

# 健康进社区 科普惠民生

## 市卫健委开展主题党日活动

本报讯 9月20日,市卫健委组织系统党员干部走进文庙社区,开展“医心向党·守护健康”之“健康进社区·科普惠民生”主题党日活动。

在荆州区三义街文化馆内,市卫健委党员代表严格落实主题党日活动要求,现场缴纳党费,重温入党誓词,集体学习党章、习近平总书记对“中国好人”李培生、胡晓春重要回信精神,诵读社会主义核心价值观,进行诗歌朗诵以及科普演讲,并向文庙社区赠送由疾控中心提供的健康大礼包。

市卫健委相关负责人表示,卫生健康系统广大党员干部要深入践行党的根本宗旨,充分发挥卫生健康行业优势和服务特色,为加快推进健康中国建设,努力全方位、全周期保障人民健康,为实现“两个一百年”奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献卫生健康力量。

(赵保佳 徐艳霞)

现场,荆州市第二人民医院(市老年病医院)以“服务百姓健康行动”为主题举办大型义诊活动。该院老年病学科、骨科、肝病科、眼科、消化内科、心血管科专家联合义诊,为社区居民进行免费体检和健康咨询,教育引导广大居民自觉养成健康饮食习惯、良好卫生习惯,提升居民健康素养,提高自我防范能力,并发放健康知识宣传册、普及计划生育政策法规。

据了解,“医心向党·守护健康”党建品牌是市卫健委在落实基层党组织工作中,结合卫生健康工作实际与特点开展的以“思想引领、制度引领、典型引领、服务引领”为主线的党建工作模式,真正做到下基层、察民情、解民忧、暖民心,全心全意守护百姓健康,为加快建设江汉平原高质量发展示范区贡献卫健力量。



义诊活动现场。

# 全市清廉医院建设推进会暨第一次联席会议召开 高质量高标准打造清廉医院

本报讯(记者刘洁 通讯员杨光)为进一步推进荆州市清廉医院建设,高质量高标准打造“政治生态好、廉洁状况好、医德医风好、群众评价好、发展势头好”的清廉医院,近日,荆州市清廉医院建设工作领导小组办公室在市卫健委召开全市清廉医院建设推进会暨第一次联席会议。

会议指出,清廉医院建设是民生保障的重大系统工程,各成员单位要进一步统一思想、协同配合、形成合力,确保清廉医院建设取得实效。要以推动公立医院高质量发展为目标,以促进医院回归公益性、医生回归看病角色、药品回归治病功能为目的,为清廉医院建设营造良好发展环境。按照清廉医院建设要求,细化方

案,主动作为,通过清廉医院建设,让老百姓获得感、方便、经济的医疗卫生服务。会上,各单位负责人就清廉医院建设推进情况、下一步工作计划及工作建议作交流发言。

## 县市医讯

### 石首市大垸镇卫生院: 努力构建良好政治生态环境

本报讯 近日,石首市大垸镇卫生院组织召开清廉医院建设宣教月动员会暨“清廉医院”建设推进会。就深入学习贯彻习近平总书记考察湖北重要讲话精神、推进落实省第十二次党代会决策部署进行宣讲,同时,部署党风廉政建设和平安医院创建、安全生产、疫情防控等重点工作。

会议对院党风廉政宣教月

及清廉医院建设实施方案进行了解读和说明。全院职工集中观看《医者之鉴》警示教育片,签订《家庭助廉承诺书》。

下一步,该院将结合实际,不断开拓廉洁教育阵地,完善制度建设,努力构建党风清正、院风清明、医风清新、行风清明的政治生态和发展环境。

(赵保佳 童涛)

### 石首市高基庙镇卫生院: 开展乡村医生核酸采样培训

本报讯 日前,石首市高基庙镇卫生院组织开展乡村医生核酸采样培训会,旨在让全体乡村医生参与到疫情防控工作中,承担居家隔离人员核酸采样及信息录入工作。

会上,相关人员为大家演示了“穿脱防护服”“信息录入”“核酸采集”的操作步骤,并依次考核每一位乡村医生,重点强调穿脱防护服的注

意事项和采样部位、手卫生的落实、标本包装储存运输及医疗废弃物处置等细节。

此次培训,有效提高了乡村医生核酸检测采样技术的准确性,强化了个人防护操作的规范性,为接下来的疫情防控工作提供了坚实有力的技术支持。

(赵保佳 涂梦颖)

### 石首市新厂镇卫生院: 胸痛救治单元接受现场验收

本报讯 日前,湖北省胸痛中心联盟联合荆州市中心医院心内科、荆州一医心内科、石首市卫健局、石首市胸痛中心、石首市人民医院心内科专家,到石首市新厂镇卫生院开展胸痛救治单元现场验收工作。

专家组到该院胸痛门诊、内科、超声科等相关科室,通过现场查阅病

台账、抽查病例、现场提问等多种形式,对胸痛救治单元建设情况展开全面检查。

专家组对该院胸痛救治单元建设给予肯定,希望医院认真梳理存在的问题,及时改进存在的不足,更进一步推进胸痛救治单元建设,真正造福广大患者。

(赵保佳 程娟)

### 石首市小河口镇卫生院: 扎实推进清廉医院建设工作

本报讯 为进一步贯彻落实好清廉医院建设重点工作,扎实推进清廉医院建设工作,近日,石首市小河口镇卫生院开展清廉医院建设、不合理医疗检查专项整治工作。

该院通过认真自查、实施整改、强化学习等举措,把清廉医院建设、不合理医疗检查专项整治纳入常态化质控范畴,杜绝违规检查、违规收费等行为,真正落实“以患者为中心”的服务理念,有效促进了行业清

正气。期间,该院成立领导小组,并召开专题会议,以问题为导向,对照标准,查不足、找差距。明确责任分工,紧紧围绕工作重点,严明工作纪律,定期开展督导检查,建立长效机制。利用多种宣传手段在全院掀起“清廉医院”建设和专项整治工作高潮。同时,建立和完善创建“清廉医院”制度,开展自查自纠,严格做到整改到位。

(赵保佳 高盛桃)

## 秋季支气管炎的预防

□ 记者 刘洁 特约记者 潘健兴 通讯员 李辛迎

秋天温差比较大,很多人易感染呼吸道疾病,特别是支气管炎。专家呼吁秋天一定要做好支气管炎的预防保健工作。荆州二医呼吸与危重症医学科副主任医师刘斌介绍了四步保健方法,希望对大家有所帮助。

秋天昼夜温差大,正是支气管炎的易发季节。刘斌介绍,这是因为慢支患者呼吸器官功能衰退,免疫球蛋白下降,受凉和过度疲劳可减弱上呼吸道的生理性防御机能,病毒和细菌乘机而入,导致感冒和上呼吸道感染,这是诱发慢性支气管炎发病和加重的原因。

临床研究认为,支气管炎复发的原因包括:体质弱,稍受寒冷刺激即可发

病;室内外污染空气的刺激;感冒引发;细菌、螨、尘等致敏因素;植物神经功能失调。为此,刘斌建议从秋天开始加强预防,对防止或减少减轻支气管炎急性发作至关重要。

1.积极预防感冒

防风寒,慎起居,作息规律,注意随冷热变化及时增减衣服,睡觉注意盖好被子,不和感冒病人接触。一旦感冒或已诱发慢性支气管炎发作时,应及时就医治疗。

2.加强耐寒锻炼

坚持用冷水洗脸、洗鼻子、擦四肢及全身,早晨或雨后到空气清新的地方作深呼吸,平时坚持散步、打太极拳等

体育锻炼,增强上呼吸道及气管黏膜对冷空气刺激的适应能力,提高耐力和机体免疫功能,增强体质和抗病能力。

3.保持居室空气清新和适宜的温湿度

要经常开窗通风换气,保持室内空气清新,室温为18至24℃,湿度为40%至50%。

4.注意饮食调养

慢性支气管炎患者饮食宜清淡、富营养、温软易消化,忌过甜、过咸,多吃蛋、豆类、瘦肉及新鲜蔬菜,多吃梨、苹果等,适当补充维生素,特别是补充维生素A,可增强呼吸道黏膜上皮细胞的抵抗力。



健康解码

## 过度肥胖导致多病缠身 荆州一医为2名患者解除烦恼

本报讯 近日,荆州市第一人民医院西院外科团队成功为2名重度肥胖合并多类并发症的患者实施微创减重手术。一周后回访,患者体重减轻了10斤,减少了并发症,提高了生活质量。

据介绍,48岁的李女士身高158厘米,体重86.2公斤,体脂比高达44.7%,经诊断患有代谢综合征、脂肪肝、高脂血症、尿酸血症、甲状旁腺激素升高、高血压等疾病。经过严格的术前评估,制定周密的手术预案,荆州一医肿瘤外科副主任医师颜伟及科室专家团队成功为患者实施腹腔镜胃袖状

切除术。同样,25岁的张女士身高155厘米,体重达107公斤,慕名找到西院外科,颜伟团队经慎重评估后成功为其施行腹腔镜胃袖状切除术。

颜伟介绍,腹腔镜胃袖状切除术,只需要在腹部打3至5个孔,创伤小,主要是通过减少胃容积及后续神经内分泌调节减少食物摄入和吸收,降低体重、缓解相关并发症。他提醒,此类手术不是随意减肥的捷径,患者必须经过严格而慎重的多学科评估,符合减重手术指南要求才能进行手术。

(赵保佳 严晋)

## 98岁老人施行人工股骨头置换术 荆州一医专家团队助患者康复出院

本报讯 近日,荆州一医西院骨科团队成功为98岁的陈奶奶(化名)施行人工股骨头置换术,目前患者已康复出院。

今年8月初,荆州一医西院骨科副主任医师李秀山的医疗组接诊后,联合内科、麻醉科、临床护理等多学科专家对老人全身情况进行研判,决定实施右侧股骨头置换术。经过完善术前检查和周密的术前准备,凭借丰富的手术经验和手术技巧,成功为陈奶奶实施了右侧股骨头置换术。

在多学科的努力和精心呵护下,老人术后恢复良好,经过对症治疗,配合相关肌肉锻炼,已经基本能自行行走,顺利出院。

据悉,荆州一医西院骨科开展过多例类似这样超高龄的人工股骨头置换术,且术后恢复良好,提高了高龄老人的生活质量。专家提醒,高龄老人股骨头骨折比较常见,如果摔倒后发现腰部疼痛、髋关节活动受限等症状,应尽快到正规医院就诊,及时治疗。

(赵保佳 严晋)

## 谢华谈肾病

### 慢性肾炎的饮食调护

慢性肾炎除必要的药物治疗外,合理的膳食调护也非常重要,能够防止病情加重。

**优质低蛋白饮食:**可以减少血中的氮质,降低肾小球内高压、高灌注和高滤过状态,减轻肾脏的负担,从而延缓肾小球的硬化和肾功能的减退。一般主张摄入蛋白质每千克体重0.4至0.6克/日,宜选用优质蛋白,如蛋类、鱼肉、瘦肉、奶。

**低盐饮食:**主要针对伴有水肿、高血压的慢性肾炎患者。因为盐可加重钠水潴留,使水肿难消,血压升高。一般每天摄入钠盐量为3克左右。

**适当饮水:**患者如果没有尿少水肿,一般不加限制。水肿的患者应根据尿量及水肿程度来掌握饮水量。若水肿明显,除进食外,饮水量最好在每日500至800毫升为宜。

**补充维生素:**慢性肾炎患者应多吃富含维生素A、B族及C和含铁丰富的食物,以满足身体需要,如新鲜



主任医师 谢华

荆州市中医医院副院长,肾病科学科带头人,湖北省中医肾病学会委员,湖北中医药大学兼职教授,硕士生导师。

擅长肾炎、肾病、慢性肾功能衰竭、高血压疾病的中西医结合治疗。

绿叶蔬菜、水果。

此外,患者应忌食辛辣刺激及海腥发物,如鹅、公鸡、猪肉、带鱼,忌食煎炸制品,戒烟戒酒。

## 医疗机构选址公示

根据《卫生部关于加强医疗机构审批管理的若干规定》(卫医发[2008]35号)要求,现将申请设置“荆州君宁血液透析服务管理有限公司”有关情况予以公示。

**设置单位名称:**荆州君宁血液透析服务管理有限公司

**医疗机构名称:**荆州君宁血液透析中心

**经营性质:**非政府办营利性医疗机构

**设置诊疗科目:**内科(肾病等专科),医学检验科(临床体液、血液专业)。具体诊疗科目设置经执业验收确定。

**诊疗血液透析单元:**50  
**拟选址:**湖北省荆州市沙市区江

汉北路104号4栋2楼

任何单位和个人对公示的项目如有异议,均可在公示期内以实名形式来来电来函向荆州市卫生健康委员会提出,反映的情况应实事求是。以单位名义反映情况的,应加盖单位公章;以个人名义反映情况的,须署明真实姓名、工作单位和联系电话。

**公示时间:**5个工作日(2022年9月20日至9月26日)

**联系方式:**荆州市卫生健康委行政审批科

**电话:**0716-4163828(上午8时30分-12时;下午2时30分-5时30分)

荆州市卫生健康委员会  
2022年9月13日

## 建设项目环境影响 征求意见的公告

石首市新厂装卸运输公司码头环境影响报告书(征求意见稿)已编制完成,现征求公众意见。

**环境影响报告书(征求意见稿)查询方式:**荆州市生态环境局 [http://stjhj.jingzhou.gov.cn/tbjd/xxgkml/stjhj/hpxk/hjyxpj/20220919\\_776973.shtml](http://stjhj.jingzhou.gov.cn/tbjd/xxgkml/stjhj/hpxk/hjyxpj/20220919_776973.shtml) ;纸质版可到石首市新厂装卸运输公司查阅。

**征求意见稿范围:**建设项目附近居民

**公众意见表的网络链接:**荆州市生态环境局 [http://stjhj.jingzhou.gov.cn/tbjd/xxgkml/stjhj/hpxk/hjyxpj/20220919\\_776973.shtml](http://stjhj.jingzhou.gov.cn/tbjd/xxgkml/stjhj/hpxk/hjyxpj/20220919_776973.shtml)

**公众意见联系方式:**联系电话:13797346348

联系邮箱:461681730@qq.com

**起止时间:**由公示时间起10个工作日内

## 城乡规划方案批前公告

**建设单位:**长江大学

**申请事项:**长江大学智慧教学与创新创业中心项目

**建设地址:**湖北省荆州市南环路1号长江大学东校区南扩区

上述规划申请,我局已受理。根据《关于城乡规划公示的规定》第十六条的规定,特向社会公众相关规划方案情

况。方案详情请见项目所在地现场公示牌或登录荆州市自然资源和规划局网站([zrzy.jingzhou.gov.cn](http://zrzy.jingzhou.gov.cn))查询。

有关单位和项目对该项目规划方案有任何意见和建议,请在本公告发布之日起七个工作日内书面告知我局1207办公室。请有关单位和项目在提交书面材料时,同时携带单位组织机构代码证或个人身份证明材料(身份证或户籍证明或工作证)。逾期不提出意见或建议的,视为认可该项目规划方案。(联系电话:8513805)

荆州市自然资源和规划局  
2022年9月23日

## 注销公告

荆州市智乐王国教育咨询有限公司(统一社会信用代码:91421002MA49LN7UXA)拟向登记机关申请注销,请债权人于本公告发布之日起45日内向本公司清算组申报债权,特此公告。

荆州市智乐王国教育咨询有限公司  
2022年9月22日

## 遗失声明

▲ 樊顺高(身份证号:42242219571228421X)不慎遗失登记证号为松滋市龙城镇碑亭村六组的乡村建设规划许可证,证号:乡字第42108720210424号,建筑占地200平方米,特此声明。

公益广告

## 配合防控 人人有责



出现发热、干咳等症状,及时就医,并主动向社区报告。发现抗原自测阳性,主动向社区报告。

中国疾病预防控制中心 国家卫生健康委宣传司 指导  
中国健康教育中心 制作 荆州日报社 宣