

清风满杏林 健康护“廉”城

市卫健委“十项行动”推动“清廉医院”建设

□本报记者 张炜华

党的二十大报告指出：“人民健康是民族昌盛和国家富强的重要标志。把保障人民健康放在优先发展的战略位置，完善人民健康促进政策。”在守护和促进人民健康的事业中，“清廉医院”建设是重要的一环，也是医院全面加强全面从严治党、保障人民健康的迫切需要。

清风满杏林，健康护“廉”城。8月23日，市卫健委召开全市“清廉医院”创建行动动员会。我市为全省18个省辖市中第一个召开动员会的地市。9月21日，市卫健委印发《清廉许昌建设清廉医院创建行动工作方案》（以下简称《方案》），围绕医院这个创建主体，力争通过5年努力，实现全市医疗系统权力运行监督、医德医风建设等制度机制更加健全，药品和耗材集中带量采购等医疗体制改革进一步完善，逐步实现清廉许昌建设，“清廉医院”创建各项制度机制成熟定型。

《方案》以“清廉医院”创建“十项行动”指导各县（市、区）开展“清廉医院”创建工作。

一是医疗系统权力运行监督机制完善和能力作风建设提升行动。健全“三重一大”决策制度，严格落实主要负责同志“五个不直接分管”和“末位表态”；推进党务公开、畅通职工参与讨论医院事务途径，拓宽表达意见渠道；坚

持以党建“第一责任”引领和保障发展“第一要务”，常态化巩固推进“能力作风建设年”活动成果。

二是医德医风建设建档和廉洁文化进医院行动。完善医德考评制度，建立医务人员医德考评档案；推动廉洁文化进医院，建设医院廉洁文化宣传阵地，加强对医务人员法律法规、党规党纪、规章制度等方面的教育。

三是药品和耗材集中带量采购完善落实行动。加快药品和耗材集采进度，扩大集采覆盖面，每年集采药品不少于100种，耗材不少于10种，尽快实现常用药品和医用耗材应采尽采，减轻群众医药负担，净化医药行业生态。

四是医务人员薪酬改革提速行动。深化公立医院薪酬制度改革，充分落实公立医院内部分配自主权，强化公立医院公益属性，调动医院和医务人员积极性，不断提高医疗服务质量和水平，更好地满足人民群众的医疗服务需要。

五是紧密型县域医共体提质增效行动。构建定位明确、权责清晰、分工协作的整合型医疗卫生服务体系，推动医疗卫生工作重心下移、医疗卫生资源下沉，提升县域医疗卫生服务水平，提高医保基金使用效能，减轻县域居民医药费用负担，加快形成分级诊疗有序就医格局。

六是红包、回扣不良行为专项整治行动。把集中整治和日常监督相结合，

建立集中整治与日常监督举报查处机制，有效维护公平就医诊疗秩序，打造风清气正医疗环境。

七是欺诈骗保问题专项治理行动。针对不同类型的定点医疗机构，采取日常监督检查、交叉互查、抽查复查等多种方式，组织开展专项检查；与市场监督、财政、审计、公安等部门加强协作，建立沟通协调、案件移送等机制，严厉打击欺诈骗保行为。

八是过度检查问题专项治理行动。将过度检查问题纳入日常监管，进一步推进医学检验、影像检查结果互认工作，搭建检查检验结果互认平台，优化就医流程，减轻群众负担；将大型医用设备检查阳性率等指标纳入公立医院绩效考核，对过度检查问题进行科学监管。

九是不合理收费行为综合治理行动。完善价格管理制度，建立价格绩效考核体系；梳理各类违规收费、不合理收费等突出问题，建立负面清单，对照整改，切实落实到位。

十是不合理用药问题专项治理行动。加强合理用药管理，加大处方点评力度，定期开展门诊、急诊处方点评，规范和优化医生用药行为，推进药学服务从“以药品为中心”向“以患者为中心”转变。

一分部署，九分落实。一个好的方案仅仅是开始。为了给各县（市、区）按

照既定目标任务、时间节点完成“清廉医院”创建工作提供依据和抓手，10月18日，市卫健委于全省18个省辖市率先印发《清廉许昌建设清廉医院创建行动实施细则（试行）》（以下简称《细则》），明确了创建工作原则，制订了创建工作标准、创建工作步骤和创建工作评价体系。

根据《细则》，我市将“清廉医院”创建工作分初始阶段（今年10—12月）、攻坚阶段（2023年）、全覆盖阶段（2024年）、巩固提升阶段（2025年）等四个阶段。目前，我市各县（市、区）已全部召开县（市、区）级“清廉医院”创建行动动员会，并启动“清廉医院”创建工作。其中，许昌市中心医院召开“清廉医院”创建工作推进会，精心打造了廉政文化墙，进一步推动“清廉医院”创建工作走深走实。

下一步，我市将适时召开许昌市“清廉医院”创建工作推进会，开展现场观摩，组织开展形式多样的“清廉医院”创建评比、交流活动等，形成一批具有许昌特色的、体现行业新风的品牌“清廉医院”，延伸打造清廉班子、清廉团队、清廉科室、清廉大厅、清廉窗口、清廉项目、清廉处方、清廉服务等一批“清廉细胞”，推动全市“清廉医院”创建工作不断纵深发展，为全面开创许昌社会主义现代化建设新局面提供坚强卫生健康保障。

警惕糖尿病“偷走”你的视力

作为一种以慢性高血糖为主要特征的代谢性疾病，糖尿病的可怕之处在于其本身，而在于它可能带来的多种并发症，严重的甚至危及生命。糖尿病对眼睛的危害也极大，会慢慢“偷走”视力。这个“小偷”被称为“糖网”。

那么，什么是“糖网”？它会带来什么危害呢？

“糖网”的全称是糖尿病视网膜病变，是糖尿病最常见的微血管并发症之一，是慢性进行性糖尿病引起的视网膜微血管渗漏和阻塞引起的一系列眼底病变，如微血管瘤、硬性渗出、棉絮斑、新生血管、玻璃体增殖、黄斑水肿，甚至视网膜脱离等。长期以来，大部分“糖友”只关注糖尿病及心血管、肾脏等并发症。殊不知，糖尿病可以引起各种各样的眼部疾病，随着病情进展，会出现视物模糊、眼前黑影、视物变形、黑影遮挡等。不仅如此，随着血糖持续升高，“糖网”继续发展，最终会造成视网膜脱离，导致患者失明。

如何预防和阻止糖尿病视网膜病变呢？这就要求首次被确诊为糖尿病或者还没有发现眼部异常的患者，要进行1年1次的全面眼部检查；建立个人眼部检查档案，包括每次的眼底检查病历记录、眼底照相、OCT和荧光造影等影像资料，严格控制血糖、血压和血脂。

发现有糖尿病视网膜病变的患者或者患糖尿病超过10年的患者，需要尽快进行一次全面的眼部检查，根据检查结果，咨询眼底病专科医生，确定治疗方案。如果合并有其他糖尿病眼病，如白内障，应该及早治疗，以防糖尿病视网膜病变的观察和治疗。

糖尿病视网膜病变的治疗大致可以分为两步。第一步是治疗原发病。“糖网”是糖尿病引起的并发症，最根本的治疗就是控制血糖。糖尿病病和高血压、高血脂“组队”，所以调节血脂、控制血压也必不可少。具体吃什么药、怎么吃，遵医医嘱。第二步是挽救视力。新生血管的形成标志着“糖网”进入了晚期，算是视网膜的终结者。因此，除掉现有新生血管，防止新生血管形成，是挽救视力的重点工作。抑制新生血管生长主要有玻璃体内注射抗VEGF药物、视网膜激光治疗、玻璃体切割术3种治疗措施。但不管采用哪种方法，丢失的视力很难恢复。

糖尿病视网膜病变是一种可以早期发现、早期治疗、避免致盲的疾病。患者只要控制好血糖、定期检查，配合治疗，糖尿病视网膜病变是完全可以控制的。

（许昌市中心医院眼科主治医师 姜奕供稿）

检测，是发现艾滋病病毒感染的唯一途径

什么是艾滋病？

艾滋病医学全名为“获得性免疫缺陷综合征”，是由HIV感染引起的，以人体CD4+T淋巴细胞减少为特征的进行性免疫功能缺陷，疾病后期可继发各种机会性感染、恶性肿瘤和中枢神经系统病变的综合性疾病。

诊断HIV/AIDS是以实验室检测为依据，结合临床表现和参考流行病学资料综合进行的。没有实验室检测结果，只根据片面的症状或发生过危险行为就对号入座，断定感染了艾滋病，很容易出错。艾滋病病毒感染后急性期症状不特异，无症状期较长（潜伏期7—10年）。艾滋病急性期症状，如原因不明的长期低热、夜间盗汗、体重骤降、慢性腹泻、咳嗽气喘、淋巴结肿大、多种感染等，也与其他一些常见疾病的临床表现相似，仅凭症状判断不靠谱。只有通过检测血液中的艾滋病病毒抗体、抗原、病毒等感染标志物才能确定是否感染了艾滋病病毒。

艾滋病有哪些传播途径？

性传播是最主要的传播方式。艾滋病病毒可以通过性交在男一女和男一男之间传播，性伴侣越多，感染风险越大。

血液传播方式有共用注射器吸毒、输入被病毒污染的血液或血液制品、使用未经严格消毒的创伤性/侵入人体的器械（如手术、注射、内镜、拔牙、针灸、美容、文眉文身、打耳孔、修脚等）或者与他人共用容易造出血的物品，如剃须刀、牙刷等。

母婴传播，即感染了艾滋病病毒的妇女在怀孕、分娩和哺乳时，可以把病毒传染给婴幼儿。

什么情况下应做艾滋病病毒抗体检测呢？

1. 有不安全性行为史，包括仅发生1次未使用安全套的异性性行为或男性同性性行为；发生了一夜情（无论男女），或通过手机交友软件，与不认识的人发生的性行为、没用安全套（无论男女）；与已知感染艾滋病的异性发生性行为；经常发生高危性行为又不用安全套的人群，建议每3个月做一次HIV检测。2. 艾滋病感染者的配偶或性伴侣。3. 与他人共用针具吸毒者。4. 在非正规医疗单位拔牙、文身者。5. 其他

情形，如梅毒、淋病、尖锐湿疣等性病患者；感染了艾滋病的妈妈生的宝宝。

在哪里可以进行艾滋病实验室检测？

目前，各级医疗卫生机构均设置有艾滋病筛查实验室，甚至乡镇卫生院都设置有艾滋病筛查点，均可以提供艾滋病筛查实验，可查HIV抗体。各级疾病预防控制中心和卫健委指定的医疗机构设立有艾滋病自愿咨询检测门诊，尚可以提供免费的艾滋病筛查实验，查HIV抗体。检测前无须特殊准备，也无须空腹、禁食，而且生病、服药不会影响检测结果。

什么是艾滋病的窗口期？怎样知道自己是否感染了艾滋病？

从HIV感染人体到感染者血清中的HIV抗体、抗原或核酸等感染标志物能被检测出之前的时期叫窗口期。在窗口期内，血液已有感染标志物，窗口期分别为感染后的3周、2周、1周左右。因各医疗卫生机构艾滋病筛查基本都是查HIV抗体，所以，最近一次危险行为后，再过3周检测HIV抗体，结果是较可靠的。

如怀疑自身可能感染HIV时，应当到医疗卫生机构抽血筛查，筛查阳性后再进一步确诊，明确诊断。如果确诊实验阳性，代表艾滋病病毒感染。再次提醒，过了窗口期，检测结果才有保证。

如果是阴性结果有两种可能：一是受检者没有感染艾滋病病毒；二是虽然感染了艾滋病病毒，但还没有产生足够的能检测出的抗体、抗原、病毒等感染标志物，仍处于窗口期内，需要经过窗口期后再次检测判断。

及时检测可及时了解艾滋病病毒感染状况，阴性者及时改变行为，加强防护，避免以后感染；阳性者及时启动抗病毒治疗，延缓发病、延长寿命、提高生活质量，减少对他人的传播。

（市疾控中心艾滋病防治科赵淑娟 供稿）

医生是职业，更是一生的事业

——记许昌市人民医院神经外一科主任霍晓锋



霍晓锋坐诊 资料图片

畸形残留也可能导致再出血，危及患者生命。这时候，在杂交手术室开展手术的优势便体现出来——霍晓锋和团队为该患者开展了“介入+显微外科”杂交手术，不仅为患者清除了血肿，而且消除了畸形血管可能带来的隐患。

手术非常成功。可是对霍晓锋来说，成为既会介入治疗、又会外科手术的“两栖”医生，他用了整整17年。

“神经外科医生的培养非常难，很

多人可能在前3年连基本的缝合都没机会上手。”霍晓锋说，神经外科常常被认为是“在挑战生命禁区”“在刀尖上舞蹈”，医生要在神经和血管间隙里操作，既要消除疾病，又要保护正常的神经和结构。这不仅要求医生有非常扎实的手术基本功，而且要求医生对大脑的重要结构、解剖层次非常清楚。

“干神经外科时间越长，接触到的疑难、罕见病越多，胆子就越小。”虽然已经成为难得的“两栖”医生，但霍晓锋

对疾病的态度越来越谨慎：人不是机器，每个人的机体状态都不一样，有很多未知的“陷阱”。医生再优秀、再谨慎，都很难逾越这个“陷阱”。他也越来越清楚地明白，医学不是万能的，很多时候是万万不能的。

但是霍晓锋并没有因此妥协，他表现出了莫大的勇气与可贵的担当。在给出治疗方案的时候，他不仅给出可能解决问题的方案，而且明确地告诉患者，各种方案的优劣与可能出现的后果，并为患者建议最有利的方案。这无疑将一部分选择风险主动担在了自己的肩上。

“如果将医生当作一份工作来做，那么我只要不出错就好，没必要主动承担风险。”霍晓锋说，然而，这对于没有医学基础的患者和家属来说，却是不负责的。“将医生当作一份事业，真正付出热情和努力，才能成为患者最希望遇到的好医生。”

将医生当作一份事业，少不了志同道合的团队成員。“我们的团队中，有经验丰富的前辈，有不断追求学科前沿的中坚力量，还有不断打磨成长的年轻一代，我们用感情为团队注入活力和能量，彼此间不断磨合、相互学习。”霍晓锋说，他很感谢科主任梁清喜，交给他的是一个欣欣向荣的团队。

“我希望把科室传承好、打造好，让它变得更强，能够骄傲地交给下一代。”霍晓锋说。

“暖心服务”让群众放心就医



志愿者开展就医引导工作 资料图片

“队伍”在志愿者耐心周到的服务中有序排队。工作看似简单，但单一、重复、无休止的解释与引导考验着志愿者的细心和耐心。面对弱势群体和不知道操作程序的患者，志愿者们主动、快速做好医疗服务，帮助他们建立电子医保卡，教会他们网上挂号、就医、结算，省去窗口排队的烦琐环节；引导患者使用自助挂号、自助打印功能，协助导医人员做好就诊排号工作，确保“一患一诊室”。志愿者们用文明的语言、亲和的态度，积极为患者提供咨询、导诊等贴心服务，提高了患者就医舒适度，改善了患者的就医体验，也为疫情防控作出了贡献。

该院团委负责人李玲君说，该院团委通过开展形式多样的志愿服务活动，逐渐形成了志愿服务项目化、专业化和常态化的良好局面，荣获了全市优秀志愿服务组织奖。今年还成为许昌市青年志愿者协会8个理事单位之一。目前，该院在职职工在全国志愿服务信息系统实名注册2700余人，多人获得全市优秀志愿者称号。2022年1—11月，该院职工参加志愿服务5000余人次，服务时长近3万个小时，服务人数近120万人。

兵马未动，粮草先行。医院的有序运转离不开物资与后勤的保障。为确保各科室、部门快速、高效、有序运转，许昌市中心的“后勤兵”们始终把广

大职工、患者及陪护的生活保障放在首位，给足前线安全感，全力助“疫”线，做好“硬核”保障。

许昌市中心医院后勤科科长周飞提供了这样一组数字：目前，仅在许昌市中心医院鹿鸣湖院区，就有2000多名患者、陪护和职工留宿医院；每顿饭，除了点餐外，他们平均要打包2100余份标准饭菜；每天，他们要处理生活垃圾4吨、医疗垃圾2吨……

千余人集中管理的物资保障压力巨大，许昌市中心医院将关心关爱优先放在患者身上。为减少人员聚集、接触，医院餐厅禁止堂食，为了让患者吃上可口的饭菜，“后勤兵”们填充到食堂、分餐、打包、送餐……为了尽可能保证饭菜口感，他们要在90分钟内将饭菜送到每一个病区，平均每分钟出餐27份。

除此之外，他们还是“快递员”，将家属送的饭食、衣物、生活用品等送到病区；他们还是“代购员”，患者有需要的东西，在微信群中通知一声，他们就到医院超市采购齐了送过去；他们还是“搬运工”，从一个垃圾桶中将垃圾清理出来，再将成吨的垃圾分类运输、处理……他们始终绷紧“后勤服务工作无小事”这根弦，服务到位、保障有力，从点滴做起，脚踏实地、竭尽全力地做好医院后勤保障服务，用忙碌的身影描绘出医院里一道道温暖的风景。

微光汇聚，合力抗疫。疫情改变了许多，但许昌市中心医院服务患者的心从未改变，一群群“红马甲”“后勤兵”与医护人员一起，守护健康，点亮希望。

□本报记者 张炜华

作为我市唯一一家公立三甲综合医院，自疫情发生以来，许昌市中心医院兼顾疫情防控和民生服务，在严格落实疫情防控各项措施的同时，坚持“人民至上、生命至上”，坚决做到疫情防控和日常接诊两手抓、两不误。在无数医护人员无畏逆行的同时，有一群“红马甲”和“后勤兵”，为了让群众放心就医，确保医院各部门有序运转，默默地奉献着。

面对病毒，没有一个人是旁观者。为了满足群众的就诊需求，许昌市中心医院团委深入开展志愿者工作，组织行政管理科室人员组建中心医院学雷锋志愿服务队，在做好本职工作的同时，到门诊预检分诊、核酸采集等地，广泛开展健康查体、现场咨询、就诊引导等服务，保障医院疫情防控和患者正常就诊两不误。

核酸检测处、预检分诊处、收费处、影像中心、检验中心、手术室外、超声室外、取药处……哪里有需要，哪里就有“红马甲”的身影。

守土有责，守土负责，守土尽责。在医院核酸采集点，志愿者们耐心解答就诊人员疑问，时时提醒大家正确佩戴口罩，保持安全距离；在医院门口，志愿者们提醒患者及家属扫描健康码，打开行程码、规范佩戴口罩、测量体温；在诊室分诊台，志愿者们引导患者及家属规范佩戴口罩、候诊间隔座位等，认真维持秩序。

门诊是患者流量最大且最密集的地方，挂号、结算、取药、咨询等，每支

动起来“栓”不住

血栓是血液在心血管系统血管内面剥落处或修补处的表面所形成的小块，可能堵塞血管管腔，脱落后可导致脑卒中、心肌梗死、肺栓塞、下肢静脉血栓等。

血栓可发生在任何时间，发生于任何年龄段的人群，严重威胁生命健康。数据显示，每4个死亡的人中就有一个与血栓、血凝有关，排名前4的致死疾病都与血凝、血栓有关。

其中，静脉血栓栓塞症因发病率高、隐匿性强，被称为“沉默的杀手”，如果得不到及时、规范的防治，会威胁患者的生命。不过，静脉血栓栓塞症是一种可以预防的疾病。

久坐、长期卧床是静脉血栓栓塞症的重要诱因。以下人群为高发人群：缺乏运动，或长时间久坐者；肢体受伤，或手术治疗导致血管壁破损者；卧床、瘫痪患者；有恶性肿瘤、妊娠、高

龄、血栓栓塞史者等。

预防血栓，最好的方法就是“动起来”。适当的运动可保持血液循环通畅，是预防血栓的重要手段。可被动或主动进行下肢运动，以促进下肢血液循环，特别是乘坐汽车、高铁、飞机等长途旅行时，最好每隔1个小时就活动活动下肢。

要保证足够的饮水，建议每天饮水量大于2000毫升，防止血液浓缩；做到合理膳食，饮食以清淡为主，多食用富含维生素、粗纤维及低脂低糖食物，忌食油腻、辛辣刺激的食物。

患静脉血栓栓塞症风险较高的人群，首选物理预防。具体方法为穿梯度压力弹力袜或使用间歇性充气加压装置，从而防止下肢静脉血栓的形成。

生活中，一旦出现下肢肿胀、疼痛，要及时就医，做到早发现、早治疗。

（许昌中医院魏文珍 供稿）

健康大讲堂
DAJIANGTANG

许昌市疾病预防控制中心 协办