

耿革新:

## 省抗击新冠肺炎疫情先进个人



10月21日,河南省抗击新冠肺炎疫情表彰大会在郑州举行,948名先进个人、300个先进集体和150名优秀共产党员、100个先进基层党组织受到表彰。会上,荥阳市人民医院院长耿革新荣获河南省抗击新冠肺炎疫情先进个人称号。

作为一家县级医院,荥阳市人民医院全体党员职工用实际行动书写了共产党员的担当和使命。疫情防控期间,确诊患者7人,确诊患者全部治愈出院。医院全体职工、物业、保安共1300余人,就诊及住院患者无一人感染。

自新冠肺炎疫情疫情防控工作开展以来,耿革新带领荥阳市人民医院全体干部职工放弃休假,全员上岗,迅速投入到疫情防控第一线。面对新冠肺炎疫情蔓延的严峻形势,成立了领导小组,下设7个专项工作组,制订了应对新冠肺炎医疗救治工作预案。召开全院疫情防控工作会,成立新冠肺炎疫情防控办公室,制订各类实施方案。

从疫情开始,他在医院连续工作40多个日日夜夜,一刻都没有离开过岗位。他带领大家不断改善防控各项设施,新增了

6间移动发热门诊诊室,成立了隔离病区,增加了94间隔离病房,解决隔离床位紧张问题。成立医疗救治专家组,优化院内会诊及市级专家组会诊流程,制定了24小时值班队伍,先后10次组织新冠肺炎诊疗培训和防控知识讲座,多次举行新冠肺炎应急演练。由160多名医疗、护理专业人员组成的8个医疗梯队进入隔离病房、隔离留观点开展医疗救治工作,并配备红外热成像测温仪、负压转运救护车、车载呼吸机、除颤仪、移动方舱CT等急需设备,确保满足新冠肺炎临床救治需求。

在疫情防控斗争中,耿革新带领荥阳市人民医院全体干部职工逆行而上、勇于担当,始终奋战在疫情防控第一线,经过不断努力,医院收治的7名确诊患者全部痊愈出院,医务人员和患者实现院内零感染,确诊患者全部清零。耿革新时刻把人民群众的生命安全和身体健康作为重中之重,采取一系列强力措施开展疫情防控和救治工作,带领全体医务工作者为荥阳人民群众生命健康筑起了一道“钢铁长城”。记者 姚辉常 通讯员 楚珣 文/图

王宏智:

## 替病人垫付8400元 一年后,病人来还钱

记者走进荥阳市第二人民医院心内科办公室,“医德高尚,妙手回春”等锦旗挂在办公室墙上。

2017年的一个夏天,门诊室来了一名病人,其患有间歇性精神分裂症,在家胸痛已经持续了3个小时。王宏智向医院申请走绿色通道,检查结果显示为急性心肌梗死。王宏智立即进行支架植入术,最终帮助病人开通血管,转危为安。

住院几天后,病人还没有完全康复,其父亲就带其回家。王宏智详细询问原因,病人的父亲眼含热泪说:“你们救了我孩子的命,我已非常感谢了。可是,我们家里的钱都花完了,实在拿不出来一分钱。”王宏智说:“你放心,我们都是把病人的健康放在第一位的。你让孩子在医院好好接受治疗,钱以后慢慢想办法。”病人犹豫了片刻,答应了。

在接受记者采访时,王宏智说:“父亲救孩子,都是一心一意的,不会说空话。”

病人出院时,除了医疗保险可以报销的部分,费用还欠8400元。王宏智得知后,拿着自己的工资到缴费窗口把这部分钱交了。病人一再感谢,王宏智说:“你是我的病人,我要对你负责。”

一年过后,病人回来还钱,还多出了100元。

心脏类疾病的特点是发病突然,抢救要迅速,几分钟就决定了一名病人的生死。2018年11月,一名病人在荥阳市第二人民医院大厅突



然倒地抽搐。王宏智赶紧对病人的胸部进行按压,经过抢救,病人最终醒了。从病人倒地到清醒,只用了3分56秒。

病人康复是医生最幸福的事,最难过的莫过于不听从建议。2019年1月,一名80岁老人在家昏迷,经过医院救治,老太太脱离了危险。手术过后,王宏智建议老人做心血管手术,老人的孩子反对,说:“我妈刚醒过来,你就想让他受罪,你这医生怎么当的?”遗憾的是,一周后,老太太突发疾病撒手人寰。

“现在,许多疾病的治疗都有规范、指南。当医生建议做手术时,你只需要让医生告诉你治疗方案是不是按照指南来的,如果是,你就做。”面对病人的不理解,王宏智常常这样告诉他们。

荥阳时报 邓浩浩  
通讯员 王金凤 文/图

## 冬天到,提醒您养生防“五寒”!

立冬后,天气转凉,一些体质较弱和对气温变化比较敏感的人开始觉得有些不适,有的甚至因此诱发疾病。这类人尤其要注意防“五寒”。

### 防鼻塞 晨起冷水搓鼻莫嫌烦

立冬之后一些有过敏性鼻炎和鼻腔抵抗力较低的人容易因此诱发鼻炎,怎么办呢?

发生鼻炎的主要原因是鼻黏膜敏感、鼻腔的免疫能力降低。不妨以寒制寒!每天早晚用冷水洗鼻有利于增强

鼻黏膜的免疫能力,是防治鼻炎不错的办法。用冷水洗鼻子的时候,顺便揉搓鼻翼可改善鼻黏膜的血液循环,有助缓解鼻塞、打喷嚏等过敏性鼻炎症状。过敏性体质的鼻炎患者可以通过中医膏方进行调理。

### 防肺寒 温肺散寒注意中医调理

立冬之后,有的人机体抵抗力下降,出现怕冷、低烧、鼻塞、流涕清稀、咳嗽痰多、无汗头痛、肢体酸痛等症状。

这是风寒感冒。症状比较轻的人,食

疗应选择一些能辛温解表、宣肺散寒的食材,比如葱白和生姜等。如果是气虚、寒性等体质的慢性支气管炎患者,可以尝试中医膏方调理。

### 防腰寒 双手搓腰肾阳暖

女性腰部受寒引起的气滞血瘀,不但会诱发一系列例如痛经之类的妇科疾病,还会影响卵巢等生殖系统机能。

双手搓腰有助于疏通带脉、强壮腰脊和固精益肾。腰部为“带脉”(环绕腰部的经脉)所行之所,特别是脊椎两旁的

后腰是肾脏所在位置。肾喜温恶寒,常按摩能温煦肾阳、畅达气血。具体的做法是:两手对搓发热后,紧按腰眼处,稍停片刻,然后用力向下搓到尾闾部位(长强穴)。每次做50~100遍,每天早晚各做一次。

### 知识科普 健康促进

主办:荥阳市健康促进办公室  
支持:荥阳市人民医院

### 防脚寒 家庭足浴赛灵丹

常言道,寒从脚下起。不少人觉得立冬时节即使穿了厚袜子,足部还是不暖和,怎么办呢?如果属于阳虚体质的人群,可以试试中医膏方调理,如果症状比较轻的人不妨试试居家足浴法。

第一是睡前最好用40℃左右温水浸泡双脚(水淹没踝关节处),如何感觉这个温度呢?就是感觉有点烫但是不至于不舒服。第二是时间,每次浸泡20~30分钟,记住加热水保持水温,泡后皮肤呈微红色为好。第三是擦干足部用手按摩足趾和脚掌心2~3分钟。以上三点做完之后最好在半小时就寝,保证足浴效果。

请注意,家庭足浴不宜在饭后立即进行,糖尿病人浸泡水温更不宜太高。凡烧伤、脓疱疮、水痘、麻疹、足部皮肤皴裂及足部外伤者均不宜足浴。足浴后立即擦干双脚,注意足部保暖。足浴过程中如出现神志模糊、面色苍白、出冷汗等异常情况应立即停止并及时就诊。



### 防颈寒 薄围巾立领装出门穿

秋冬季节是颈椎病高发的季节,穿立领夹克或者戴围巾有助于防止寒风的侵袭,对脖子起到保暖作用,消除颈椎病的诱发因素。颈部保暖不仅可以避免颈部疲劳,而且可以避免头颈部血管因受寒而收缩,使脑部的血液循环减慢,对高血压病、心血管病、失眠等都有一定的好处。

一些人身体遇到冷风、接触冷的物体时会全身出现瘙痒和红斑块,这是寒冷性荨麻疹的表现。一般在遇冷后几分钟出现反应,遇热后20分钟左右会自然消退,不留痕迹,再次遇冷后会反复发作。如果是寒性体质的人群,可以通过中药膏方来调理。