

## 雪花那个飘,补点儿铁和钙

昨日,一场突如其来大雪使人的心情无限愉悦,但雨雪也给人们健康带来潜在的威胁,不仅容易引发各种疾病,还给出行带来一定困难。

对此,医学专家提醒市民一定要注意健康安全和保健养生。



**情绪** 气象条件及其变化不仅影响人的生理健康,对心理情绪方面的影响也非常明显,雨雪天里要善于调整心理情绪、保持心情舒畅,克服因天气造成的负面心理。

**饮食** 人怕冷与机体摄入某些矿物质较少有关,冬季雪天要注意补充富含钙和铁的食物,多吃主食、水果,适量增加辛辣御寒食物也可提高御寒能力。

**保暖** 与其他部位相比,两脚最易受寒。两脚受寒后,可导致全身体温下降,打乱各个部位的正常生理机能。下雪天脚部的保暖尤应加强,踏雪后,最好用热水泡泡脚。

**肌肤** 雪天出门之前用冷水洗脸,也可以先用温水洗脸,然后再用冷水冲一下,帮助肌肤更适应雪天的环境氛围。

**出行** 最好穿上宽松、保暖、防滑的棉鞋。如果突然摔倒,尽量别用手腕去支撑地面,这种摔倒姿势最容易造成手臂骨折。

亚飞



## 没有技术不行,只有技术没有优质服务更不行 东方女子医院 组合拳打造品牌新亮点

以人为本 优质服务

没有技术不行,只有技术没有优质服务更不行。

据了解,郑州东方女子医院在医疗服务中严格做到合理检查、合理用药、合理治疗、合理收费,深化细节管理,让患者在细节中感受到被关心、被重视。

一是让患者天天都能得到专家的诊疗。郑州东方女子医院拥有大批高职称、技能精湛的专业人才和医疗精英,从而形成了一支以省妇科学术带头人董长江教授,原河南省肿瘤医院妇产科主任王翠莲、全国著名乳腺专业学术带头人李中玉教授领衔的权威专家组,并培养了一批如景颂恩、宋敏、宋青霞等专业带头人。这些专家对妇科疾病诊疗各有所长,从而造就了郑州东方女子医院能独立开展各类妇科疾病的诊疗和手术的专业医护队伍,让每一位妇科患者都能及时得到专家的诊疗。

二是让患者随时感觉自己有人“管”。患者住院后,医院规定医务人员严格落实责任制度,责任医生和责任护士必须第一时间完成了解病情、确定治疗方案、向家属交代病情、安抚患者紧张情绪等工作,降低患者和家属的紧张感与焦虑感;患者入院后24小时内会有医风办人员到床旁送去院领导问候;同时,在落实配液中心集中配液、后勤科室下收下送,在“三个保障支持系统”功能的前提下,细化生活护理流程,保证生活护理在内的各项基础护理工作的完成;把医生和护士还给了患者,实现了护患之间的“零距离”。

三是让每个患者都能得到及时治疗。为了保证患者有序就医、及时治疗,专家深入门诊,随时协调解决问题,同时采取保证各科专家准时出诊,不限制专家门诊号;加强科室间协调,一旦专家门诊和普通门诊应接不暇之际,从科室抽调人员,特别是临时安排值班医生上班,以加强门诊力量。

成立于2004年3月的郑州东方女子医院是我省第一家专业女子医院。

医院汇聚有知名权威妇科专家,专业开设有妇科肿瘤、不孕不育、妇科门诊、乳腺疾病、整形美容、健康体检七大科室,同时,倡导“无痛、微创”的诊疗手段,有效治疗女性的常见病、多发病以及疑难杂症,为都市女性提供至诚至尊的服务。

晚报记者 董亚飞 蒋晓蕾



贴心的服务,让每一位在此就诊的患者备感温暖。

提升质量 追求卓越

“百姓到医院是看病的,他们每个人、每个家庭最大的希望莫过于把病治好。这就要求管理者和医务人员必须走在医学前沿,不断提高医疗技术水平。我们深谙这一点,也努力地带领全体医务人员朝着这方面迈进。”郑州东方女子医院李金昌院长说。

在郑州东方女子医院采访时,记者了解到,该院自成立之初就提出“树立品牌医院,开创人文医学,致力于创新医疗不断发展”的办院方针,之所以受百姓青睐,主要抓住了几个关键环节:

一是以健全和完善核心制度作保证。核心制度是确保医疗质量,规范诊疗行为,杜绝医疗事故发生的关键,也是医务人员日常医疗活动中必须遵守的工作规则。多年来,医

院根据卫生部和市卫生局的有关要求,不断健全、完善、修订规章制度,同时认真落实首诊负责制、查房制度、会诊制度、告知制度等核心制度;健全医疗安全和医疗纠纷应急处置机制以及医患矛盾排查调节机制;落实医疗安全责任制和责任追究制,严格实行医疗过失管理办法,力争以制度保证质量,以质量提高治愈率。

二是提供高端的医疗人才队伍。建设结构完善的人才技术梯队,郑州东方女子医院始终坚持“对外开放、对内开放,搭建平台”的原则,多渠道、多渠道引进以临床实用型为主,兼顾科研开发的高素质、高层次医学人才;多次组织员工赴北京等地接受培训,同时还邀请专业的培训师对员工进行“真正的执行”培训等,

以此来促进医务人员人文素质和服务能力的不断提升。

三是提升诊疗能力赢得患者信赖。郑州东方女子医院在医疗设备上投入巨资。拥有先进的腹腔镜、宫腔镜、数码电子阴道镜、近红外线乳腺诊断仪、进口GE彩色超声、微波治疗仪、激光治疗仪、波姆光、利普刀、钼靶X线摄片机等高精尖诊疗设备,拥有国内一流的“层流净化手术室”、高标准临床检验中心。

“品牌不是喊出来的,是靠医院实实在在做出来的。”李金昌院长说,“我们对每一个服务环节都认真对待,尤其是要站在患者的角度思考问题、提供服务,这样才能真正做到让患者满意。”