



# 健康 上饶

JIANKANG  
SHANGRAO

上饶市立医院新院区(三江院区)施工现场

## 立足新起点 护佑健康再出发

### ——探访上饶市立医院新院区(三江院区)建设

本报记者 钟芷涵 文/图

施工车辆穿梭往来,挖掘机轰鸣不息,施工队伍井然有序……在上饶市立医院新院区(三江院区)项目施工现场,忙碌的施工场景勾勒出一幅热火朝天的景象。

据了解,上饶市立医院新院区(三江院区)占地80亩,建筑面积14万余平方米,设置床位800张,机动车停车位1128个,非机动车位1870个。当前新院区主体结构已完成,计划今年年初完工投入使用,届时将设置急诊科、产科、儿科、新生儿科、普外科、骨科、神经外科、胸外科、神经内科、心内科、消化科、肿瘤科、呼吸内科、康复科、眼科、耳鼻喉科、口腔科、皮肤科、泌尿科、重症医学科、手术室、麻醉科、介入科等临床科室以及检验、放射、超声、心电图、内镜、输血辅助科室。新院区设施设备齐全,新老院区服务同质化,将进一步缓解人民群众看病难问题。

“有这么一个三甲医院在家边上,对我们三江居民来讲是件大好事,看病方便。”新院区附近世纪花园社区的居民于路平就感受到了上饶市立医院新院区建设送来的福音,她说道:“感谢政府对我们三江人民的关心,我们的幸福指数不断提高。”

上饶市立医院始建于1951年,是一所集医疗、保健、教学、科研为一体的公立三甲甲等综合医院,是国家卫健委、联合国儿童基金会、世界卫生组织联合授牌的“爱婴医院”。2003年被原江西省卫生厅批准并授牌“上饶市肝胆外科中心”,2008年被上饶市卫健委定为“信州区产科急救中心”,2022年11月18日该院上饶市南丁格尔志愿服务队荣获“全国红十字会模范志愿服务组织”。

几十年来,该院坚持人才兴院战略,先后培养了一批德才兼备的专业型人才,目前已形成结构优化、梯次合理的三级医疗专业人才培养体系。全院在职员工974人,其中正高38人,副高114人,中级326人,还有26名院校聘任教授及副教授。

近年来,为进一步满足人民群众对高品质服务的需求,打造中心城区精品医院,上饶市立医院积极开展高精尖诊疗技



上饶市立医院医生赴上海交通大学医学院附属第一人民医院进修学习

术,如微创外科手术、关节镜手术、心脑血管介入治疗、宫腔镜手术及肿瘤微波消融术等;充分利用综合医疗优势,建立应急响应机制,加大多学科协作力度,成功创建“五大中心”,打通生命绿色通道,更快更专业更全面地提供救治服务,提高危急重症救治成功率。

“我们新院区的建设在功能布局上有了一个很大的提升,

场地更开阔,布局更科学,同时医疗设备也相对更加先进,学科的设置也会更加丰富。”上饶市立医院党委委员、副院长赵超表示,新院区在学科建设、人才梯队、医疗技术、医疗质量和水平等方面都会有进一步提升。能够进一步提升医院的诊疗水平。他说:“我相信我们会向更现代化、更智慧的医院迈进,进一步为上饶人民的健康保驾护航。”

## 广信区第二人民医院成功开展首例宫腔镜手术

本报讯 记者钟芷涵报道:为进一步提升妇科医疗服务能力,更好地满足女性患者就医需求。近日,广信区第二人民医院引进宫腔镜设备,成功开展宫腔镜检查+诊断术,实现了宫腔镜下微创手术的新突破。

患者王女士长期饱受经量增多、经期延长的困扰,此次症状加重,来到广信区第二人民医院就诊,经徐夷霞医生详细询问患

者病史及辅助检查后,收入妇产科住院。根据检查结果,妇产科主任周芝灵带领科室团队仔细分析讨论,从病人年龄、心理状态、术后护理等多方面考虑,决定为患者行全麻下宫腔镜检查+诊断术。在手术过程中,镜下可见宫腔内子宫内膜增厚,呈粉红色,右侧壁可见一大约1.0\*0.5cm红舌状赘生物,立即用中号刮匙沿子宫壁刮匙2周,刮出子宫内膜组织约18g,手术经过顺利,生命

体征平稳,术中出血量约10ml,病人清醒后安返病房。此次手术的成功开展,标志着该院妇产科在微创手术领域取得了新的突破,也意味着该院妇产科整体业务能力和服务水平迈上了一个新台阶。广信区第二人民医院负责人表示,该院妇产科将不断探索、拓展临床新技术、新项目,提高科室整体技术水平和医疗服务质量,为女性患者提供更加优质、便捷的医疗服务。

## 应对呼吸道疾病 做好防护是关键

近期,寒潮接踵而至,各类呼吸道疾病进入高发期。根据健康提示,人群对流感病毒普遍易感,婴幼儿、老年人、孕妇和慢性病患者等人群感染流感后出现严重症状的风险较高。因此,大家应该做好个人防护,正确佩戴口罩、勤洗手,少聚集、适度运动、均衡营养,保持良好的生活习惯。

### 远离烟草、燃料烟雾

大量研究证明,呼吸系统疾病的发生与吸烟关系密切。无论是直接吸烟还是被动接受二手烟,均会对人体的呼吸系统带来极大危害。戒烟是降低呼吸系统疾病发病率的有效手段,有助于延缓上述多种呼吸系统疾病的进程。此外,还须远离烧柴草、木头、木炭所产生的烟雾,使用清洁能源或无污染炉灶时,也要经常通风。

### 出门做好防护

冬季天气寒冷,有些地区还经常出现雾霾。外出穿好保暖衣服,戴好帽子、手套和口罩,避免去人多、拥挤、密闭场所。到人多密闭场所应注意与他人保持至少1米的社交安全距离。尤其在相对密闭或人多的空间停留,如乘坐公共交通工具、乘坐电梯、去医院就诊、进入公共场所时,一定要戴好口罩。

### 接种疫苗

日前,中国疾控中心发布冬季流感疫苗接种健康提示,明确接种流感疫苗是预防流感、降低流感相关重症和死亡风险的经济、有效手段,可以显著减少流感带来的健康危害和医疗机构的诊疗压力,建议积极接种。除此之外,在日常

生活中也应做好保暖防护,戴口罩、勤洗手等预防措施,减少病原体乘虚而入的机会。

### 适当运动

建议大家在气温相对较高的上午9-10点或者傍晚,进行一些能提高心肺功能的运动,如慢跑、太极拳、呼吸训练、八段锦等。如果在运动过程中出现呼吸困难的状况,则应及时就医。

### 补充营养

为提高抵抗力,可适当增加高蛋白、富含膳食纤维的食物摄入,注意膳食均衡,补充营养。

清热食物:菊花、梨、杏仁、甘蔗、桑叶、葫芦茶、百合等食物具有疏风、清热、宣肺的功效,可缓解咽喉干燥、痰黏质黄等症,适用于冬季风热人群养肺、清肺。

驱寒食物:紫苏、生姜、红糖、干姜、桂枝等食物具有疏风、散寒、宣肺的功效,可缓解恶寒发热、痰白稀薄等症状,适用于冬季风寒人群养肺、清肺。

去燥食物:白萝卜、胡萝卜、蜂蜜、麦冬等食物具有疏风、清肺、润燥的功效,可缓解咽喉干燥、痰少而黏等症状,适用于冬季外感风燥人群养肺、清肺。

其他食物:柚子、山药等食物具有健脾、燥湿、化痰的功效;荸荠、莲藕等食物具有清热、化痰、宣肺的功效,冬季适量食用有助于养肺、清肺。

### 温馨提醒:

### 儿童、老人和有基础病患者易出现混合感染

“普通感冒以鼻塞、流涕、喷嚏等鼻咽部症状为主,一般不发热或低热,流感病毒检测为阴性,传染性弱。”上饶市人民医院医生介绍,“流感为流感病毒引起,发热明显,体温可达39℃~40℃,常伴有头痛、全身肌肉酸痛,传染性强,有流行病学史。支原体肺炎患者多为儿童、老年人和免疫力较差的人群,常表现为逐渐加重的干咳、头痛、咽痛,发热程度高低不一,传染性高。”针对不同病原体感染,可通过典型的症状、体征、流行病学史及辅助检查进行鉴别。

医生建议,对于免疫力正常的成年人,可优先选择居家治疗,适当休息、多饮水,发热可使用布洛芬等对症处理,还可以辩证应用连花清瘟等中成药。如果持续高热,甚至出现憋喘、昏迷、抽搐等症状,应及时去医院就诊。

老人、儿童和有基础疾病的患者易出现混合感染,其中两种病毒混合及病毒和细菌、支原体混合感染的情况较为常见。做好预防的同时,大家也可以通过应用三九贴、膏方等中医“扶正”方式来提高免疫力,预防病原体感染。(记者 钟芷涵 整理)



健康教育

本报讯 姜荣芳 记者钟芷涵报道:为进一步保障劳动者健康和合法权益,增强用人单位主要负责人和职业健康管理人员的职业病防治观念,1月9日,江西省职业病防治研究院党委书记汪海、职业病防治院院长时庆华等一行到上饶开展国家职业病防治现场教学和职业健康调研指导工作。

调研期间,汪海一行实地查看了上饶经开区医院门急诊、住院部、健康体检中心等工作开展情况并召开座谈会,就如何提高职业病防治技术、加强人才培养、能力提升、职业卫生、设备配置和职业健康宣教等方面提出了意见和建议。专家组成员还深入职业健康检查重点科室进行现场调研,对开展职业健康检查中的难点和疑点进行指导,组织开展了职业病现场诊断工作现场教学。

此次调研指导,是上饶市职业病防治工作的一次检阅与总结,同时也是一次促进与提升。接下来,上饶市将进一步梳理薄弱环节与短板,积极探索创新工作形式,提升职业病防治工作水平,完善相关工作机制,扎实将职业病防治工作向纵深推进。

## 江西省职业病防治研究院来饶 调研指导职业病防治工作

## 爱心早餐暖人心 免费体检享健康

本报讯 吴青彦 记者钟芷涵报道:“我早上7点就来医院做体检,做完检查后又饿又冷,这份早餐真是大及时太温暖了,真是太谢谢你们了,免费体检还免费送早餐。”来自枫岭头镇井边村的陈大姐开心地医护人员表示感谢。

为了让老百姓切实感受到医疗服务质量提升、就医体验改善的实惠与便利,近日,广信区枫岭头镇卫生院为前来体检的公共卫生服务重点人群提供爱心早餐,营造了良好、温馨的体检环境。

在体检中心,一大早前来体检的老人络绎不绝,除了提供特别定制的爱心早餐,志愿者们还为重点人群提供了全方位暖心陪体检服务。热情细致的检查、贴心周到的叮嘱……温暖感动着在场的每一位老人。

据了解,该卫生院还针对重点人群的常见疾病进行深入研究,并为他们制定了个性化的健康管理方案。该方案充分考虑了老年人及慢性病人群众的生活习惯、家族病史和身体状况等因素,为其健康提供了科学保障。

枫岭头镇卫生院负责人表示,此次爱心早餐活动只是该卫生院贯彻落实“两改善两提升”活动的小缩影。近年来,该卫生院通过改造医院大楼,引进先进设备、打造重点科室、优化住院管理服务、持续改进诊疗流程、加强医疗质量管理、提升医疗技术水平以及强化行业作风建设等举措为群众提供更优质的医疗服务。枫岭头镇卫生院还将不断探索创新服务模式,进一步优化服务流程,持续加大提升医疗技术水平力度,以满足人民群众日益增长的健康需求,奋力打造老百姓心中服务一流的“口碑医院”。

## 医育结合 “托”起乡村幼儿未来

本报讯 记者钟芷涵报道:柔软舒适的地垫、面俱到的防撞墙包、五颜六色的玩具、整齐摆放的绘本……婺源县清华镇公办中心幼儿园拥有了一所现代化的儿童早期发展中心。1月5日,“慧育希望”儿童早期发展中心正式揭牌开放。

据了解,清华镇公办中心幼儿园增设托班,将满足清华镇辖区0-3岁婴幼儿家庭的托育需求,进一步缓解家庭婴幼儿的照护难题,目前已招收幼儿15个。清华镇中心卫生院在园内也相应设立了育儿健康指导站,定期为幼儿进行健康测试、体格检查,提供健康服务。园内配备了一支专业的幼教、保健、保育、营养师团队,本着“一切以孩子为中心”的宗旨,致力于以热心、细心、耐心为家庭提供安全温暖、科学规范的幼儿托育服务。

2023年以来,在中国乡村发展基金会和北京陈江和公益基金会的支持下,婺源县在18个乡镇(街道、园区)公办幼儿园或村(居)委员会创办了18个“慧育希望”儿童早期发展项目点,开展儿童早期发展服务,为家长提供儿童早期发展专业指导,科学干预保护儿童的发展潜力,深受广大群众的好评。

近年来,婺源县始终紧贴群众需求,坚持普惠优先,根据山区县人口少而分散的特点,多方发力,统筹托育服务资源,发挥专业资源集聚优势,支持实施托幼一体化建设,积极鼓励有条件的公办幼儿园开设托班,充分发挥基层医疗机构公共卫生资源优势,倾力医育结合,努力提高服务质量,为婴幼儿家庭提供普惠、安全、优质的托育服务,让群众“托”得放心,“托”得安心。