

今天是第六个世界糖尿病日

单位的常规体检 约50%糖尿病患者漏诊

查血糖不能只查空腹时,还要测餐后两小时血糖值 请来加入糖友俱乐部,学学“降糖操”

今天是第六个世界糖尿病日,中国已成为世界上糖尿病患者人数最多的国家,且糖尿病发病呈现出快速增长和年轻化趋势。

值得一提的是,单位体检检查的空腹血糖不高,并不能成为血糖正常的依据。仅检测空腹血糖数值,会漏诊大约50%的糖尿病患者。

昨天上午,郑州大学附属郑州中心医院在中原区万达西广场举办大型义诊活动,现场为市民答疑解惑。

记者 邢进 实习生 肖雅文

适当锻炼,对控制血糖很有用处。

“糖尿病患者本来就需要适度的体育锻炼,这套‘降糖操’的动作可以让全身的肌肉都得到锻炼,适度刺激某些穴位,达到降糖和保健的目的。”

到哪里能详细学习“降糖操”呢?李春红说,医院在去年10月份成立了糖友俱乐部,每季度第一个月的第二周四定期举行糖友见面会,大家互相交流保健知识和抗病历程,还有专家讲座等健康宣教活动。

常规体检会漏诊50%的糖尿病患者

在昨天的义诊现场,医护人员为市民测血糖,不一会儿工夫,就有好几个市民被检查出餐后血糖过高,需要进一步确诊是否患了糖尿病。

“我的血糖怎么会不正常呢?几个月前单位刚体检过啊,血糖值完全在正常值范围内。这是怎么回事啊?”市民张先生的疑问颇具代表性。

郑州大学附属郑州中心医院内分泌科主任李清楚说,查血糖不能只查空腹血糖值,还要加一个餐后两小时的血糖值,“60%~70%血糖异常的患者是以餐后血糖值升高为指征的。”

单位的常规体检一般都要求空腹查血,这样检查出的结果只是空腹血糖值,会有60%~70%的血糖异常无法查出,最终会有约

50%的糖尿病患者被漏诊。

李清楚建议糖尿病高危人群要定期检查空腹血糖和餐后血糖值,“高危人群包括有家族糖尿病史者、经常熬夜睡眠晚起的生活不规律者、饮食不规律者、过度肥胖者等。”

防“糖”治“糖”刻不容缓

世界糖尿病组织2009年公布的数据显示,印度是糖尿病患者最多的国家,中国以4320万糖尿病患者位列第二。

仅仅三年时间,中国已超越印度成为世界上糖尿病患者人数最多的国家,患病总数接近1亿,患病率高达9.7%,并且还在逐年增加。

更为可怕的是,1亿患者与患病率9.7%,计算的仅是已确诊患者,糖尿病前期患者尚未被纳入统计范围。研究结果还显示,我国糖尿病发病人群有快速增长、年轻化趋势。

李清楚说,“防胜于治”,在糖尿病的防治方面,预防远远比得了病再治疗更科学,市民一定要定期检测血糖,提高筛查意识,养成健康规律的生活方式,控制体重,清淡饮食,营养均衡,提高生活质量,远离糖尿病。

郑州交运集团 送棉农返乡

昨日早上9点,从新疆库尔勒返乡的66名河南西华的棉农,怀着急切的心情坐上了从总站发出的棉农直通车,踏上了集体返乡之路。

7点30分,总站调度室安排职工王万发按约定时间赶到火车站,准时接到了从新疆库尔勒返乡的棉农,组织棉农乘坐专车来到汽车总站。经过三天两夜的长途跋涉,棉农们都精疲力竭,工作人员安排他们在候车大厅坐下,倒上了热腾腾的开水。当劳累几天的棉农安心地坐上车,高兴地说:“真是到了家,还是家乡的人亲啊!”棉农们笑逐颜开。

从新疆返乡的棉农一拨拨来到二马路站,车站书记张纯孝亲自带队到火车站将棉农一批一批接到二马路站,因为棉农突增,车站立即调度7辆加班车,并特别为他们提供优惠票价。

记者 李雪 通讯员 海慧霞 阎晓丽

来糖友俱乐部学“降糖操”吧

昨天上午,中原万达西广场,伴随着“一二三四”的喊拍声,几十位市民在护士的带领下认真做着一种健身操。

经过广场的市民纷纷驻足观看,郑州大学附属郑州中心医院的护士说,这是一种糖尿病保健操,简称“降糖操”,对糖尿病人特别是有并发症的患者有很好的康复效果。

该院大内科护士长李春红说,这套健身操是内分泌科的医护人员在长期的临床工作中,结合外地的一些经验独创的,糖尿病患者每天

JCI 国际认证魅力何在?

普通市民走进郑州人民医院体验后赞誉有加

JCI 标准是全世界公认的医疗服务标准,代表了医院服务和医院管理的最高水平。然而,JCI 标准近乎苛刻,通过认证难度极大,目前国内通过JCI 认证的公立医院仅有3家。今年7月27日,郑州人民医院一举通过JCI 认证,成为我省首家通过认证的综合医院,也是通过认证的国内规模最大的综合医院。短短三个多月,JCI 给这所百年老院科学发展带来了无穷的魅力和活力,引起了业界的广泛关注和赞誉。

近日,郑州人民医院开展“JCI 开放日”活动,敞开医院大门,让普通市民亲身体验JCI 带来的变化,感受JCI 的人文魅力。

记者 邢进 实习生 肖雅文/文
通讯员 张浩/图

人文服务无微不至

11月3日上午,首批16名报名参加郑州人民医院“JCI 开放日”活动的市民来到医院。他们中有年近七旬的老人,也有刚过20岁的年轻人。

在护士的带领下,市民先后参观体验了门诊大厅、检验科、消毒供应中心、骨科病房、药房、静配中心、病房楼大厅。

9时50分,正是就诊高峰时段,虽然患者熙熙攘攘,但整个就诊环境温馨宜人、干净有序。

门诊大厅服务台的护士小姐亲切可人,大厅西侧一角,雨伞、平板推车、轮椅等随时可满足患者的需要。一旁的四台自助打印机,引起了体验市民的浓厚兴趣。护士



说,只要插入就诊卡,就可打印出任何需要的检查单据。

在病房药房,单剂量摆药机可是个新鲜事物。在摆药机里,每位病人每次的用药都被封成一个小包装,护士送药,看服到口。

65岁的市民徐大爷说:“这服务实在是太周到了!如果不是亲眼所见,简直难以想象护理服务能细致到这种程度。”

在骨科病房,不仅在病床与病床之间,就连走廊上的加床都设置了四面制作精美的隔帘,以保证患者的私密空间。

细节影响品质,细节体现品位。在郑州人民医院,彰显人文关怀的细节随处可见,触手可及。

安全防线无处不在

JCI 标准的核心是降低风险、保障安全与医疗质量的持续改进,它的每一条细节要素都贯穿了“保证医疗质量和病人安全”的准则。

在医院消毒供应中心和静配中心,参观市民着实体验到了这种无处不在的安全。该中心负责人介绍,医院手术和门诊使用的所有物品器械,都由消毒供应中心进行处理。

污染的物品器械首先用处理过的纯净水进行冲洗,然后高温消毒,最后打包,每一道程序由不同的工作人员操作。消毒物品打包完毕后,会贴上一个标签,上面标注有消毒操作人、消毒物品用途等内容,“这个标签相当于一个消毒物品的身份证,在使用前进行确认和识别,确

保不出任何差错”。

静配中心,每一份静脉用药的医嘱,都要经过数次核对,负责人说:“首先是药师核对,无误后进行配药前的二次核对,配药完毕之后,配药人进行第三次核对,药品才能发放到病房,在病房,由发药的护士进行用药前的第四次核对。”正是因为一次次不厌其烦的核对,才能保障患者的用药安全。

在骨科病房医生办公室,一张表格引起了市民的关注。这张表格上,标注着全院所有除颤仪的分布情况。护士长笑着解释说,这个表格是为了以防万一,一旦住院病人出现心跳骤停,医护人员可以第一时间找到离病房分布最近的除颤仪进行抢救,通知医院的高级心肺复苏小组,他们会在4分钟之内赶到进行救援。

人文细节彰显大爱

两个小时的体验参观,16名市民意犹未尽,他们聚集在病房大厅里热烈交谈。

61岁的熊女士是郑州人民医院泌尿外科的老病号,因患肾囊肿,她两次住院手术。“我两次住院感觉都已经不一样了,明显觉得从服务到医疗水平都有了很大的提升。这次参观体验,医疗水平暂且不说,医院的服务更是有了质的飞跃。这里无论是病房环境,还是医疗服务都无可挑剔,管理也很科学规范,这样的医院让人放心。”

36岁的张学孟是郑州人民医院的老朋友,他曾两次参加医院组织的参观体验活动。他说,通过两个小时的参观,发现JCI 的核心就是“以人为本”,处处从患者的角度考虑问题。

“只有起点,没有终点。”市卫生局党委委员、郑州人民医院院长周玉东表示,通过JCI 认证仅仅是一个开始,只有敞开大门,广泛接受社会各界的监督建议,才能不断提升医院国际精细化管理水平,才能为群众提供更加安全、高效、价廉的品质医疗服务。