

南华大学附一医院摘获“国奖”

该院康复医学科王婷获评“全国优秀青年康复护师”称号,系全省唯一获此殊荣者

衡阳日报讯（全媒体记者 朱嘉林）近日，中国康复医学会通报表彰了在康复事业中专业素质过硬、岗位技能精湛、骨干作用突出的康复医师、康复治疗师和康复护师，评选出39名“优秀青年康复护师”，南华大学附属第一医院主管护师王婷在全国各省选手中脱颖而出，成为湖南的唯一获奖者。

王婷是南华大学附一医院康复护理责任组长、中国康复医学会专科护士，现任中国康复医学会手功能康复专业委员会第一届护理衔接手功能康复学组委员、中国残疾人康复协会康复护理专业委员会护理科研与询证学组委员、湖南省康复医学会康复护理专业委员会第三届青年委员会副组长。

在临床工作中，王婷积极开展新业务新技术，勤勤恳恳完成每一项护理工作，10年来无一例护理差错及纠纷投诉。同时，她积极从事教学工作，努力实践新型教学方式，并积极参与科学研究，近3年主持衡阳市科技局课题1项、南华大学教改课题1项，参与省级课题3项，发表学术论文5篇。

近年来，王婷曾先后参加省卫健委组织的援株医疗队、援琼医疗队，积极帮助当地开展疫情防控工作。此外，她曾获省护理学会康复护理学术年会授课大赛二等奖、技能竞赛二等奖，“南华大学护理学院实践指导老师”称号，院“十佳护士”“护理突出贡献奖”、青年技能岗位竞赛二等奖等。

尿毒症患者手部肿胀,疼痛难忍

衡阳市第一人民医院肾内科找准病因、巧除病痛

衡阳日报讯（全媒体记者 朱嘉林 通讯员 李娟）尿毒症患者手部肿胀溃疡，疼痛难忍，抗感染治疗后仍然反复发作，痛苦不堪。近日，衡阳市第一人民医院肾内科为该名患者悉心护理，解除了“肿胀手”难题，患者及家属感动不已。

58岁的彭先生是一名尿毒症患者，长期血液透析治疗，但近3个月来他左上肢出现肿胀，疼痛难忍，局部可见膨隆静脉血管瘤，左手指局部溃疡，部分结痂，动静脉内瘘处可扪及震颤，可闻及杂音。彭先生每天疼痛不已，先后辗转多家医

院手外科、肾内科等住院治疗，行双上肢血管彩超未见异常。医生完善相关检查后考虑手部溃疡并感染，予以抗感染治疗，局部换药治疗，但仍反复，溃疡较前好转，仍有肿胀，手部胀痛。

“快救救我，我就要痛死了！”8月，彭先生来到衡阳市第一人民医院肾内科。该科主任胡双红和当天值班医师迅速跑过来详细询问病史，立即予以抗感染等对症支持治疗后暂时进行止痛治疗。看着被彭先生被折磨得嗷嗷大叫，胡双红陷入了沉思，决定一定要查明原因。第二天

她带着彭先生在彩超室重新完善了手部彩超，反复叮嘱彩超医生认真查看，在胡双红和彩超室医生长达十几分钟的检查下，发现患者左侧动静脉内瘘处静脉有多侧支形成，因此判断彭先生造瘘并发症“肿胀手综合征”。明确方向后，胡双红将病情告知患者及其家属，征得患者及家属同意在局麻下行动静脉内瘘侧支结扎。术后，彭先生疼痛明显缓解，持续3个月的折磨终于有了好转，值得庆幸的是彭先生动静脉内瘘震颤仍明显，内瘘仍通畅无需再次行动静脉内瘘术。半个月后，彭

先生手部溃疡伤口慢慢好转，手肿逐渐消退，彭先生的脸上出现久违的笑容。

据悉，肿胀手综合征是动静脉内瘘术后的一种少见并发症，因静脉回流障碍或返流造成患肢远端静脉高压，从而表现为病变侧远心端肢体肿胀，伴广泛侧支开放，动静脉内瘘回流静脉瘤样扩张，严重者表现皮肤营养障碍、皮肤增厚、色素沉着、甚至溃疡。部分病例同时导致淋巴回流障碍，皮肤枯皮样改变，严重影响患者的生活质量，且容易继发血栓形成，影响血液透析通路的使用和寿命。

献血献爱 同心抗疫

祁东县水利局开展无偿献血活动

衡阳日报讯（文/全媒体记者 朱嘉林 通讯员 唐琼图/通讯员 刘云利）近日，祁东县水利局倡议全员积极参与献血活动，助力疫情防控时期血液供应保障。10月24日，在祁东县水利局负责人带领下，局机关党员干部及职工积极参加，当天共有65名员工主动参加献血活动，献血量达2万余毫升。

祁东县水利局副局长周和平带头献血，这已是 he 第11次参加献血，累计献血量达3800毫升。他表示：“作为一名党员，希望通过无偿献血，为抗击疫情尽自己的一份力量，用热血温暖病人，守护生命。”

为了有效减少接触，防止人员聚集，确保献血过程安全，该局办公室做了精心准备。此次献血采取错峰进行，参与献血的人员保持安全距离、全程戴口罩、配合测量体温、健康征询及健康检查，符合献血要求后，在医务人员的指导下，分批次有序填写资料、测量身体指标、献血。奉献爱心，助力抗疫，祁东县水利局干部职工用行动彰显了党员干部的责任与担当。



党员干部及职工积极参加献血。

浅谈如何讲好新时代精神卫生故事

■吴永进

由于人们工作、生活节奏的加快，竞争的加剧及其他社会因素的影响，精神疾病的发病率随之增长。与其他器质性疾病一样，精神障碍同是一种疾病，所不同的是精神疾病的病程长，治愈率低，易复发。深入全面地开展精神健康宣传教育，讲好新时代精神卫生故事，不仅有利于精神疾病患者的康复，而且具有重要的社会意义。

讲好精神卫生故事有利于消除社会歧视

据专家们预测，21世纪将是心理障碍和精神疾病大流行的世纪。据衡阳市第二人民医院精神科室门诊记录显示，近年来该院就诊的病人数已超过1万人次，住院治疗日均700人左右。现在衡阳市第二人民医院心理卫生和神经科医生较为短缺，还不能满足实际的需要，而且治疗精神病费用较大，大多数精神病人的治疗费用还是由病人本身或者家属负担的，许多家庭由于经济困难不得不把精神病人关在家里或者让其流散社会。而且，精神疾病的治疗是一个较漫长的过程，有时可能伴随病人终身，这不但需要病人自己及其家庭有极大的信心和耐心，也需厚实经济条件做支持。大多有精神病患者的家庭因为有一个精神病患者而将整个家庭拖垮、拖贫。

加强对公众的精神病方面的健康教育，讲好新时代精神卫生故事，宣

传和普及精神卫生知识，可以使公众更多地了解精神卫生方面的知识，弘扬社会正能量，维护自身的健康，更有利于消除社会歧视，并创造良好的社会及家庭环境，接纳精神病人回归社会，更有利于社会各界对精神病患者家庭提供资助。

缺乏适应能力及心理卫生的自我调适能力是发病率增高的主要原因之一，很多的心慌、胸闷、出汗、手抖、坐立不安、敏感多疑等症状可能就是心理疾病的前期表现，尽早得到医生的指导，精神疾病就可以被减轻或完全治愈。因为精神健康宣传教育不到位，所以人们对精神病认识不当，以至于一些患者家庭存在“病耻感”，认为家庭成员患精神疾病是件不光彩的事情，即使有病也不愿意去专科医院进行治疗。这也给非正规医院提供了可乘之机。

由此看来，讲好精神卫生故事不但但是精神病医院工作人员的一项重要工作，也是患者和家属应该重视的一项内容。

如何讲好新时代精神卫生故事

自从开始了精神卫生工作，我深深地感受到，精神卫生工作者从事的工作不是“高精尖”，更不是“高大上”，但是，讲好他们的故事也同样动人。

周文是衡阳市第二人民医院一名精神科男护士。2012年3月的一天，一名精神疾病患者在多名家人陪同下步入病区，接待护士完成入院体查

后，在例行检查病人随身携带的背包时，病人突然情绪激动，拒绝住院，并随手从背包中抽出一把菜刀挥舞，吓得家属和护士连连后退。眼见在场的家属和护士就要受到伤害，正在旁边书写护理记录的周文见状，赶紧绕至病人身后，紧抱病人双手，试图制止病人的疯狂行为。无奈病人体形高大，在制止过程中周文不幸被砍伤，致左手前臂一处长10cm、深约2cm的伤口，并伤及肌腱。直到病人保护性约束后，周文才在同事们的帮助下送到南华大学附属南华医院处理伤情，伤口缝了10多针。伤愈后他依然积极乐观为病人体贴服务。

杨涛在衡阳市第二人民医院从事精神科临床护理工作近20年，她是病人心中最美的天使妈妈。一天早晨，一名患者趁其他病人家属来院探视开门之机，夺门而出，身怀六甲的杨涛捧着肚子条件反射般追了出去，在追赶途中不慎摔倒，同事吓了一跳，而她拍了拍身上的灰尘，笑着说：“没事，穿上白大褂就意味着责任和奉献。”

精神卫生工作者长期从事繁琐而高风险的工作，职业伤害防不胜防，但他们初心不变，毫不退缩。精神科护士“衡州工匠”获得者周丽文伤残七级，护理部主任梁咏梅伤残九级。据统计，衡阳市第二人民医院每年都有护理职业伤害事故发生，但该院的精神科护士们心里始终装着病人，装着爱。他们热爱护理事业，崇尚南丁格尔精神，每天都在书写着动人的故

事。

近几年来，我国精神病防治工作发展迅速，在经济较发达的地区建立了较健全的医疗卫生防治网。目前精神病的健康教育仍满足不了人们对健康知识的需求，很多地区仍停留在口头上，并没有付诸行动。其主要原因是精神卫生工作力量不足，专业医务人员缺乏，更重要的是社会资源没有充分利用。精神病的健康教育，如何讲好精神卫生故事仍是任重而道远。

希望加大对精神疾病防治的科普宣传，讲好新时代精神卫生故事，进一步提升精神卫生从业人员的社会认同感和职业成就感，让精神科医护人员付出的劳动、承担的风险与实际报酬逐渐匹配，这样才能让精神科既能引得进人才，也能留得住人才。

同时，要充分利用报刊、广播、电视、网络等媒体资源，向公众宣传精神病有关知识及精神病防治的重要性，普及精神卫生知识。动员社会理解、关心、爱护、帮助精神病人。讲好精神卫生故事，宣传推广先进的经验和方法，引导公众培育积极心态、预防不良心态，引导全社会科学、理性地对待心理行为问题人群和精神障碍患者。加强学校心理健康教育，培养学生积极乐观、健康向上的心理品质。将心理健康教育作为各级干部教育培训的重要内容，全面提升干部的心理素质。

（作者系衡阳市第二人民医院党委委员、纪委书记）



衡阳市中心医院：

成功开展脊柱内镜辅助下纤维环缝合技术

衡阳日报讯（通讯员 殷君发）

近日，衡阳市中心医院脊柱外科主任苏光辉顺利开展首台脊柱内镜辅助下纤维环缝合手术，患者术中出血量不到30毫升，术后第二天下床行走，第五天痊愈出院。该技术实现了脊柱修复与重建领域的技术突破，将其与原已成熟开展的脊柱内镜技术完美结合，为腰椎间盘突出患者提供了治疗新选择。

患者男性，L4—5节段腰椎间盘

游离型突出，压迫神经致行走疼痛。苏光辉及团队为患者行经椎板间入路内镜辅助下纤维环缝合手术。

苏光辉介绍，脊柱修复与重建技术之纤维环缝合技术是一种对破损纤维环进行即时闭合从而达到对椎间盘完整形态的修复，降低术后复发率、促进纤维环愈合、提高患者术后生活质量，更多地保留了正常的髓核组织，保留了椎间盘功能，符合微创手术的理念。

推动作风建设专项行动走深走实

衡阳市中心血站组织学习宣传贯彻党的二十大精神

衡阳日报讯（通讯员 唐琼 李娟）10月28日，衡阳市中心血站党委中心组在九楼会议室召开学习宣传贯彻党的二十大精神会议，并就推进全站作风建设和近期重点工作作出安排。

会议指出，要把学习宣传贯彻党的二十大精神作为当前和今后一个时期的首要政治任务，周密安排部署，创新方式方法，营造浓厚氛围，激励引导全站干部职工学在深处、谋在新处、干在实处，确保二十大精神在血站得到不折不扣的贯彻落实。要进一步深刻领悟“两个确立”决定性意义，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，进一步增强做好采供血工作的责任感、使命感，自觉用报告精神武装头脑，汇聚起推动采供血事业高质量发展的强大精神动力。

会议强调，党的二十大报告是气势恢宏、布局宏大、高瞻远瞩的纲领性文献，全站干部职工要原原本本读

原文、原汁原味悟原理，务求学深悟透。要把学习成效转化为凝心聚力推动当前工作的强大动力，不断提升抓落实的能力水平，推动各项工作部署落深落细落实，奋力谱写血站高质量发展的崭新篇章。

会议要求，要筑牢政治忠诚、坚定理想信念、树立规矩意识、规范医疗行为，推动全站作风建设专项行动走深走实。要切实增强责任感、使命感，聚焦整治重点，扎实推进，深入排查整改作风建设方面存在的顽症痼疾，着力做好站内外疫情防控、血液质量管理、采供血服务等重点工作。要坚持高标准、严要求，确保每项工作落实到人、实施到位、有序推进，把专项整治同统筹做好疫情防控和各项业务工作紧密结合起来，力争在各项工作中走在前列，推动衡阳市采供血事业实现高质量发展，为推进健康衡阳建设作出新的贡献。

漫画说健康

如何防治高血压

如今生活压力大，工作劳累睡眠差；缺乏运动和锻炼，稍不注意高血压。高糖高脂吃油炸，饮食结构有变化；甜品饮料和外卖，体重指数又增加。劝君预防高血压，保养不好麻烦大；经常熬夜咸麻辣，累及心脏与血压。遵照医嘱要服药，规范治疗心中挂；三餐饮食宜清淡，适度锻炼要降压。

