助力乡村振兴

路灯亮了 村民笑了

本报记者 王 平 通讯员 李梦丹 赵培恒

5月6日一大早，天刚蒙蒙亮，平顶山市郏县冢头镇小李庄村驻村第一书记、来自郏县第二人民医院的徐磊就起床了。当天是立夏节气。过了立夏节气，麦收的脚步就越来越近了。他想着自己手头上还有很多事儿，得赶紧安排好，让群众过一个满意的麦季。于是，他加快手上的动作，简单吃了几口早餐就匆匆出门了。

自从来到小李庄村，徐磊就在村委大院安了家。白天，他和驻村帮扶队员走进田间地头，与村民促膝交谈，了解村民的想法和生活生产需求；夜晚，召开座谈会，商量解决村民的实际问题。接下来，徐磊带领驻村帮扶队员与村干部进行沟通，整理出带领村民致富的思路。随后，他经多方沟通，筹集资金，发展致富项目。

冢头镇距离县城13公里，管辖35个行政村，地理环境复杂，出门就是弯曲的山路。

少说空话，多办实事。2021年9月1日，雨下得格外大，徐磊望着秋雨中的小李庄村，思虑良久。该村道路两边没有安装路灯，垃圾堆积如山，还有一些破墙漏屋摇摇欲坠，被雨水浸泡的土路满是泥泞。徐磊心想："村里的问题这么多，我得抓紧时间干，一天都不能耽误。"

"我们要把村民的利益放在第一位，少说空话，多办实事儿。当务之急，是改善村里的人居环境。"徐磊一边说，一边扛起铁锹，带领村干部们清理街道两旁的垃圾堆、疏通下水道……持续一个月的强体力劳动，他的手上布满了血疱，身体疲惫不堪，大家都劝他休息几天。可是，他仍然坚持工作。后来，徐磊想方设法筹集68万元资金，为该村铺上柏油路、安装路灯，修建围墙，推倒废弃院落复耕农田，还给菜园子围起了栅栏。

对此，小李庄村的负责人激动地说："农村的工作确实不好干，但是徐磊书记积极乐观、和蔼可亲的工作态度，深深地影响了我们。在他的带领下，大家齐心协力，在短时间内，使整个村庄的面貌焕然一新。"

帮助脱贫户解决困难。李某今年18岁，父亲去世了，与患有严重精神疾病的母亲相依为命。初中毕业后，李某就辍学在家照顾母亲，简陋的房屋足以看出这个家庭的困难程度。徐磊看在眼里、痛在心上，他组织村干部为李某家改造房屋，修建厨房、购置厨具、修建院墙，还托熟人给李某找工作，并为他们办理了低保手续。李某感激地说："徐书记是我们的恩人！"

走进田间地头，确保安全生产。2022年6月，酷暑难耐，徐磊一刻也不敢停歇，走进田间地头执行"秸秆禁烧"任务，不分时段巡视。6月21日，徐磊在巡视时，突然感到心前区疼痛难忍、头晕、恶心，于是在村民的帮助下来到郏县第二人民医院的心内科就诊，经过检查，徐磊被查出患有冠心病。他仅住院8天，在病情得到控制后又立即回到小李庄村投身工作中。

路灯亮了，村民笑了。"我们村以前晚上出门漆黑一片，老早就钻进被窝儿睡觉了。如今，村里到处都是路灯，大家吃过晚饭还能出来跳广场舞、唱戏、健身，热闹得很。"小李庄村的张老太太微笑着说。

如今，小李庄村的村容村貌，与过去相比仿佛"脱胎换骨"。可是，徐磊却不满足，因为他的心愿还没有全部实现。下一步，他将继续筹集资金发展村集体经济、争创五星支部等。"解决村民的急难愁盼是我们驻村帮扶工作的目标。乡村要振兴，我们要走在前、想在前、干在前，不仅让村民的钱包鼓起来，还要切实提高他们的幸福感和获得感。"徐磊说。

基层快讯

淅川县急救知识进校园

本报讯（记者乔晓娜 通讯员王耀瑾）5月10日，南阳市淅川县九重镇卫生院组织医务人员，深入该镇初中，开展了防溺水应急救治培训活动，为学生筑起了安全屏障。

医务人员通过现场演示，讲解对溺水者施救的三步操作要领：一是从意识、呼吸、脉搏三方面判断有无生命体征；二是对溺水者进行胸外心脏按压；三是对溺水者进行人工呼吸，并解答"遇到溺水的人应该怎么办"等问题，同学们对"模拟患者"进行溺水施救操作步骤，加深对急救知识的理解，提高了日常防范能力。

此次宣传增强了学校师生对防溺水急救知识的了解，提高了安全意识和急救能力，对溺水起到有效预防作用。

郾城区托育服务向纵深发展

本报讯（记者王明杰 通讯员段泳利）5月15日，漯河市郾城区卫生健康委被有关部门评为"全市托育服务工作先进单位"。

近几年，郾城区卫生健康委认真落实国家、省、市实施生育政策及配套支持措施的决策部署，聚焦"一老一小"民生保障，整合社会资源，进行示范创建，推动托育服务向纵深处发展，逐步形成"示范托育园为引领，医育结合为特色，托育服务进社区"的婴幼儿照护服务体系，全区托育事业发展进入高速运行轨道。

目前，全区注册托育机构16家，其中省级备案9家，市级示范性托育机构2家，市级托育服务先进机构1家，区级示范性托育机构4家，可提供婴幼儿托位数1250个。

偃师提升紧急医疗救援能力

本报讯（记者刘永胜 通讯员李龙光）近日，洛阳市偃师人民医院举办了一场以"平安守护 联合行动"为特点的交通事故应急医疗救援演练，对全院应对突发公共事件提升应急救援水平进行了实战检验。

本次演练由急诊科、创伤中心等联合行动。演练模拟在偃师区某路段突发汽车追尾事故，导致现场4人重伤、2人轻伤等，呼叫偃师人民医院医疗救援。

救护车抵达现场后，急救人员立刻评估患者的病情，对重伤患者分别采取了心肺复苏、静脉输液、头部胸部包扎等措施，并将现场情况向院内医生汇报。

在途中，医务人员通过急诊急救平台系统与院内值班医生进行视频通话，发出会诊请求，院内医生及早做好准备。待患者入院后，院内值班医生迅速进行有序分诊救治。

整场演练历时1小时，抢救过程井然有序，体现了良好的专业素养。

舞钢市开展季节性消杀服务

本报讯（记者王 平 通讯员段泓涛）近日，舞钢市疾病预防控制中心工作人员来到二郎山景区，为景区的服务人员讲解高效氯氟氰菊酯、84消毒液等病媒生物用药知识，现场进行环境消杀，还对天源水务城市水厂等单位进行饮用水抽样检测，确保群众饮用水安全。

夏季气温高，是蚊蝇的繁殖季节。为了有效控制病媒生物疫病发病率，保障群众身体健康，疾控人员对居民小区、中小学校等开展消杀跟踪服务，从源头上控制病媒生物的繁殖和蔓延，有效控制疾病传播，为群众营造健康的生活环境。

尉氏县普及儿童保健知识

本报讯（记者张治平 通讯员郭 强 闫亮良）近日，尉氏县妇幼保健院成立由儿童保健专家、新生儿疾病筛查专家等组成的工作组，下基层开展了6岁以下儿童保健知识培训及妇幼健康督导工作。

工作组先后来到蔡庄镇、朱曲镇、张市镇等地医疗卫生机构，通过抽取档案、查看资料和现场询问等方式对6岁以下儿童健康管理工作开展情况进行督导，并将督导结果及时反馈相关负责人。

随后，工作组开展了儿童健康管理服务规范讲座，对新生儿访视、新生儿疾病筛查等相关知识进行培训。

本次督导及培训，为进一步规范全县妇幼保健服务工作奠定了基础。

唐河县普及宫颈癌防治知识

本报讯（记者乔晓娜 通讯员刘建军）近日，唐河县妇幼保健院举办预防宫颈癌科普知识大讲堂。

本次大讲堂特邀该院专职讲师孙爽授课。她结合全院筛查中的典型案例，通过PPT（幻灯片）课件展示，向大家介绍了宫颈癌的诱发因素、主要危害等知识，详细阐述了宫颈癌与HPV（人乳头瘤病毒）感染的关系，并就HPV疫苗接种注意事项、不良反应等进行讲解。她提醒广大女性要关注自身健康，及时接种宫颈癌疫苗，定期进行筛查，做到早发现、早诊断、早治疗。

此次讲座普及了宫颈癌防治知识，增强了广大女性的自我保健意识。

患者家属打热线点名表扬医生

本报讯（记者丁宏伟 通讯员李 卫）近日，汝南县人民医院意外地收到了一张来自"12345"政务服务便民热线的特殊承办单，是住院患者家属对该院急诊外科医生韩大启的一张表扬单。

事情还要从3月26日说起，69岁的患者王某步行时被一辆电动车撞倒，身上多处受伤，活动受限，被紧急送往汝南县人民医院救治。主管医生韩大启进行了查体，初步诊断其为腰椎骨折，建议患者做进一步检查。X线检查结果：腰椎压缩性骨折、左桡骨远端骨折、左侧多发肋骨骨折，需要手术切开复位内固定。由于患者年事已高，且惧怕做手术，韩大启决定为其进行保守治疗，采用手法复位、石膏托外固定+中药内服外敷的中西医结合治疗方法。经过精心治疗，王某的病情有了明显好转。

其间，韩大启精湛的医术、热情周到的服务，患者家属看在眼里，感动在心里，就给"12345"打电话，想通过这个特殊渠道向韩大启表示感谢。

科普专家话健康

母乳喂养的技巧及注意事项

□郭晓丽

母乳是婴儿最佳的营养来源和第一剂"疫苗"，是每一位妈妈为婴儿制作的第一份珍贵"礼物"。按照《母乳喂养促进行动计划（2021-2025年）》要求，到2025年，全国6个月内婴儿纯母乳喂养率要达到50%以上。然而，2021年2月，我国发布的《中国母乳喂养影响因素调查报告》显示，6个月内婴儿纯母乳喂养率仅为29.2%。

小玲是一位新妈妈，特别希望婴儿能吃到母乳。虽然分娩前在孕妇学校也学习了一些母乳喂养知识，但是当她给孩子喂奶时，总是感到手臂酸痛；孩子也经常哭闹，母乳无法满足婴儿的需求。于是，她来到医院寻求帮助，产科医生观察了小玲的喂奶姿势及婴儿的反应后，发现喂奶姿势和婴儿的含乳姿势均不正确，及时纠正；还告诉小玲要多喝水、多休息，避免熬夜等。在医生的指导下，小玲实现了母乳喂养的愿望，满足了婴儿的需求。虽然在这个过程中，她经历了一些挑战，但是她从中学习到了更多的育儿知识，得到了多方的帮助与支持，成为一位自信的妈妈。现在，我为大家科普新妈妈进行母乳喂养的技巧及注意事项。

首先，新妈妈要树立起信心，尽快完成角色转换。哺乳是人类的本能之一，大多数新妈妈都可以顺利完成哺育婴儿的任务。新妈妈在照顾婴儿的同时，也要关注自己的情绪变化。新妈妈只要放松心情，保证充足的睡眠，合理膳食，适度运动，多与家人朋友沟通，就会为婴儿提供充足的乳汁，满足婴儿的生长需要。

其次，只要掌握正确的喂奶姿势和婴儿含接姿势，就会顺利完成母乳喂养，也可以有效预防乳头疼痛、乳头皲裂现象。哺乳时，建议新妈妈选择一个舒适的位置，背部保持挺直，手臂和婴儿保持平行；婴儿的头部和身体呈一条直线，身体紧贴母亲，面向乳房，鼻子对着乳头，让婴儿张大口，尽量吸进整个乳头和大部分乳晕，以保证婴儿舒适地吸吮乳头。掌握按需哺乳的原则，新妈妈会识别和回应婴儿饥饿的信号。同时，婴儿频繁、有效地吸吮乳头，可以促进乳汁分泌，预防乳房肿胀。

最后，如何判断婴儿是否摄入足够的乳汁呢？我们可以从以下几方面进行判断：1.观察婴儿体重增加情况。新生儿出生后7天～10天内，体重恢复至出生时的体重，此后体重持续增加，满月后增加600克及以上。2.观察婴儿小便次数及颜色。母亲"下奶"后，婴儿每天排尿6次以上，尿色淡且味道轻。3.观察婴儿大便次数及颜色。婴儿出生后每天排胎便数次，3天～4天后，大便颜色应从墨绿色逐渐变为棕色或者黄色。4.观察婴儿吸吮动作。婴儿慢而深地吸吮乳头，可看见吞咽的动作或听到吞咽的声音。5.观察婴儿的满意程度。婴儿自己放开乳房，表情满足且有睡意。6.注意乳房的感觉。喂哺前乳房饱满，喂哺后变软。在养育孩子的过程中，新妈妈不仅收获了无尽的喜悦，还深刻地理解到人生的价值。在母乳喂养过程中，婴儿是新妈妈的动力和依靠。他们让新妈妈不断成长，更加坚强，更加明白生命的意义。总之，我要向所有即将成为母亲或已经是母亲的女性说：爱是最美丽的力量，愿你们在孩子的陪伴下生活幸福。

（作者供职于郑州大学第三附属医院，为河南省健康科普专家）

人物剪影

"你的电话就是120！"

工作中的史卫平 李 洋/摄

"要让老人充分休息，注意饮食，做好防护……"5月12日晚，在温县弘达社区居民马焕明家中，温县第二人民医院体检中心的负责人史卫平为88岁的马焕明注射过药物后，将被褥压好，并叮嘱患者家属。

患者的女儿感激地说："我们已经麻烦您十几年了。您就像俺的家庭医生一样，不管多晚都会及时来到俺家。能认识您，真是俺一家人的幸运！"

史卫平和马焕明一家的缘分要从2014年的一次义诊说起。那次义诊活动结束后，史卫平把一份份记录着检查情况及注意事项的精美卡片分发给筛查出疾病的群众。这一幕，感动了马焕明。于是，马焕明立即记下史卫平的电话号码。此后，无论自己或者家人出现健康问题，他都向史卫平咨询，并寻求帮助。而史卫平也从来没有推诿，每次都尽心尽力解决问题。时间久了，史卫平就自然成了马焕明一家人信赖的"家庭医生"。于是，有了健康方面的问题或者需要住院治疗了，他们都是在咨询史卫平后，才觉得放心。

史卫平为群众提供诊疗服务的例子不胜枚举，多年来，入户为群众下胃管、打针、换药……对于史卫平来说都是家常便饭。

"赠人玫瑰，手有余香"。这些年，由于史卫平表现突出，不仅受到众多患者的信赖，还得到上级的认可，成为该院体检中心负责人。职务变了，但她为群众服务的初心没有变，她每天组织体检、提升服务质量、办理证件、社区宣教、职业病防治……忙得像陀螺一样。她在工作中，积极改善软硬件设施，为群众提供专业、优质、便捷的体检服务。在不断提升体检质量的同时，她和同事还为群众提供延伸服务，被许多群众当成"健康守护者""家庭医生"。

家住温县慈胜社区的张某是在健康宣教中认识史卫平的。一天凌晨，史卫平突然被手机铃声惊醒。"史主任，我突发大出血，背上都是……"电话那边，张某急促地说。史卫平立马翻身起床说："让家人把您送到医院，我在医院门口等您。"陪同患者做检查、取药、连夜做手术……不到两个小时，张某的病情就得到了控制。看着史卫平和其他医务人员疲惫的眼神，张某不好意思地说："那一刻，我真是吓坏了，就直接拨通了你的电话……太感谢你啦，你的电话就是120！"

对于医务工作者来说，群众的信任就是最大的褒奖。这些年，史卫平走遍了温县262个村庄，组织疾病筛查与宣教，为群众筑牢健康防线；不是医疗名家，她却踏踏实实为群众的健康着想，认认真真对待每一个来体检的人，让群众能第一时间记住她。

"守护群众的健康是我义不容辞的责任，患者的认可是我前进的动力。"史卫平说，在这个岗位上，就要对得起患者的信任，就要为群众筑起健康的"防火墙"。

（王正勋 侯林峰 李 洋）

我的家庭医生故事

马留霞：患者的"心结"解开了

她从不嫌患者家里脏乱，从不嫌患者问题多，无论是孩子的疾病，还是老人的顽疾，她都能积极面对。她就是商水县第二医疗健康服务集团巴村院区公共卫生科主任、家庭医生——马留霞。

提起马留霞，很多人都会竖起拇指，许多老年人甚至觉得她像自己的闺女。在工作中，马留霞时常说："我用心灵温暖群众，用责任守护群众的生命。"

生病了就得去医院治疗，这是一件无须争议的事儿。可是，对于那些身患重病、行动不便的患者来说，去医院的过程本身就是一次痛苦的体验。躺在病床上的患者，多么希望医生如天使一样来到眼前，在家里就能为自己治疗疾病，免去了路途奔波、劳累。

家住大訾村的张女士，是马留霞的家庭医生签约服务对象。马留霞入户为张女士和老伴儿建立了老年人健康档案，并签订了家庭医生合约。此后，张女士和老伴儿的身体健康有了专属的"家庭管家"，马留霞每个月都给张女士检查身体、测量血压、听诊心肺等。去年12月，张女士感到胃部隐隐作痛，又害怕做胃镜检查不舒服，无论家人怎样劝说，张女士都不愿意做检查。这时，商水县中医院一年一度的消化道检查项目开始启动，得知此消息的马留霞，决定说服张女士做检查。一连几天，马留霞都抽出时间来到张女士家里，耐心讲解胃部检查的相关知识、注意事项及意义，不必过度紧张与害怕；并详细说明，只有做胃镜检查才能查明胃部不舒服的病因，才能对症治疗。这让张女士深受感动，愿意做胃镜检查。

于是，马留霞帮助张女士填写健康问卷，了解张女士的身体状况，并将胃镜检查预约单送到张女士的家中，再三叮嘱张女士要准时做检查；检查时，一定要带着胃镜检查预约单，不要忘记预约时间。据张女士回忆说："在郑州做检查的时候，医生说情况不太好，建议做病理检测，以便确诊。我心想，自己的胃真有问题了，就干脆做了病理检测。回到家中，在等待出检测结果这几天，我的心情特别忐忑，精神状态也不好。马大夫就每天抽出时间，主动和我聊天，消除我的烦恼与担忧。"最终，检测结果提示：未分化的小细胞癌。一听说是癌症，张女士一下子就瘫坐在了地上，哭了起来。于是，马留霞耐心向张女士讲解了未分化的小细胞癌的形成原因及症状，并不可怕；鼓励张女士不要被疾病吓倒，要振作起来，主动配合医生治疗。

接下来，张女士的"心结"被解开了，也敞亮了，接受了马留霞的建议，几天后在河南省肿瘤医院做了手术。对此，张女士说："通过家庭医生提前发现这种疾病，说明我是幸运的，因为发现得早，我不需要做放疗、化疗等。"术后，马留霞多次到张女士家中，为其做体格检查，嘱咐饮食注意事项；担心张女士的身体虚弱，抵抗力差，特意制定了胃病患者术后饮食方案。有一天，当马留霞去张女士家里的时候，张女士泪流满面地说："幸亏遇见你，是你救了我的命！"为了表达感激之情，张女士还特意为马留霞制作了一面锦旗，并送到巴村院区公共卫生科。

"她不仅是一名家庭医生，还是巴村院区公共卫生科的主任。多年来，她尽职尽责，兢兢业业，带出了一支情系千家万户的家庭医生团队。"巴村院区负责人说。

巴村镇管辖28个村，共有居民37508人，进行家庭医生签约36203人。这些年，马留霞带领10个家庭医生签约服务团队践行"精准服务"理念，不断优化服务内涵，提升服务质量；经常进村入户，扎实推进家庭医生签约服务，提升了群众的满意度。

近几个月，马留霞以老年人、孕产妇、儿童、慢性病患者、残疾人等人群为家庭医生重点签约服务对象，提供家庭医生签约服务；并为失能、半失能患者提供入户随访、免费诊疗、送药服务；开展个性化的健康管理等家庭医生签约增值服务；借助县域医联体建设，制定家庭医生签约服务包，细化家庭医生签约服务内容；构建医防协同机制，筑牢群众健康防线，更好地为群众的身体健康和生命安全保驾护航。

（本文由本报记者冯金灿整理）