

抗击疫情·感人故事

周霞：把责任扛在肩上是为了平安回家



周霞悉心照顾患者，为患者送上小礼物。

□ 通讯员 段映辉 文/图

周霞是大理州人民医院眼科护士长，是一名有着25年护龄的护士。2003年非典，才参加工作不久的她就写了请战书，要求到抗击非典的前线，但当时因在哺乳期未能如愿。今年的春节，新冠肺炎疫情席卷了中国大地，看着一批又一批的医护人员支援湖北，她毅然写下了请战书，多次找院领导请战支援湖北。2月17日中午，她接到了支援湖北的通知，将与其他22名医护人员赴湖北支援。“这次，我终于没有遗憾！”临行前她激动地说。为了快速穿脱防护服和利于自我感染的防护，她剪去了齐腰的长发。

到达武汉后的第一天，云南

省第六批支援湖北医疗队召集各组长开会，作为大理州支援湖北医疗队临时党支部书记的她被任命为云南六队的总护士长。疫情当前，责任在肩，她毅然接受了组织上的安排。云南六队有100多名护理人员，大家来自不同地州、不同医院、不同科室、不同岗位，她除了对来自州医院的队友相对熟悉外，对其他人的专业能力和业务水平一无所知。千头万绪，她以最快的速度了解了队员的专业优势和特长，形成了“总护士长—片区护士长—组长—组员”的垂直管理体系。同时，把护理人员分成两个梯队，每个梯队上一周的班，既可以让保证护理质量，又可以保证队员得以充分休息，调整

心理状态。接着和两个片区护士长制定各组工作职责，规范流程及重点环节管理。

为充分做好战前的各项准备工作，她带领大家进行了严格的岗前培训，要求每位队员都要进行穿脱隔离衣、采集咽拭子等操作流程的学习与练习。“我要对战士们负责，必须要保证大家熟练掌握，绝对不能在细节上出差错。”在接管病区前，她夜以继日工作，每天都忙碌到深夜。在与科室进行病区交接工作中，每次都要带领片区护士长深入病房实地考察，了解每个班次的工作内容和流程，不断优化流程，并把优化的工作流程让每位护士知晓。“我要把每个细节都要想到，并做出相应的对策，我不能把我的战友置身于危险当中。”

2月23日，云南六队收到了接管病区的通知。“我是总护士长，我是党员，我先进病房”，这是周霞的坚持。24日6:30，她和六队有100多名护理人员，大家来自不同地州、不同医院、不同科室、不同岗位，她除了对来自州医院的队友相对熟悉外，对其他人的专业能力和业务水平一无所知。千头万绪，她以最快的速度了解了队员的专业优势和特长，形成了“总护士长—片区护士长—组长—组员”的垂直管理体系。同时，把护理人员分成两个梯队，每个梯队上一周的班，既可以让保证护理质量，又可以保证队员得以充分休息，调整

已经是第二天凌晨四点。

接管病区后，为了缓解患者紧张、焦虑心理，周霞与护理团队的战友们在做好各种治疗、护理的同时，还要积极为患者做好心理疏导，通过人文关怀，尽量营造轻松的氛围。“我们把找到的彩纸剪成各种形状，让病人写下最想说的话，把这些心愿卡贴在墙上制作心愿墙，在轻松的气氛中了解患者的心理状态，这样有利于我们制定护理措施。”每一个出院患者，他们都会精心做一张出院健康宣传卡，卡片上写下了出院的一些注意事项和鼓励的话语，小小的卡片上满满的都是护理人员的爱。为了缩短病程，加快病人的康复，在对患者身体状况进行评估后，护理人员还带着患者做呼吸操。

周霞说，因为护理人员多，操心的事也多，总担心她们没做好防护，没保护好自己。又怕她们身体不舒服还要硬撑。所以，在上班前总会唠唠叨叨交代一通：进隔离病房前要检查好防护服，没检查好不准进病房。上班中如果手套破了、护目镜掉了、防护服破了一定要及时按流程处理，打针一定要注意不能扎到自己，下班必须两人一组，互相监督脱防护服，千万不可大意等等。

“我希望在工作上队员们老练，在生活中是她们的大姐姐。我希望所有队员健康、平安，待完成支援任务后带着大家一起回家！”这是周霞的愿望。

祥云县中医医院 “国医在线”APP服务平台上线启用

本报讯(通讯员 陈欣蕊 张君钦) 3月12日，祥云县中医医院“国医在线”APP专属健康医疗公众服务平台正式上线启用，这标志着医院已正式开启应用移动互联网等技术创新和拓展医疗健康服务模式的新篇章，将逐步打造覆盖诊前、诊中、诊后的线上线下一体化医疗服务新模式。

祥云县中医医院实施的医生管理平台，开展线上诊疗服务，包括了线上健康咨询、线上复诊、电子处方、线上缴费、线下药品配送等服务。既为患者提供便捷的医疗健康服务，并以此为平台，传播中医药文化，发挥中医药在治疗和

治未病中的特色和优势，让中医药走进千家万户。

据悉，“互联网+中医药”是顺应大数据发展，与时俱进的重大举措，国医在线APP为医院实现“互联网+中医药”提供了平台，医院将充分利用这一优势，向社会公众提供多层次多样化中医药健康服务需求，打造祥云县中医医院专属移动互联网+中医药品牌。下一步，医院将通过国医在线APP建设运营，实现医院远程互动、健康服务功能，提升医院线上服务能力和水平，展示传播医院相关权威医疗信息。同时，借助线上健康咨询服务窗口，提升医生和医院的品牌影响力。

州医院互联网医院“医学科普”专栏启用

□ 通讯员 张发

“老公，宝宝发烧了，咋办？” “儿子，你帮我问问这个血压计怎么用？”

“老伴我最近这个血压水平有点不稳定，咋回事？” “医生给我开的这个γ干扰试验是个什么东西？”

“最近老是便秘，啥情况？” “你还是在为诸如此类生活中极为常见的问题纠结烦恼吗？百度搜索，不放心；去医院，懒得跑；问同事朋友，回复五花八门，到底该信谁？”

告诉你，谁都不要信，除了医生、护士！那我是不是非得到医院走一趟呢？答案是不用！

日前，州医院互联网医院“医学科普”栏目正式上线，以后遇到这些医学常见问题(疾病相关、健

康教育、用药指导、医学仪器设备使用、母婴知识等)，大家可以先到互联网医院信息平台“大医123”APP内的医学科普专栏查看相关内容。医学科普专栏有文章、直播、视频三大类，所有内容均是州医院医护人员原创，针对广大百姓关心的、有疑虑的问题进行说明和讲解，栏目内容将不断更新和增加。如果相关文章及视频不能解决心中疑问，你还可以向医生发起语音、视频、图文等在线咨询，州医院专业医护团队在线为你解决问题。

获取方法： 第一步：微信搜索“大医123”公众号，关注并登录注册“大医123患者端”； 第二步：打开APP点击下方“医学科普”专栏； 第三步搜索或选择需要查看的内容并点击查看。

健康指南

积极防治结核病 守护健康呼吸

今年3月24日是第25个“世界防治结核病日”，今年的宣传主题是“携手抗疫防肺，守护健康呼吸”。在生产生活中，我们该如何防治结核病呢？

结核病又叫“痲病”，它是由结核分枝杆菌感染引起的慢性传染病。人体除毛发和牙齿外，其他器官系统都可能受到结核菌感染而发病，但结核菌主要侵犯肺部，称为肺结核，肺结核占各种类型结核病的80%以上，是结核病的主要类型。肺结核是长期严重危害人民群众身体健康的慢性传染病。

结核病如何传染

当传染性肺结核患者咳嗽、咳痰、打喷嚏、大声说话等时，含有结核菌的飞沫可经其鼻腔和口腔喷出体外，在空气中形成气雾(或称为飞沫)，较大的飞沫很快落在地面，而较小的飞沫很快蒸发成为“微滴核”，并长时间悬浮在空气中。如果空气不流通，含菌的微滴核被健康人吸入肺部，就可能引起

感染。

结核病的传染源是痰里排菌的肺结核患者。研究表明，一例传染性肺结核患者如果不及时治疗，平均一年将传染10-15个健康人，在人口密集、拥挤、通风不畅环境下，将使更多的人受到感染。共同居住，同室工作、学习的人等都是肺结核患者的密切接触者，更容易受到感染。

肺结核的主要症状

肺结核的主要症状有咳嗽、咳痰，痰中带血、咯血，有的人会有低烧、盗汗、胸痛、食欲差、疲乏、消瘦、呼吸困难等。咳嗽、咳痰两周及以上，或有咯血等其他症状的人，通常叫肺结核可疑症状者。出现肺结核的可疑症状时，要想到自己有可能患了结核病，应主动到当地结核病定点医院(各县市人民医院结核病门诊)进行检查。

一旦被确诊为肺结核，患者要尽早开展正规的抗结核治疗，遵从医嘱，按时服药，定期复查，树立信

心；还要注意休息和加强营养；注意个人卫生，不要随地吐痰，要将痰液吐在有消毒液的带盖痰盂里或将痰吐在消毒湿纸巾、密封袋里，咳嗽、打喷嚏时掩口鼻，尽量减少外出，必须外出时需戴口罩。居家治疗的肺结核病人，应尽量与他人分室居住，保持居室通风，戴口罩，避免家人被感染。

如何预防和控制结核病

要预防结核病，首先要控制传染源；及时发现和彻底治愈传染性肺结核患者；其次是阻断传播途径；对肺结核患者进行住院隔离治疗或居家治疗，对痰液进行消毒处理等；第三是保护易感人群：为新生儿接种卡介苗，密切接触者接受结核病相关检查。另外，要养成良好的卫生、生活习惯：如经常开窗通风、勤洗手、不随地吐痰、锻炼身体、保持环境卫生等。

肺结核一经治疗，通常情况下传染性会很快下降，接受治疗数周后，痰内结核菌将明显减少，对周

围人群已多无传染性。肺结核患者按照规定的治疗方案完成全程，达到治愈标准后，痰中查不到结核菌，就不再具有传染性。

得了肺结核应如何治疗

得了肺结核，如果发现不及时，治疗不彻底，会对健康造成严重危害，甚至可引起呼吸衰竭和死亡，给患者和家庭带来沉重的经济负担。

怀疑得了肺结核，要及时到当地结核病定点医院(各县市人民医院结核病门诊)就诊，如果经检查诊断为耐药肺结核，要及时到大理州第一人民医院感染科治疗。

国家为普通肺结核患者提供免费的全程规范治疗，绝大多数肺结核患者都可以治愈。自己恢复健康，同时保护家人，还可避免传染他人。

(州疾控中心供稿)



3月21日，巍山县南诏镇社区卫生服务中心预防接种台医务人员正在为孩子测量体温。

自2月25日起，南诏镇社区卫生服务中心儿童预防接种门诊全面恢复预防接种服务，为确保预防接种安全、巩固疫情防控成果，中心采取电话(微信)提前预约，确定接种时间段、引导错峰接种、避免人员聚集，对接种者及陪护人健康状况等进行筛查、优化接种流程等措施，在确保疫情防控安全的前提下有序开展预防接种工作，为辖区内适龄儿童健康保驾护航，截至3月24日，累计为辖区内适龄儿童预防接种705针次。

[通讯员 饶国生 摄]

倾听世界的美好，宝宝听力筛查不可少

听力障碍是常见的出生缺陷。据统计，每年出生的新生儿中，双侧听力障碍的发生率在0.1%~0.3%，其中，极重度听力障碍的发生率约为0.1%，即1000名刚出生的婴儿中，有1到3名婴儿是双耳均有听力损失的，其中听力损失达到极重度的有1名。

听力障碍给我们带来的影响是从婴幼儿时期就开始了，我们常说“聋哑”，这个词中“聋”“哑”两个字的先后顺序也提醒我们，先“聋”后“哑”，正常的听力是开口说话的前提。听力正常的婴幼儿一般在4-9个月，最迟不超过11个月就开始牙牙学语，这是语言发育的重要阶段性标志。但是，如果听力不正常，有听力损失的宝宝听不好或听不到语言，就会缺乏足够的语言刺激和良好的语言交流环境，那么就不能在11个月前进入这个非常重要的牙牙学语期。同时，在语言发育最重要和关键的2-3岁内，宝宝就不能建立正常的语言学习途径，最终导致导致既聋又哑，轻者导致语言障碍、社会适应能力低下、注意力缺陷和学习困难等心理

为问题，这些问题都会影响一生。因此，在宝宝的体检项目中，听力筛查尤为重要。

一、什么是听力筛查？

听力筛查是通过耳声发射等电生理学检测，在宝宝自然睡眠或安静的状态下进行快速、无创的检查。(检查有较高的敏感度和特异性)

二、听力筛查的意义

宝宝语言快速发展阶段主要在0-3岁，听力正常的婴儿一般在4-9个月，最迟不超过11个月内进入牙牙学语期。如果听力异常，那么在语言发育最关键的2-3岁内就不能进行正常的语言学习，语言发育的滞后还可影响儿童心理、智力和社会交往能力的发展，给家庭及社会带来沉重负担。

实施听力筛查，能够对大多数听力障碍的宝宝进行早期诊断，进而有效地实现“早发现、早诊断、早干预”，尽可能地降低听力损伤对宝宝的不良影响。

三、听力筛查时应注意什么？

1、受试者要保持安静，婴幼儿可在自然睡眠中测试，幼儿可

使用镇静剂。

2、避免在患有影响中耳功能的疾病时(如感冒、中耳炎等)进行测试。

3、测试前应检查耳部。

四、先天性听障高危因素

1、宝宝是早产儿、低体重儿；

2、母亲孕期有感染史，使用过耳毒性药物；

3、宝宝出生时耳廓和外耳道发育畸形；

4、宝宝有重症高胆红素血症，重度窒息史；

5、父母双方有家族耳聋遗传史；

6、母亲曾多次怀孕，孕期吸烟、酗酒，遭受重大刺激和辐射。

国内外的相关研究结果表明：不管听力损失的严重程度，只要在6个月前被发现，且患儿的认知能力正常，经过干预后，患儿的语言能力基本能达到正常儿童水平。所以，要想宝宝听得好、说得好，新生儿听力筛查非常有必要，且很重要。为孩子倾听世界的美好，家长一定要按时带宝宝做听力筛查！

[大理市第一人民医院 供稿]

大理市第一人民医院到洱滨村开展结对帮扶工作



医院结对帮扶干部走访帮扶户。

阳春三月，暖意融融。为进一步改善结对帮扶对象的人居环境卫生，3月18日，大理市第一人民医院院长李军带领医院“挂、包、帮”结对帮扶干部一行来到到帮

行沟通交流，了解他们生活中存在的困难和急需解决的问题。同时，前来帮扶人员还主动帮助他们打扫房屋卫生、清洁室内环境卫生和个人卫生习惯。经过几个小时的努力，帮扶对象家中焕然一新。帮扶对象孔令壁说：“堂屋门口的垃圾都快堆成小山了，但是我年纪大了，拉不动，清理不了，今天帮扶人员来帮我打扫后，院内变宽敞了，心情也好了不少，谢谢你们！”

大理市第一人民医院在“挂、包、帮”结对帮扶工作中，坚持“关心、关爱”并举，积极引导帮扶对象从改善环境卫生开始，转变自己的生活方式，展现良好的精神风貌，自立自强，以正确的健康认识和良好的身心健康积极走向脱贫的道路。

[张国辉]

扶村——大理市下关镇洱滨村，对结对帮扶对象家中开展居家环境卫生清扫工作。李军院长一行逐一去到结对帮扶对象家中，与他们面对面进

