

情系养老院 孝老绽春晖



为老人送上贴心的服务。覃欣然 摄

本报讯 为弘扬雷锋精神，深入践行尊老敬老爱老助老传统美德，切实关心老年群体的生活与健康，传递社会温情与文明力量，日前，钦州市卫生学校组织党员、团员代表志愿者前往钦州市和谐养老院开展“关爱老人 温暖同行”志愿服务活动，用实际行动为老人们送去关怀与温暖，让孝老美德在春日里绽放光彩。

抵达养老院后，志愿者迅速按分工投入服务，各小组协同配合、有条不紊。活动现场，健康服务成为亮点，志愿者发挥专业优势，为老人们提供全方位健康关怀，耐心为每位老人测量血压、记录数值，询问身体状况，为血压异常老人给出科学的饮食、用药建议。另有志愿者组成保健推拿小组，凭借专业推拿技巧，为老人们按摩肩颈、腰背，缓解身体酸痛，同时与老人亲切交谈，讲解日常保健方法，贴心服务让老人们笑意盈盈。与此同时，志愿者组成的清洁小组主动拿起工具，对养老院公共区域、老人房间进行全面清扫，擦拭门窗、整理物品、清扫地面，不放过任何卫生死角，为老人们营造整洁

舒适的居住环境。

除生活照料与健康服务外，志愿者们还注重满足老人们的精神需求，围坐在老人身边促膝长谈，倾听岁月故事、询问生活需求；为老人读报，讲解防范电信诈骗知识；发放社会主义核心价值观宣传资料，传递正能量。此外，志愿者们还手把手教老人使用手机基础功能，帮助老人跨越“数字鸿沟”，便捷享受智能生活。

两个小时的志愿服务短暂而充实，志愿者们用真诚与贴心，为老人们送去欢乐与温暖，生动诠释了“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神，践行了尊老敬老的传统美德，赢得老人们的一致感谢。

此次活动不仅为养老院的老人们送去了实实在在的关怀，缓解了孤独感，也让志愿者在实践中体会到敬老爱老的意义，增强了社会责任感。下一步，该校将持续常态化开展此类志愿服务，整合资源、丰富形式，聚焦老年群体需求，让敬老爱老成为校园新风尚，带动更多人参与其中，用爱心守护“夕阳红”，为构建和谐社会贡献力量。

(覃欣然)



食管卡异物 “镜”准除危情

灵山讯 近日，一名患者食管卡嵌异物，随时可能引发食管穿孔、大出血等致命风险，危急关头，灵山县人民医院内镜中心通过胃镜精准定位取出异物，成功化解危险。

当天，灵山县人民医院内镜中心医师接到耳鼻喉科紧急会诊通知。经详细问诊得知，那隆镇患者韦先生于前一天晚上就餐时，因进食速度过快，未充分咀嚼便吞食一块鸡肉。吞咽后随即出现咽痛、吞咽困难等不适症状，后续饮水、进食时，咽痛及胸骨后疼痛呈进行性加重，已无法正常进食，遂前往该院耳鼻喉科就诊。主管医生第一时间为患者完善胸部CT检查，结果明确提示食管异物，患者因张口度小且颈椎活动受限，导致常规食管镜操作空间与视野受限，异物取出难度较大。

内镜中心医师会诊时仔细阅片后指出，患者食管异物诊断明确，CT影像未显示食管穿孔迹象，但若异物未能及时取出，感染可进展为局部脓肿，严重者可进展为食管穿孔、大出血等，从而引发危及生命的严重并发症。鉴于此，需尽快实施急诊胃镜下直视

异物取出术。随后，内镜中心医师与耳鼻喉科、麻醉科等相关科室医师共同制定个体化治疗方案。在征得患者及家属知情同意后，最终确定在气管插管全身麻醉下开展急诊胃镜检查，精准定位异物并实施取出操作。

胃镜检查过程中发现，一块较大体积的鸡肉卡在食管距门齿约16厘米处，几乎完全堵塞食管腔，鸡肉中间有一根鸡骨横行嵌入食管黏膜，两侧食管黏膜已出现长约0.5厘米的撕裂伤，且鸡骨嵌顿牢固，操作风险高，强行取出易导致食管损伤甚至穿孔。凭借丰富的临床经验和娴熟的操作技巧，内镜中心医师使用异物钳成功将异物完整取出，经测量异物大小约为10×3.5厘米。整个操作过程患者生命体征平稳，无明显不适，麻醉复苏后，患者咽痛、胸骨后疼痛等症状显著缓解。

经6小时进食观察，患者进食后未出现异常不适，顺利好转出院，彰显该院多学科协作的诊疗优势与内镜技术的过硬实力。

(梁永标)



年纪大了，还有必要参保吗？

有必要。老年阶段是健康保障的关键时期，现代医疗技术已能有效改善老年常见病、慢性病的治疗效果，显著提升生活质量。医保不仅覆盖日常门诊、住院费用，还包含高血压、糖尿病等慢性病管

理服务，可大幅减轻家庭经济负担。疾病不分年龄，参保是对自身健康的重要保障，也是避免“因病致贫”的理性选择。建议积极参保，尽享政策福利与晚年健康。

(来源：市医保局)

国家医保局发布第一批医保影像云跨省秒调阅网络成员单位名单

我市三家医院成功入选

本报讯 为贯彻落实党的二十大精神，破解群众就医过程中的痛点堵点问题，国家医疗保障局部署组建医保影像云跨省秒调阅医院网络，推动医保

影像数据跨省互通共享。各级医保部门快速响应，定点医疗机构积极参与，共同推动构建“数据多跑路、群众少跑腿”的就医服务新格局。

经医疗机构自主申报、省市评估、综合研究等，中日友好医院、北京大学第三医院等305家医疗机构成为第一批医保影像云跨省秒调阅网络成员单位，其中，我市有

三家医院成功入选，分别是钦州市第一人民医院、钦州市第二人民医院、钦州市中西医结合医院(钦州市卫生学校附属医院)。

(来源：国家医保局)

医教新基地 携手育医才

灵山讯 近日，桂林医科大学与灵山县人民医院举行研究生联合培养基地揭牌仪式，标志着双方在高层次人才培养、科研创新等方面进入全新合作阶段。

桂林医科大学研究生工作部部长、研究生院副院长邓娜等领导，灵山县县委常委、统战部副部长、副县长黄厚亮，灵山县人民医院领导参加仪式。

黄厚亮在致辞中表示，此次双

方共建研究生联合培养基地，必将为灵山县医疗卫生事业高质量发展注入强劲动力。希望双方深化合作机制，创新培养模式，培养“理论+实践”的复合型医学人才，在学科建设、科研攻关、技术创新等方面开展更深层次、更广领域的合作，助力健康灵山建设。

邓娜在致辞中对灵山县人民医院近年来的发展给予高度评价。她表示，学校将充分发挥自身优

势，深化协同联动，共同推动医教研协同和医学人才的培养，使基地成为服务基层的实践桥梁，推动区域医疗卫生事业高质量发展。

双方领导共同为“桂林医科大学与灵山县人民医院研究生联合培养基地”揭牌后，还进行了桂林医科大学研究生学院访企拓岗座谈，就医学人才引进、协同促就业等内容进行深入交流。

研究生联合培养基地是医院人

才培养、科研创新、学科建设的重要载体。下一步，该院将不断优化培养方案、完善培养体系、提升培养质量，进一步加强基地硬件与软件建设，拓宽培养领域、扩大培养规模，打造特色鲜明、水平一流的研究生联合培养基地。同时，依托基地平台，推动医教研深度融合，为医学事业培育更多高素质专业人才，为推动医疗卫生事业高质量发展贡献力量。

(温承瑜)

联盟启新程 守护“她”健康



在义诊中仔细查看患者资料。

本报记者 李鹏钧 通讯员 黄显铭 摄

本报讯 (记者 李鹏钧 通讯员 黄显铭) 近日，广东省中医院与灵山县妇幼保健院举行《华南中西医结合乳腺病防治联盟》及《乳腺炎性疾病防治联盟》揭牌仪式。这标志着两家医院的乳腺专科开启了深度合作，今后，灵山县及周边地区的女性在“家门口”就能享受到省级标准的乳腺健康诊疗服务。

此次联盟的成立，是灵山县妇

幼保健院对接省级优质医疗资源、提升专科能力的重要举措。广东省中医院作为华南地区中西医结合乳腺病防治的牵头单位，自2021年发起成立联盟以来，始终推动资源共享、技术共建与服务共进，形成了广泛影响力。

“我们加入联盟，不仅是响应国家推动分级诊疗的号召，更是实实在在地为灵山女性谋健康福

利。”灵山县妇幼保健院党委副书记何丽芳表示。今后，两院将通过专家坐诊、远程会诊、技术培训、双向转诊等多种方式开展合作，逐步提升本地乳腺疾病筛查、诊治、康复与健康管理的综合服务水平。

当天揭牌仪式结束后，还联合开展“关爱女性，护‘她’安康”主题义诊活动，吸引众多居民群众前来咨询。现场不少女性表示，平时想

挂上区级专家号都不容易，今天居然在家门口就有省级专家面对面耐心解答，真是太方便、太贴心了。

下一步，灵山县妇幼保健院将依托联盟平台，持续引入中西医结合诊疗理念与技术，加强人才培养与科研协作，努力打造更规范、更便捷、更优质的乳腺健康服务体系，为灵山县女性健康保驾护航，助力健康钦州建设。

防治蚊媒传染病，呵护自身健康

随着气温回升和雨水增多，我市已进入蚊媒活动高峰期。加之“三月三”、五一等假期临近，人员流动和聚集性活动将明显增加，登革热、基孔肯雅热等蚊媒传染病传播风险也随之加大。为守护自己和家人的健康，这份防控科普指南请收好。

什么是蚊媒传染病？

蚊媒传染病指的是通过蚊子叮咬传播病原体的疾病。其中，登革热、基孔肯雅热、寨卡病毒病是在全球广泛流行的3种常见病毒性蚊媒传染病。三者均主要由埃及伊蚊、白纹伊蚊叮咬传播，不会通过日常接触或呼吸道传染。

登革热：由登革病毒引起，典型症状包括高热(可达40℃)、剧烈头痛、肌肉关节痛、皮疹，严重者可能出现出血或休克。多数登革热患者症状轻微或无症状，会在一两周内好转。

基孔肯雅热：由基孔肯雅病毒

引起，典型症状包括突然发热，常伴有严重关节痛，尤其影响手腕、踝关节和脚趾等小关节。皮疹、肌肉痛、乏力等也较常见。大多数人一两周内可恢复。

寨卡病毒病：由寨卡病毒引起，约80%的普通成年人感染后无症状。少数人会出现低热、皮疹、结膜炎等轻微症状，通常1周内自愈。然而，孕妇感染会带来极大健康风险，病毒可通过胎盘感染胎儿，导致“小头畸形”、胎儿头部和脑部发育异常及其他严重出生缺陷。

如何有效预防？

登革热和基孔肯雅热目前尚无特效药，但完全可防可控。防控的核心就是灭蚊、防蚊，从源头阻断传播链条。

1. 清积水灭蚊虫，蚊子的繁衍生息离不开水。蚊子一生要经历卵、幼虫、蛹、成虫四个阶段，其中幼期(包括卵、幼虫、蛹)都需要生

活在水里，且成蚊主要活动范围也在其孳生地或栖息环境不远的地方，因此，各类积水环境的清理工作对防止蚊虫孳生及防控蚊媒传染病来说至关重要。

翻盆倒罐：彻底清除房前屋后、阳台、天台的所有闲置容器、废弃杂物，暂时不用的瓶瓶罐罐扣过来。

清理积水：每天清理家中花盆托盘、饮水机水盘、空调滴水托盘和地漏里的积水。

管理水生植物：家养水生植物应每3—5天换1次水，并彻底清洗植物根部，或者在水中放养本地杂食性鱼类。

疏通沟渠：确保下水道、雨污水井、排水沟畅通无堵塞。

2. 外出居家做好防护，别让蚊子“盯”上你。外出时，尽量穿浅色长袖长裤，减少皮肤暴露面积；同时在裸露皮肤上涂抹含避蚊胺、避蚊

酯的驱蚊液。

在家中，可安装纱门纱窗，使用蚊帐，必要时使用电蚊拍、灭蚊灯等。尽量少在户外树荫、草丛等蚊子多的地方逗留。

3. 万一不舒服，及时就医别硬扛。一旦出现发热、皮疹、关节痛等相关症状，立即就医，并告知旅行史和蚊虫叮咬史，以便及时诊断治疗。

外出旅行需注意什么？

若计划前往东南亚、非洲等登革热和基孔肯雅热、寨卡病毒病等蚊媒传染病流行区或国内南方高发省份，出行前一定要查询当地疫情信息，作好充分的驱蚊防蚊准备。归国后14天内做好健康监测，密切关注自己的身体状态。

(来源：健康钦州)



预防艾滋病，健康全家人。