

告门诊患者书

尊敬的患者朋友及陪护人员:

为优化患者就医流程,给您提供方便快捷的医疗服务,减少在就诊过程中的等待时间,我院自2020年3月24日起,全面实行院内就医“一卡通”服务。请您前来就诊时务必携带本人二代身份证或医保卡,在不收费窗口建卡充值就医。未携带身份证或医保卡的患者,可咨询导医台或收费窗口工作人员办理建卡就医手续。

一次建卡,终身使用。请在充值时根据自己的就医需求进行存费,以免您在就医过程中因费用不足来回奔波。就诊结束后,卡里的余额永远归持卡人支配,既可选择在缴费窗口退费,也可留作后续就医使用。

在我院“一卡通”施行初期,由于信息系统要升级完善,医护人员要适应磨合,如果给您的就医带来不便,敬请谅解。

感谢您的支持与配合!

洛阳市第一人民医院
2020年3月24日

戴口罩的日子里 别让黑眼圈成为焦点

在戴口罩出门的日子里,发暗、发青的黑眼圈格外容易被注意到,给人一种不精神的感觉。有什么办法能减轻黑眼圈呢?一起来听听专家的建议吧。

洛阳市第一人民医院眼科副主任医师王晓霞介绍,眼周皮肤非常薄且布满血管,用眼过度、熬夜或压力大等因素,都会导致眼部血液循环不畅、静脉血淤积,让眼圈看起来发暗、发青。所以要想减轻黑眼圈,应当促进眼周的血液循环。

“我们上学时学的眼保健操,就能派上用场。每天空闲时间,只要洗净双手,随时随地都能做。”王晓霞说,也可以用无名指按压眼眶,尤其是眉头的攒竹穴、眉毛中间的鱼腰穴、眼珠正下方的四白穴,每个穴位按

压5秒,每次做10组。

早上起床后,如果发现黑眼圈严重,还可以准备两条毛巾,一条用热水浸湿,另一条用冷水浸湿或包裹一块冰。先用热毛巾敷眼,再换冷毛巾敷眼,交替几次,然后涂抹眼霜,可缓解静脉血淤积,减轻黑眼圈。

“如果早上时间紧,来不及敷眼,也可以在工作之余,将双手相互摩擦至温热,用掌心轻压双眼,反复3次至5次,促进眼周血液循环,放松眼睛。”王晓霞说。

同时,还要保持规律作息,少熬夜,每天晚上争取10点左右睡觉,睡前用热水泡脚放松一下。如果眼周有黑色素沉着或者合并皮炎,一定要及时到医院眼科就诊。

戴口罩出门,被嘴里的味儿重住了怎么办?

“我戴口罩出门,老闻着自己嘴里有味儿,尤其上班一戴就是几个小时,太难受了。”家住涧西区的刘女士说,她开始以为是刷牙不认真造成的,但好好刷了牙也不行。“只要在家不戴口罩,我就闻不到异味儿了,挺奇怪的。”

洛阳市第一人民医院口腔科副主任医师张剑峰告诉记者,最近有不少人咨询这样的问题,这是因为不戴口罩时,嘴里呼出的气体还没被鼻子捕捉到,就已经消散在空气中了。可是戴上口罩,鼻子和口腔周围形成了密闭空间,就容易闻到自己嘴里的味儿。

那么,口臭是什么原因造成的?该如何减轻或消除口臭呢?张剑峰说,引起口臭的原因较多,可以先对照图表自查一下。

1. 牙缝夹有食物

●解析:有些人饭后不漱口,或者食物嵌塞牙缝后不注意清洁;有些人虽然早晚按时刷牙,但刷得不认真或方法不正确,都会使食物残渣堆积,滋生细菌,导致口臭。

●应对:养成良好的口腔卫生习惯,按照巴氏刷牙法(可上网搜相关视频学习)认真刷牙,每次刷牙不少于3分钟,饭后用不含抗生素的漱口水漱口。

2. 口腔内有牙结石

●解析:牙周炎、牙龈炎等口腔疾病患者的口腔卫生状况较差,易寄生大量细菌和微生物,牙菌斑、牙结石也容易腐化发酵,产生口臭。

●应对:定期清理牙结石,对治疗口腔疾病。此外,还要戒烟限酒、少喝咖啡,对减少牙结石有帮助。

3. 患有胃肠道疾病

●解析:胃肠道与食管、口腔、咽喉相连,如果胃肠道问题长时间存在,易使其在分解食物的过程中产生过多硫化物,导致口臭。

●应对:保持规律饮食,及时检查是否有胃肠道疾病,并接受治疗。

4. 患有鼻炎

●解析:鼻子和口腔是相通的,如果鼻部有厌氧菌感染,鼻腔的脓液分泌物容易流向鼻咽部,久而久之就会产生难闻的气味。

●应对:积极治疗,还可每天用生理盐水清洗鼻腔,或用手指按摩鼻翼根部两侧的迎香穴,缓解不适症状。

5. 血糖控制不好

●解析:如果长时间血糖控制不好,患者体内的丙酮无法及时代谢,累积在肺部,呼吸时会散发烂苹果的味道。

●应对:平稳控制血糖,定期复查。

小贴士

这样吃和喝,可减轻口臭

张剑峰介绍,多喝水可降低唾液黏稠度,在一定程度上减轻口臭,最好养成早晨起床喝一杯白开水的习惯。

另外,茶叶中的茶多酚可抑制细菌的生长和产臭能力,喝茶或嚼茶叶也可帮助减轻口臭,但不建议喝茶饮料。

张剑峰提醒,有口臭的人应保持饮食清淡,不吃或少吃有刺激性和不易消化的食物。比如,葱、姜、蒜等味道重的食物,以及现在大量上市的韭菜、韭黄。“有口臭的人晚饭不要吃太多、太油腻,否则容易消化不良,引起口臭。”



久坐久卧,警惕健康杀手肺栓塞

廉先生今年74岁,每天1个小时的晨练,晚饭后散步成了日常的“必修课”,可近日发生了一件事让廉先生犯了愁,突如其来的胸痛让他寝食难安,于是他来到洛阳市第一人民医院呼吸科就诊,被医生告知得了“急性肺血栓栓塞症、左下肢深静脉血栓形成”,还被下了病重通知书。廉先生怎么也想不明白,自己平素身体挺硬朗的,咋会得这么重的病。经过医生详细地询问病史及缜密地诊断,终于找到“元凶”。因近期廉先生每天除了吃饭,就是躺床上睡觉、看电视,很少下地走动,殊不知,自己的左腿慢慢肿胀,其实已经形成下肢深静脉血栓了,随着血栓的脱落,最终导致肺栓塞的发生。好在廉先生及时就诊,经过医生的精心救治,病情得以逐步恢复,转危为安。

那么,什么是肺栓塞呢?洛阳市第一人民医院呼吸科主任岳莉莉讲:肺栓塞也称肺血栓栓塞,通俗点说,是肺动脉血管内流动的血液内出现血栓,阻塞了肺动脉及其分支,导致肺组织供血障碍而产生相应的临床症状。患者可突发不明原因的胸痛、胸闷、出汗、呼吸困难、咳嗽等,并可有脑缺血症状如烦躁不安、抽搐、昏迷。该病发作迅速,容易误诊、漏诊,发病后需要及时行溶栓和抗凝治疗,病情危重的有生命危险。肺栓塞一般多见于有糖尿病、心脑血管病、癌症、骨折长期卧床的中老年患者,另外手术、血管损伤的患者也较多见。然而,肺栓塞不是老年人的“专利”,肥胖、吸烟、乘交通工具长途旅行、通宵打麻将、久坐久卧的“手机控”一族,都是肺栓塞的潜在高危人群。

岳主任说,肺栓塞一般多见于患有糖尿病、心脑血管病、癌症及骨折长期卧床的中老年人、肥胖、吸烟、长时间坐车坐飞机、通宵打麻将及久坐久卧的“手机控”一族,也是肺栓塞的潜在高危人群。她提醒人们,在室内切勿久坐久卧,当出现胸痛、呼吸困难、大汗淋漓的预警症状时,要及时就医。

(洛阳市第一人民医院呼吸科咨询电话 0379-63992524 0379-69987320)

开门办院 民主理院 人才强院 实干兴院



1910-2020

第一医院

DI YI YI YUAN

■洛阳市第一人民医院主办 ■总编辑:张晓 苗润宏 ■主编:艾金宝 ■电子邮箱:dyyyb2009@126.com ■试刊

市委书记李亚到医学观察定点医院 检查指导疫情防控工作

2月10日,市委书记、市新冠肺炎疫情防控指挥部总指挥李亚轻车简从,亲赴洛阳市发热患者集中留观定点医院(伊滨区思亲医院)看望慰问坚守一线基层党员干部和医护人员,检查指导疫情防控工作。

目前伊滨区思亲医院经过改造,已由洛阳市第一人民医院接管开展留观病人救治。“床位有多少张?救治力量是否到位?医院管理怎样融合?后勤保障能不能跟上?”李亚书记问得非常仔细,定点医院临时党支部书记、指挥长张晓逐一进行了汇报。李亚叮嘱医院集中优势力量,全力科学救治,密切动态监测,发现疑似患者及时转移治疗,防止交叉感染。在医院工作指挥部,以党员为主体的医疗专家团队正在进行集中研判会诊,李亚向他们和全市医疗卫生战线医护人员致以诚挚感谢和敬意。他说,面对疫情,医护人员冲在一线,担当使命,彰显了仁心大爱。患者救治是当前的突出任务,必须加强党建引领,把党组织建在救治一线,发挥党员先锋模范作用,在疫情防控这场特殊战斗中践行初心使命。

在场的定点医院领导和医务人员纷纷表示:一定要按照“坚定信心、同舟共济、科学防治、精准施策”的要求,在市委、市政府的坚强领导下,在全社会的大力支持下,坚持党的领导,坚定工作信心,不怕困难,精心救治,英勇奋战,决不辜负市委、市政府的信任,坚决打赢这场疫情防控阻击战,为人民群众的生命安全和身体健康做出应有的贡献。

市领导王敬林、贺敏和市卫健委主任谢国玺参加调研。



党委书记 张晓

2020年的这个春节,因一场突如其来的新冠疫情而非同寻常;广大医务工作者因这场疫情而更加靓丽,彰显了职业精神,护航着人民健康;我们伟大的党和人民因这场疫情而更加自信,彰显了制度优势,展示着强大国力。疫情发生以来,在全市31例确诊病例中,超过1/4是由市第一人民医院转运确诊的,我们做到第一时间分诊把关,第一时间检验检查,第一时间留观隔离,有效控制了疫情的扩散蔓延。

2月25日,我们收到来自市定点医院留观患者的感谢信。信中写道:“我虽看不清你们的面容,但感受到防护服下你们勇敢、美丽的心灵!我虽不知道你们是谁,但我知道你们工作中‘思亲手机’‘思亲平板’的温馨姓名,知道你们的共同名字——白衣战士……”看到这些,我深受感动,倍受鼓舞,也使我回想起一院干部职工同心抗击疫情的一幕幕感人事迹。

2月3日23时,医院接到“负责筹建管理运行市发热患者集中观察定点医院和4日完成进驻对接、5日具备留观条件”的疫情防控指令,深感责任重大、使命光荣。我们即刻返院,连夜组建工作专班,制定运行方案、抽调医护专家、筹集防护物资。次日8时,一支以党员为主体的8名工作专班和13名医护团队,带着鲜红的党旗和大家的重托,准时抵达市定点医院——洛阳思亲医院。

我们与思亲医院干部职工联合组建工作指挥部,成立综合协调、医疗救治、感染控制等6个工作组,统一指挥、协同作战。同时成立了临时党支部,强化党建引领,发挥战斗堡垒和先锋模范作用,筑牢疫情防控的红色堤坝。经过33个小时连续奋战,顺利完成医院设施改造、医护团队组建、防控知识培训、防护物资筹集、住院病人疏散、职工思想动员、资金紧急垫付等多项急难任务,以实际行动践行了习近平总书记提出的“让鲜红的党旗在疫情防控斗争第一线高高飘扬”的要求。

疫情就是命令,防控就是责任。面对疫情,我们义无反顾、冲锋在前。1月23日,一声令下,全院职工弃假返岗,日夜坚守,奋战“疫”线。一张张党员请战书,一个个志愿服务岗、一支支青年突击队,他们中有在高铁站现场退票返岗的、有刚刚到家又立即返回医院的、有父子、夫妻共同参战的,也有坚守岗位至今不下一线线的。是他们不畏艰险,逆风前行,同时间赛跑,与病魔斗争,以血肉之躯筑起了一道抗击疫情的钢铁长城。当被问到为何这样做时,他们都会响亮地回答:“我是党员,我是医者,在与病魔的斗争中,就应该冲锋在前”。这个回答,很好诠释了他们“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的崇高职业精神。

这样的铿锵回答,这样的感人故事,在市一院的疫情防控中听不完、讲不尽,始终传颂着百年一院人的医者仁心与大爱,始终传承着百年一院人的团结敬业与奉献,始终传递着百年一院人的初心使命与担当。下一步,市一院党委将坚决贯彻中央、省委、市委的工作部署,坚定信心,一手抓疫情防控,一手抓群众就医保障,坚决打赢这场疫情防控的人民战争、总体战、阻击战,为人民的生命安全和身体健康保驾护航。

抗疫战争中的医者担当

洛阳市第一人民医院党委 认真贯彻落实 市委巡察组专项巡察反馈意见整改要求



3月18日上午,市委第四巡察组召开市属公立巡察反馈会。

为贯彻落实市委巡察组的整改要求,18日下午,市第一人民医院立即召开了党委扩大会议,认真学习传达市委巡察反馈意见及市委巡察办主任任晓平同志在反馈会上的讲话精神,成立巡察整改工作领导小组,研究部署专项巡察整改工作。3月22日,医院巡察整改工作领导小组召开专题会议,进一步统一思想,理清思路,逐条研究反馈意见的具体整改措施,完善医院巡察整改工作方案。党委书记张晓明要求各支部、各科室坚持以问题为导向,深刻剖析问题产生的原因,对照反馈清单,建立“一项反馈意见、一名责任领导、一套整改措施、一周进度安排”的整改工作机制,不折不扣,强力推进,限期整改,一抓到底。

3月23日下午,院党委召开院落实市委专项巡察反馈意见整改工作动员大会,院党委班子成员、行政、临床、医技科主任以及部分护士长参加了会议。会上学习传达了市委巡察组反馈意见等相关文件及院落实巡察整改工作实施方案。

会上,党委书记张晓就抓好巡察整改工作提出三点要求:

一是提高认识,以高度的政治责任感认识巡



巡察整改工作。

巡察整改是巡察工作的关键一环,是不折不扣的政治任务。各支部、各科室要高度重视,提高认识,切实增强政治意识、看齐意识,不断提高巡察整改的政治自觉、思想自觉和行动自觉。

二是狠抓落实,以坚决有力的行动推进巡察整改。各支部、各科室要根据巡察反馈意见和院党委制定的整改工作方案,坚持高标准,严要求,逐条梳理,列出问题清单、任务清单和责任清单,制定整改台账,明确任务书、路线图、时间表,确保整改到位。

三是严格责任,以扎实有效的措施保障巡察成效。医院成立了巡察整改工作领导小组,以加强对巡察整改工作的组织领导。对措施得力、整改成效比较明显的,要及时给予销账;对敷衍整改、交差应付甚至弄虚作假、顶着不改的,要严肃问责;对阴奉阳违、整改不力的要严格追责。

党委副书记、院长苗润宏会上指出:做好巡察整改工作既是重大的政治责任,也是重大的政治任务。全院党员干部职工要统一思想,凝心聚力,提高认识,扛起责任,聚焦问题立行立改,以高度的政治责任感和责任担当,圆满完成巡察整改任务,推动医院高质量健康发展。(纪检监察室 宣传科)