能力建设联盟骨干成员单位

和济医院深耕眼科领域结硕果

本报讯 记者王敏 通讯员张从容报道:10月11日,儿童眼健康管理会暨中国近视防控能力建设联盟(简称CAMP联盟)评审交流会在河南郑州顺利举行。会上,经过CAMP联盟严格规范的多轮审查与综合评估,长治医学院附属和济医院眼科凭借过硬的专业实力与在近视防控领域的突出贡献,成功入选“中国近视防控能力建设联盟骨干成员单位”。这一荣誉不仅是国家级平台对该院眼科专业水平的高度认可,更标志着该院在区域近视防控工作中迈出了关键一步。

为积极响应健康中国战略,扎实落实国家近视防控政策,国家眼部疾控临床医学研究中心于2024年11月牵头成立中国近视防控能力建设联盟。该联盟以健康中国战略和近视防控工作要求为核心指引,致力于构建覆盖广泛的眼健康医疗服务网络,重点提升基层医疗机构眼健康服务能力,从而推动国家近视防控整体目标落地,助力持续降低儿童青少年近视发生率,为青少年视觉健康筑牢防护屏障。

长期以来,长治医学院附属和济医院眼科始终深耕近视防控

领域,通过不断优化诊疗流程、提升技术水平、加强科普宣传等方式,为儿童青少年眼健康保驾护航。此次成功入选CAMP联盟骨干成员单位,对该院而言既是荣誉,更是责任。

今后,该院将以此为契机,进一步强化眼科医疗技术创新与服务能力建设,聚焦儿童青少年近视预防、筛查、干预等关键环节,提供更优质、更精准、更便捷的眼健康服务,切实履行守护儿童青少年视觉健康的社会责任,为推动区域近视防控工作高质量发展贡献更大力量。

市中医研究所附属医院举办刮痧体验活动

学中医明原理 用技法解疾忧

本报讯 记者黑晓晓 通讯员索智慧报道:10月12日,第23期“李氏砭法公益互刮会”活动在市中医研究所附属医院教学分点顺利开展。本次活动由广东省护士协会砭法分会主办、市中医研究所附属医院承办,以“手执砭法,痧解健康”为主题,旨在通过沉浸式中医刮痧体验,帮助更多人了解并掌握实用的中医保健技能。

活动伊始,公益负责人雷丽芳老师围绕中医经络理论、刮痧手法、禁忌症以及工具使用等核

心内容展开讲解。她深入浅出地梳理了刮痧的历史渊源,详细阐释其保健原理与操作要领,纠正了“刮痧仅为出痧”的认知误区。

理论讲解结束后,在实操环节,杜洁梅老师进行了手法示范,从持板姿势、角度力度控制,到关键穴位定位,逐一进行细致指导,确保学员掌握标准化操作要点。随后进入最具温度的“互刮”环节,学员们两两一组,互为“理疗师”,将刚学到的理论知识转化为实践操作,在亲手体验中感受中医砭法的独特魅力。

此次活动不仅为群众搭建接触、学习中医砭法的便捷平台,更以“理论+实操”的形式,让专业中医保健知识变得通俗易懂、可学可用。“这样的公益活动既实用又暖心,对我们有很大的帮助。”参加活动的李阿姨说。

今后,市中医研究所附属医院将进一步发挥自身在中医诊疗与健康科普领域的资源优势,围绕群众需求持续拓展活动内容,逐步引入中医推拿、艾灸养生、中药膳食指导等更多实用项目,让中医健康服务覆盖更多人群。

工业放射:看不见的风险,看得见的防护

在现代化工厂的生产与质检环节中,放射技术扮演着不可或缺的“好帮手”角色,其应用广泛且成效显著。它能通过无损检测精准排查产品内部的裂缝与缺陷,在不损伤物品的前提下保障质量。同时,可高效完成厚度测量、重量称重等关键工序,还能为医疗器械提供可靠的消毒处理,从多维度提升了工厂的工作效率与产品品质。

然而,这个高效“帮手”背后潜藏着易被忽视的风险。放射技术所依赖的电离辐射(放射线)具有不可见性,若防护措施不到位,不仅会直接威胁现场工作人员的身体健康,还可能对周边环境造成潜在危害。因此,充分掌握放射防护知识、扎实做好放射卫生工作,既是保障人员安全与环境稳定的关键,也是确保放射技术在工厂中实现安全高效应用的前提,其重要性不言而喻。

一. 辐射对人体的危害

辐射会直接破坏我们身体细胞里的东西(如DNA),或者先作用于体内的水分子,产生有害的“自由基”,再去破坏细胞。

短时间受到太多辐射,会得“急性放射病”(恶心、呕吐、拉肚子、抵抗力下降等)。长期接触或接触过量,会大大增加得癌症(如白血病、甲状腺癌、肺癌)的风险,还可能影响生育能力(不孕不育、胎儿畸形等)。

二. 三招防护原则

对付看不见的辐射,以下三招最管用。

1. 时间防护 越快越好

受到的辐射伤害与接触辐射时间的长短有直接的关系,时间越短,伤害越小。

怎么做 提前计划好工作,操作熟练,不磨蹭,做完立刻离开辐射区域。比如探伤操作,如果动作麻利,把时间减半,受到的辐射伤害理论上也能减半。

2. 距离防护 离得越远越安全

辐射强度会随着距离增大而急剧下降(距离增加一倍,辐射强度会降到四分之一)。

怎么做 操作时尽量远离放射源,能用长柄工具就别用手直接靠近,能用遥控操作最好。保持安全距离,是最简单有效的方法。

3. 屏蔽防护 用“墙”挡起来

不同射线选择用不同的材料遮挡。

α射线:很弱,一张纸或皮肤就能遮挡住。

β射线:用有机玻璃、薄铝板进行遮挡。

γ射线/X射线:穿透力强,需要用厚实的铅板、混凝土墙、钢铁等重材料进行遮挡。

怎么做 固定防护:在辐射设备和工作区周围建防护墙(比如铅房和混凝土墙),工作人员在墙后操作;个人防护:操作人员要穿特制的含铅防护服、戴铅帽、铅眼镜、铅手套等。

三. 具体防护措施

工作场所

必须有醒目的辐射警告标志和中文说明;

划分控制区和监督区;

进入控制区的工作人员,必须戴好个人剂量计(记录自己总共受了多少辐射)、个人剂量报警仪(辐射超标会报警)以及便携式辐射测量仪(随时看现场辐射高低);

定期检查工作场所的辐射水平。



健康动态

市人民医院举办血液净化专科培训

授理论练实操 传帮带强技能

本报许 为切实助力区域医疗服务水平提升,近日,市人民医院肾脏内科透析室精心组织了一场血液净化专科培训。来自屯留县人民医院、沁县沁州医院、平顺县人民医院等县区医疗机构的16名医护人员齐聚一堂,共同参与此次针对性培训,为提升基层血液净化诊疗能力充电蓄力。

作为山西省血液净化专科培训基地,市人民医院肾脏内科凭借扎实的学科实力与丰富的教学经验,充分考虑到参训学员来自不同县区、专业基础存在差异的特点,量身定制了“理论授课+实操训练+临床带教”三位一体的教学模式,从多维度保障培训质量与学习成效,确保每位学员都能学有所获、学以致用。

培训过程中,各环节紧密衔接、重点突出。在理论授课阶段,讲师围绕血液净化核心知识体系进行系统讲解,为学员筑牢专业基础;实操训练环节,培训聚焦透析机操作、穿刺技术、应急处理等临床关键环节,带教老师全程在场指导,针对学员操作中的偏差及时纠正,手把手帮助学员夯实基本功;临床带教阶段,学员深入医院各护理单元,全程参与患者评估、治疗执行及健康教育等实际工作,在真实临床场景中锻炼临床思维,有效提升独立开展工作的能力。

市人民医院透析室作为集医疗、教学、科研于一体的现代化血液净化中心,多年来,始终秉持“精益管理、人文关怀、教学相长”的核心理念,致力于打造高质量的专科护士培育基地,为基层医疗输送优质人才。今后,该院肾脏内科将继续发扬“传帮带”精神,不断优化培训体系、丰富培训内容、扩大覆盖范围,持续为基层医疗机构培养更多“技术过硬、心中有爱、患者信赖”的血液净化专科人才,以实际行动助力区域血液净化护理事业高质量发展,为守护群众健康贡献力量。

(马海芳)

个人防护

必须戴好个人剂量计,定期送去检查记录;作业时穿戴好防护装备,铅衣、铅帽、铅眼镜、铅防护手套等,能有效屏蔽辐射;

进行移动探伤等作业时,必须再加戴个人剂量报警仪。

设备管理

定期检查、保养和校准放射设备,保证它状态良好;

若设备出现问题,必须立刻停止使用,且马上修理;

管好放射源,建立详细的台账,严格遵守安全规定。

四. 万一出事了怎么办?

提前准备:工厂必须有详细的辐射事故应急预案(谁负责、怎么做、怎么救、怎么防护),并定期演练,让大家都学会用。

事故发生时:现场人员立即停止工作——迅速撤离到安全地带——马上报告领导和安全监管部门。

如果有人受到辐射照射,尽快送到有条件的医院救治;如果设备被放射性物质污染了,及时进行去污清洗。

工业放射技术很有用,但“辐射风险”实实在在。时间防护、距离防护、屏蔽防护这三部曲是安全的基石,环环相扣,缺一不可。只有掌握安全防护知识,遵守安全规定,才能让这个“隐形帮手”在工业领域安全、高效地工作,保护好每一位工作人员的健康和公共卫生安全。

长治市卫生健康委员会



长治市疾控中心(长治市卫生监督所)宣