

以科普及惠民生 以专业践初心

第八届周口市健康科普技能大赛市级决赛举行

本报讯(记者 杜莹莹)4月14日,第八届周口市健康科普技能大赛市级决赛在周口市中心医院文昌院区举行。

本次大赛由市卫生健康委、市科技局、市总工会、市科协主办,市疾控中心、市中心医院等单位承办,旨在深入推进健康周口建设,落实全民健康素养提升行动相关要求,同时为省级赛选拔优质科普作品和人才。

来自全市卫生健康系统的73个团队齐聚一堂,将专业医学知识转化为通俗易懂的科普内容,以丰富多样的形式传播健康理念,展现了周口医务工作者科普及惠民、守护健康的责任担当。

比赛通过线上平台同步直播,吸引众多市民观看学习。市卫生健康委相关负责人在开场致辞中表示,健康科普是提升全民健康素养最直接、最有效的途径,希望通过比赛激发更多医务工作者投身健康科普事业,把实用的健康知识送到群众身边,筑牢全民健康屏障。

大赛紧扣群众健康需求,设置了爱国卫生和健康生活方式、妇幼保健、中医药养生、慢性病防治、传染病防控等15个主题,覆盖公众关注的多个健康领域。选手们围绕《中国公民健康素养——基本知识技能(2024年版)》相关内容,针对常见健康误区、疾病预防、养生方法等进行生动阐释,让健康知识易于理解、贴近生活。

决赛现场气氛热烈,个人演讲和情景表演交替进行。演讲者结合临床实践,围绕常见病防治、急救技能等话题,深入浅出地讲解医学知识。舞台表演类节目则通过剧情演绎、歌舞穿插等形式,把专业内容融入轻松情节,有效提升了科普的感染力和接受度,现场掌声不断,线上互动踊跃。

“我们把工作中群众最关心、最常问的健康问题,精心编排成科普节目,就是希望让知识听得懂、记得住、用得上。”郸城县中心医院选手杨芳芳表示,临床诊疗和健康科普同样重要,大赛也为全市健康科普人员提供了宝贵的交流平台。另有

选手表示,今后将把比赛中的收获运用到基层服务中,当好居民健康的“宣传员”。

赛事邀请省级健康科普专家进行现场点评。专家充分肯定了选手们的专业水平和科普创作能力,并对进一步提升科普作品质量提出建议。

本次大赛为全市健康科普工作搭建了展示和交流的平台,优秀作品将被推荐参加省级比赛,获奖选手也有机会入选市级健康科普专家库。市卫生健康委负责人表示,将以此次赛事为契机,持续壮大科普人才队伍,创新传播形式,推动优质健康科普资源向基层延伸,让健康知识融入百姓生活,为推进健康周口建设奠定坚实基础。②10



我市9家医院入选省首批县级慢阻肺防治中心名单

本报讯(记者 李鹤)近日,河南省卫生健康委正式发布《关于命名县级慢阻肺防治中心(第一批)的通知》,我市9家医院凭借过硬的综合实力和规范的防治体系,成功入选河南省第一批县级慢阻肺防治中心名单。

慢阻肺的全称为“慢性阻塞性肺疾病”,是我国常见的慢性呼吸系统疾病,具有高患病率、高致残率、高死亡率的特点,是威胁居民健康的重要公共卫生问题。

据了解,此次入选的9家医院为:周口市人民医院、项城市第一人民医院、太康县人民医院、周口市第一人民医院、郸城县人民医院、鹿邑县人民医院、沈丘县人民医院、西华县人民医院、扶沟县人

民医院。成功创建省级防治中心意味着这些医院在慢阻肺的早期筛查、规范化诊疗、肺康复训练、健康管理和双向转诊等方面具备了更完善的服务能力和技术体系,能为周边地区群众提供更加标准化、规范化、同质化的呼吸系统疾病诊疗服务。

项城市第一人民医院相关负责人表示,医院将以此为契机,严格按照省级慢阻肺防治中心的建设标准和要求,持续加强学科建设,优化服务流程,提升医疗服务内涵质量。同时,充分发挥中心的示范引领和辐射带动作用,推动“防、治、管、康”全链条服务体系的深度融合,切实降低慢阻肺的发病率和死亡率,提高患者的生活质量。②10



4月11日,河南科技职业学院联合周口市中心血站组织开展无偿献血活动。图为活动现场。

记者 史书杰 摄



提升防控能力 守护群众健康

本报讯(记者 杜莹莹)4月10日,周口市疾控中心(周口市卫生监督所)召开2026年全市传染病防控和卫生应急工作技术培训会。

会议总结了2025年度全市疾控中心传染病防控和卫生应急工作情况,系统部署了2026年重点工作任务。培训内容主要包括:传染病监测预警实践和省级统筹信息平台的应用,全市传染病疫情趋势分析,布鲁氏菌病、狂犬病、新型冠状病毒感染、发热伴血小板减少综合征等重点传染病的监测和防控策略,以及周口市致病微生物网运行、腹泻病综合监测和重点传染病实验室检测技术。

会议明确,下一步将聚焦六大重点持续发力:一是深入推进依法防控;二是持续提升监测预警能力;三是持续提升风险评估能力;四是持续提升流行病学调查能力;五是持续提升应急处置能力;六是持续提升检验检测能力,做好联防联控、多病同防等传染病防控工作。

市疾控中心相关负责人表示,此次培训进一步明确了2026年全市传染病防控和卫生应急工作重点和任务,有效提升了全市传染病防控、监测预警和卫生应急工作水平,为全市传染病防控和卫生应急工作再上新台阶奠定了坚实基础。②10

市中心医院

连续四年公立医院“国考”获佳绩

本报讯(记者 普淑娟)近日,2024年度全国三级公立医院绩效监测结果公布,周口市中心医院连续4年获评A等级。

据了解,全国三级公立医院绩效监测是国家卫生健康委组织开展的最权威的行业评价,被誉为三级公立医院的“国考”。

近年来,周口市中心医院坚持以“国考”为导向,持续深化内涵建设,建立了覆盖医院全流程的长效管理机制,在学科建设、医疗技术提升、人才队伍建设、医教融合、科技创新、区域医疗中心建设等方面取得了显著成效。本次“国考”成绩是该院高质量发展交出的一份优异答卷,也是医院不断提升医疗服务能力、加强人才队伍和学科建设、提升精细化管理水平、规范优化服务行为的生动体现,饱含着全院干部职工的辛勤付出。

市中心医院相关负责人表示,下一步,医院将紧扣公立医院高质量发展主线,继续秉承“以患者为中心、以职工为中心”的发展理念,不断提升医疗服务水平和综合实力,为广大患者的健康福祉贡献更多力量。②10

市第六人民医院

助患者摆脱失眠困扰

本报讯(记者 李鹤)近日,一位被顽固性失眠折磨长达20年的患者李阿姨(化名),在周口市第六人民医院(周口市精神卫生中心)接受麻醉睡眠诱导治疗,成功摆脱失眠困扰。

据了解,李阿姨深陷“越失眠越用药,越用药越失眠”的恶性循环,精神萎靡,情绪低落。李阿姨到周口市第六人民医院就诊后,该院心理科(睡眠医学科)副主任高战涛结合她的身体状况,为她制定了个性化治疗方案。

治疗过程中,医生向李阿姨的静脉注入特定麻醉药物,并借助实时脑电图监测进行“导航”,精准引导李阿姨进入类似自然深度睡眠的“慢波睡眠”状态。此

旨在缓解患者极度的焦虑和躯体疲劳,为后续心理治疗奠定基础。

医生还通过睡眠限制、刺激控制等技术,纠正患者“今晚肯定又睡不着”等错误认知。在药物选择上,医生通过基因检测评估患者对药物的代谢情况,从而选用更有效、副作用更小的药物。经过系统治疗,李阿姨的睡眠质量得到显著改善。

高战涛解释,麻醉睡眠诱导治疗通过药物精准调控,帮助过度兴奋、无法“刹车”的大脑恢复正常睡眠节律。高战涛提醒,该治疗技术适用于传统治疗效果不佳的慢性失眠患者,需在严格的医疗评估和监护下开展。②10

健康周口

春季校园传染病防护指南

春季气温波动较大,是水痘、手足口病、麻疹等传染病的高发期。做好防病“三步法”,助力师生和家长共同筑牢健康防线。

认清“敌情”

水痘:症状通常为皮肤出疹,新旧皮疹共存,瘙痒难忍,主要通过飞沫或接触传播,潜伏期约2周,需警惕肺炎并发症。

手足口病:症状为手心、足底、口腔出现红疹,常导致拒食、流涎,以接

触传播为主,若出现持续高热、肢体抖动,需警惕重症。

麻疹:早期症状类似感冒,随后耳后出疹,口腔可见柯氏斑,经飞沫传播,传染性极强,易并发肺炎。

严格防控

早发现:家长发现孩子体温达到37.3℃及以上或出现皮疹,应及时报告老师;教师应做好晨午检(一摸体温、二看体征、三问情况)。同一班级3天内出现2例及以上水痘或

麻疹,或5例及以上手足口病,须立即上报。

快阻断:每日用含氯消毒剂擦拭门把手、课桌椅;呕吐物需用消毒粉覆盖30分钟后密封处理;教室课间应保持通风,每次不少于30分钟。

严隔离:水痘患者需隔离至疱疹全部结痂(约2周),手足口病患者症状消失后需居家观察7天,麻疹患者需隔离至出疹后5天。

强免疫:水痘疫苗建议12~18月

龄接种第一剂,4~6岁接种第二剂;EV71疫苗适用于6月龄~5岁儿童,可预防重症手足口病;麻腮风疫苗分别在8月龄、18月龄各接种1剂。

家校协同

教师需每日核查通风消毒记录,督促学生接种疫苗;家长应常备体温计、消毒湿巾,孩子生病时衣物需单独清洗并在阳光下暴晒至少6小时,玩具可在开水中烫煮10分钟。②10 (周口市疾控中心 袁倩)

开栏的话

热血汇大爱,善行暖周口。我市已连续十届荣膺“全国无偿献血先进市”称号,临床用血100%来自爱心捐献。随着医疗需求持续增长,血液保障面临考验,亟待更多爱心人士加入这场生命接力。

为致敬无私奉献精神,传递榜样力量,即日起,周口市中心血站和周口日报社联合推出“周口热血榜样”专栏。我们将走近十位来自不同岗位的献血者,倾听他们的温暖故事,传递互助向善的正能量。

以此号召更多市民参与公益献血,守护生命希望,擦亮城市文明底色。

刘俊良:热血十三载 初心未曾改

□记者 史书杰

十三年,对一个人意味着什么?对90后周口青年刘俊良来说,答案藏在一串数字里:19岁第一次献血,累计献血181次,献血总量达72000毫升——相当于15个成年人全身血液的总和。

近日,记者见到了这位默默坚持献血十三年的年轻人——周口市疾病预防控制中心职工刘俊良。

父母是孩子最好的老师,他们的言行往往在不经意间成为子女成长的灯塔。刘俊良的父母常年坚持无偿献血,在父母潜移默化的影响下,刚刚成年的刘俊良也渴望“做力所能及的事,帮助需要帮助的人”。

说起第一次献血经历,刘俊良至今记忆犹新:2013年暑假,他从周口市中心血站爱心献血屋旁经过,突然萌生了一个念头:将无偿献血作为自己的特殊成人礼。

“我献了400毫升全血,没有觉得不舒服。献完血后,工作人员递给我一本鲜红的献血证,我感到特别自豪。”刘俊良回忆道。

后来他了解到,科学献血不仅无损健康,还能促进新陈代谢。捐献全血需间隔半年,而捐献成分血只需半个月。于是,在捐献三次全血之后,他便坚持捐献成分血,至今累计捐献成分血178次,攒下了一摞献血证。

从郑州到周口,热血从未冷却。刘俊良曾在郑州读大学,毕业后辗转郑州、上海工作。随着父母年岁渐长,

他选择回到家乡,成为周口市疾病预防控制中心的一员。身在医疗卫生系统,他更清楚血液对临床救治的重要意义。

他常向亲友普及献血知识,带动许多人一同加入献血行列。“每每想到自己的鲜血能挽救他人的生命,我就感到无比自豪。”刘俊良说,家人也始终是他坚实的后盾。

一个人的力量或许微小,一群人的温暖却能照亮一座城。回到周口后,刘俊良加入了市中心血站的志愿者微信群。近年来血小板需求上升,血站偶有紧急用血情况,这个群就成了快速对接爱心人士志愿者的桥梁。在这里,他结识了许多长期坚持献血的“前辈”。“大家因共同的信念而相聚,互相鼓励、彼此支持,就像一家人。”他

说。

刘俊良对无偿献血有着朴素而深刻的见解:“一个人的力量有限,但众人同行,爱意可绵延不绝。”未来,他希望能带动更多人伸出手臂,用再生的血液,挽救不可重来的生命。

十三年热血,一份执着的坚守。刘俊良用行动证明:最平凡的坚持,也可以成为照亮别人的一束光。②10

周口热血榜样

周口市中心血站
周口日报社 主办

健康服务热线

健康热线:13949993566 13592285505
18222960521 15538663780
电子信箱:zkrbwsb@126.com

