

周口“六个一”让老年人“医”路畅通

本报讯(记者 李鹤)近日,河南省卫生健康委印发《关于进一步做好老年友善医疗机构建设工作的通知》(简称《通知》),对全面提升老年友善服务水平、切实改善老年人就医体验作出专项部署。周口市作为人口大市,正积极响应并推动相关政策落地见效,聚焦老年人就医过程中的急难愁盼问题,着力通过“六个一”措施,让老年患者就医更省心、更舒心、更暖心。

《通知》的核心在于加强老年友善医疗机构的内涵建设,并提供了具体的工作指引。针对老年人普遍反映的挂号难、流程繁、智能技术使用不便等问题,周口市各相关医疗机构将重点从以下六个方面优化服务:

预约挂号“一号通用”。大力倡

导老年门诊“一号通用”,提供电话、网络、现场及家庭成员代约等多种预约挂号渠道,简化预约流程,缓解老年患者“挂号难”。

就医环境“一路舒行”。持续优化院内适老化环境,完善无障碍通道、防滑地面、扶手等设施,确保老年患者就医通道安全、便捷、顺畅。

导诊服务“一路相伴”。强化导诊、陪诊服务,特别是为高龄、独居、行动不便的老年患者提供贴心的陪同就诊、协助取药、检查引导等优先服务,消除老年患者独自就医的不便。

特色门诊“一站式”解决。积极推行多学科协作(MDT)的“一站式”老年门诊,集中设置老年特色诊疗区域,让患有多种慢性病的老年患者无需多次转科,即可获得综合

诊疗方案。

住院服务“一站全管”。优化住院流程,对老年住院患者推行“一站全管”模式,积极开展老年综合评估,并据此组织多学科团队进行诊疗与护理,实现精准化、个性化管理。

居家医疗“一呼即应”。延伸医疗服务至社区和家庭,借助“互联网+医疗健康”平台,为有需要的老年患者提供远程医疗咨询服务、家庭医生上门服务以及紧急情况下的快速响应支持。

为确保建设成效常态长效,《通知》明确对老年友善医疗机构实行动态管理,每4年进行一次复审。近期,河南省将启动对2021年首批命名机构的到届复审工作。

据了解,周口市近年来已按照

全省统一部署,持续推进老年友善医疗机构建设,围绕友善文化、管理、服务与环境4个方面不断提升适老化服务水平。截至2024年年底,全市二级及以上综合医院全部开通老年人就医绿色通道,老年医学科设置比例达到88%。全市已累计建成老年友善医疗机构447家、老年友善基层医疗卫生机构202家。

周口市卫生健康委相关负责人表示,将继续围绕老年人病前、病中、病后3个阶段,紧抓健康教育、预防保健、疾病诊治、康复护理、长期照护、安宁疗护6个环节,加快构建覆盖全生命周期的老年健康服务体系,持续提升服务质量,切实增强老年人在医疗健康领域的获得感与安全感。



送诊进军营 共话鱼水情

本报讯(记者 史书杰)近日,周口市卫生健康委联合周口市退役军人事务局、武警周口支队,开展“送诊进军营”活动,为部队官兵送去健康关怀与暖心服务。

本次活动通过现场义诊、捐赠药品等方式进行,旨在切实满足部队官兵的日常医疗需求,为提升部队战斗力、支持国防和军队现代化建设贡献力量。

义诊团队由全市多家医疗机构的专家组成。活动现场,专家们为官兵提供了健康检查服务,耐心解答各类健康疑问,并给予个性化的诊疗建议和健康指导。此外,活动

还安排了幽门螺杆菌检测和心理健康疏导服务,全方位守护官兵身心健康。

同时,市卫生健康委发起的药品捐赠倡议,得到了市直各医疗机构的积极响应。捐赠的多类常用药物,为保障官兵日常健康提供了有力支持。

“‘送诊进军营’不仅是一项医疗服务,更是一次深刻的军民情感交流。”市卫生健康委相关负责人表示,全市卫生健康系统将持续发挥专业优势,积极投身双拥工作,进一步营造“军爱民、民拥军”的浓厚社会氛围。

周口市眼科医院

成为中国近视防控能力建设联盟骨干级单位

本报讯(记者 刘伟)10月24日,周口市眼科医院成功通过国家权威平台的严格评审,正式成为中国近视防控能力建设联盟(CAMP)骨干级单位。这标志着该院在近视防控领域的专业能力和工作成效获得国家级平台的高度认可,并正式迈入与国内顶尖力量协同发展的新阶段。

中国近视防控能力建设联盟(CAMP)是国内近视防控领域的权威组织,旨在整合全国优质眼科医疗和科研资源,通过提升基层诊疗水平、推广普及适宜技术,构建高效协同的服务体系,全面加强我国儿童青少年近视防控工作。联盟对申请单位的规模、技术实力、项目经验等进行综合评定,设有中心级、骨干级和成员级三个层级。周口市眼

科医院获评“骨干级”,充分体现了其在该领域的综合影响力。

近年来,周口市眼科医院高度关注区域儿童青少年眼健康问题,积极构建系统化的近视防治网络。医院持续开展每年两次的大规模校园视力筛查,为青少年建立动态眼健康档案,并提供医学验光、科学配镜和近视干预等服务,取得了显著成效,获得了社会各界的高度认可。

周口市眼科医院相关负责人表示,将以此为契机,与全国同仁深化交流互鉴,着力提升专业技术水平和服务能级,推动区域近视防控工作向更加系统化、专业化和协同化的方向纵深发展,为我国眼健康事业贡献坚实的“周口力量”。

项城市第一人民医院

急难愁盼“码上办” 架起医患连心桥

本报讯(记者 李鹤)就诊过程中遇到问题解决不了怎么办?有意见如何提?近日,项城市第一人民医院正式上线“书记、院长二维码”,实现患者和职工的意见、建议“一码直达”医院管理层,及时解决群众急难愁盼问题。

据了解,“书记、院长二维码”旨在实现“一个码汇总、一条线服务、一事一办结”的目标。患者及职工通过微信或支付宝扫描专属二维码,即可直接对医院服务提出表扬、反映就医过程中遇到的问题或提交改进建议。相关信息将直接送达医院党委

书记和院长,确保诉求第一时间被收集、受理。留言者需留下真实有效的联系方式,以便精准沟通、核实情况,推动问题有效解决。

项城市第一人民医院相关负责人表示,“书记、院长二维码”主要用于意见建议收集与服务改进,患者日常就诊仍需前往相应科室或病区。此项举措是医院深化“以患者为中心”服务理念的具体实践。该院希望通过直接沟通,进一步提升医院整体服务效能和管理水平,持续提升患者就医体验。

正确认识抑郁症

在日常生活中,我们有时会听到有人评价抑郁症患者“矫情”“想太多”。但事实上,抑郁症并非单纯的情绪波动,而是与高血压、糖尿病一样,是一种具有明确病理基础的精神疾病,需要科学诊断和规范治疗。

“情绪低落”不等于抑郁症

不少人会把“心情不好”等同于抑郁症,但两者在诱因、持续时间、影响程度上都存在本质差别。

“情绪低落”更像生活中的“小感冒”,通常由具体事件引发,比如丢了东西、与人争执后感到难过,持续时间短,多数能在几天内自行缓解。

抑郁症患者的情绪低落没有明确诱因,会持续2周以上,并伴随以下多种表现:对以往热爱的事物失去兴趣、睡眠障碍(如失眠或嗜睡)、食欲显著变化、自我评价感降低,甚至出现轻生念头。这些症状会严重

影响患者的正常生活和工作能力。

识别抑郁症,及时求助是关键

抑郁症的核心表现为“三低”——情绪低落、兴趣减退、精力下降。

很多人误以为抑郁症离自己很远,实则不然。当前,抑郁症正呈现年轻化趋势,18至35岁的青年群体是高发人群。学业压力、职场竞争、人际关系紧张等因素,都可能诱发抑郁症。

若出现相关症状,不可因“怕被歧视”而拖延就医,错过治疗时机。通过药物治疗、心理治疗(如认知行为疗法)和家庭支持,80%以上的抑郁症患者都能逐渐恢复正常生活。

如果你或身边的人持续情绪低落、兴趣丧失,及时到正规医院的的精神科或心理科就诊。科学应对、专业干预是走出抑郁阴霾最重要的一步。

(周口精神康复医院 孙伟)



10月28日,周口市家庭医生团队技能竞赛在周口市第六人民医院举行。本次竞赛由周口市卫生健康委、周口市总工会主办,旨在以赛促教、以赛促学、以赛促改、以赛促培,提升家庭医生培养质量和水平,加大家庭医生签约服务工作推广力度。图为竞赛现场。记者 刘伟 摄



健康周口

科学预防流感

感染流感病毒不仅会引发高热、肌肉酸痛等不适,还可能诱发肺炎、心肌炎等并发症。掌握科学的预防方法,可大幅降低感染风险。

及时接种疫苗

流感疫苗是预防流感及其严重并发症最经济、有效的手段。它能帮助身体产生抗体,即使感染也能减轻症状、缩短病程。

流感病毒每年都会发生变异,因此疫苗需要每年接种一次,身体才能

获得有效保护。

做好日常防护

在人群密集的场所(如地铁、商场、医院)规范佩戴口罩;用肥皂或洗手液搭配流动水勤洗手,揉搓时间不低于20秒;在流感高发期,尽量减少去人群拥挤、通风差的场所。

增强自身免疫

保证每天有充足的睡眠,避免熬夜;多吃新鲜蔬菜和水果,补充优质蛋白,避免过多摄入高油、高糖、高盐

食物,为免疫系统提供充足“弹药”;每周进行3至5次中等强度运动(如快走、慢跑),每次30分钟左右,促进血液循环,增强免疫细胞活性。

注意环境清洁

每天开窗通风2至3次,每次30分钟以上,新鲜空气能稀释室内病毒浓度,降低感染风险。用含氯消毒剂(如84消毒液,按说明书稀释)擦拭经常接触的物体表面,或用医用酒精擦拭手机、钥匙等小物件。

学会识别症状

识别关键症状:流感通常起病急,会出现高热(体温 $\geq 38.5^{\circ}\text{C}$)、头痛、肌肉酸痛、乏力等症状,而普通感冒以鼻塞、流涕、咽痛等症状为主,发热多为低热。

及时就医:如果出现上述流感症状,应尽早(发病48小时内最佳)就医,在医生指导下使用抗流感病毒药物。

(周口市疾病预防控制中心 陈镜羽)

王庆杰:九代传承守“肤”康

□记者 刘伟 郑伟元 文/图

在郸城县宁平镇,65岁的王庆杰是当地家喻户晓的皮肤病中医师。作为家族第九代中医传人,他以“健脾除湿、辨证施治”为纲,不仅为无数患者解除病痛,更让百年家传医术在新时代薪火不息。

王庆杰的中医之路,始于家族传承。他的家族行医史可追溯至清代,他的祖父、父母深耕中医皮肤科。王庆杰在长辈的言传身教中,逐渐领悟“盖全赖脾土”的学术精髓,即中医皮肤科尤为重视脾胃调理,对于湿热病症需明辨轻重。为夯实理论基础,他到周口卫校系统学习中西医,并到南京中医药研究院进修。1984年,他参加了健康报社创办的中医药函授班,深受赵炳南、张志礼等中医外科大家的学术思想启发,逐步构建起自身系统的皮肤病诊疗体系。其家族的“王氏皮肤病中医疗法”于2016年、2019年先后被列入郸城县、周口市非物质文化遗产代表性项目名录。

1980年,他在宁平镇创办了皮肤病诊所。历经四十余载积淀,小诊所如今已发展为郸城县宁平镇王庆杰皮肤病医院。“2023年郸城县劳动模范”“2023年郸城县优秀医生”等荣誉,正是患者与社会对他仁心仁术的认可。

在皮肤病诊疗中,王庆杰尤为



王庆杰为患者把脉。

擅长治疗湿疮(湿疹)、痤疮等病症,其核心思想在于“辨证施治、内外兼修”。他认为,湿疮多由脾胃功能失调、湿热内蕴、外感风邪所致,急性期多见“热重于湿”,慢性期则常见“脾虚血燥”。在临床实践中,他将湿疮辨证分为三型:针对“热重于湿”型,采用清热除湿汤以凉血利湿;对于“湿重于热”型,则用清脾除湿饮来健脾清热;若属“脾虚血燥”型,便以健脾润肤汤进行养血润肤。同时,辅以黄柏煎剂外洗、黄连膏外涂,形

成完善的“内服外治”体系。通常,急性湿疮患者一周内症状即可减轻,慢性患者经过数月系统调理,也能逐步康复。

年过六旬,王庆杰始终保持着



健康服务热线

健康热线:13949993566 13592285505
18222960521 15538663780
电子信箱:zkrbwsb@126.com