

新春走基层

援冀英雄战“疫”归来

邵阳日报讯（记者 伍洁）2月11日农历除夕，9时许，邵阳市疾控中心前坪热闹非凡，家属代表们手捧鲜花站立着，翘首以盼地望着路口等待家人的归来。

10时2分，一辆小车停在疾控中心前坪里，车上下来邵阳市支援河北石家庄的3名疾控队员罗平、刘芳、谢玉琦，他们在长沙集中休整14天后，今日回家团圆。其中，刘碧青当天早上从长沙直接回衡阳耒阳老家过年。

鲜花簇拥、相互拥抱、喜极而泣……这一刻3名抗疫英雄和久别重逢的家人们尽情释放思念和喜悦之情。

1月10日，我市4名抗疫英雄随湖南省流行病学调查队抵达石家庄，驻扎高新区开展疫情防控工作。期间，他们完成13例确诊病例和5例无症状感染者的流行病学调查，判定密切接触者293名，密切接触者的密切接触者1327名。对高新区全部20家集中隔离医学观察点和159家医疗机构进行了现场察看和指导培训。参与制定《冀城区全域消杀技术方案》等技术文件十余个，开展消毒工作共计29550平方米，开展各类培训



志愿者给抗疫英雄送去鲜花。

覆盖817人次。1月28日，他们平安返回湖南后在长沙集中休整14天。

1992年出生的刘芳，是邵阳市疾控中心抗疫队员。“作为疾控人员帮助到石家庄疫情防控处置，我很荣幸，队员们也很照顾我，有什么事情都是一起完成。”刘芳说，“短短十几天时间，对自己是一种锻炼，在抗击新冠肺炎疫情一线积累了丰富的的工作经验，也是一份收获。同

时我也被河北人民的真诚和热情深深打动。”

“相比第一次支援黄冈的激动和紧张，我这次更多的是平静与感动。在这段时间里，大家有条不紊地完成一次次应急出动，一次次紧密团结合作，不分昼夜地辛勤付出，和队员们交出了满意答卷。”已经是第二次出征的邵阳市疾控中心疾控专家罗平说道。



春节期间，全市55家具备新冠病毒核酸检测能力的医疗机构取消休假，照常为广大市民开展核酸检测，并确保24小时内精准出具检测结果。图为2月11日农历除夕，市中心医院检验医生在开展新冠病毒核酸检测工作。

邵阳日报记者 申兴刚 摄

浓浓情意暖人心

邵阳日报讯（记者 陈红云 通讯员 申伟红）2月12日，大年初一，邵阳学院附属第二医院党委书记、代院长伍石华等院领导来到临床、医技科室，看望慰问值守在一线的医护人员及后勤服务人员，送上新春祝福，并表达了崇高的敬意。

“医院在春节期间提供的餐点还满意吗？”“春节没有回家过年，家里老人挺挂念的吧？”“疫情防控需要，感谢你们的辛苦付出！”……每到一处，慰问组都与医护人员亲切交流，仔细询问他们的工作、生活情况，高度赞扬了他们坚守一线、爱岗敬业、舍“小家”为“大家”的奉献精神，叮嘱医护人员在紧张工作的同时一定要保重身体。

春节期间，该院血液净化中心护士长为医护人员及透析患者精心准备了“新春福袋”作为早餐，她说：“医院对我们的关怀，让我感到我必须以自己的微薄之力为医院做些什么，为这些和我们朝夕相处的患者们做些什么。感谢院领导的关心，我们的坚守会更有力量！”



2月12日，大年初一，新邵县人民医院院长彭宏、党总支书记唐孝志率班子成员深入科室，看望和慰问节日期间坚守岗位的值班人员和住院病友，向他们致以新春的问候并送上新年礼物和祝福。

邵阳日报记者 杨敏华 通讯员 孙移新 摄影报道

市乡镇联动

邵东织密胸痛救治“生命网”

通讯员 申秀梅 李德群

“肖医生，肖医生！”2月9日6时，邵东市界岭镇山虎村乡村医生肖旭连在睡梦中被叫醒，村民贺某秋因胸部胀痛紧急求诊。

经过仔细问诊、血压测量及心脏听诊后，肖旭连考虑病人为心肌梗塞。他立即让病人平卧，舌下含服波立维3片，又迅速在“人医通”微信群里与邵东市人民医院胸痛中心取得联系，邵东市人民医院胸痛中心马上开放绿色通道。

10时，肖旭连在“人医通”群里获悉，贺某秋确诊为急性下壁心梗，已绕行急诊，在介入室行PCI手术（经皮冠状动脉介入术）。“人医通”微信群负责人、邵东市人民医院健康体检中心副主任李展飞在群里为肖

旭连点赞：“诊断准确、转诊及时、处理恰当。”

“这些得益于邵东市人民医院、乡村医生医共体建设，他们开展了多次培训，我们的医疗技术水平提升得很快。”肖旭连说。

“我们有一个覆盖全市乡镇的‘人医通’微信群，前后方联动，病人在救护车上还没到医院，医生已经准备好在手术室等着了。”邵东市人民医院导管室主任李丽说，胸痛中心团队能够独立主导急诊手术，值班医生15分钟内必须到达导管室，做好术前准备。对于从基层转诊的病人，利用“互联网+医疗”的现代信息网络，采取“绕行急诊科”“绕行重症监

护室”“先诊疗后付费”等一系列措施，最大限度缩短从确诊心梗、送院到开通血管的时间，为急性胸痛患者建立一条有效挽救生命的“绿色通道”。

2017年5月成立的邵东市人民医院胸痛中心，致力急性心肌梗死防治健康教育科学普及，形成胸痛中心—基层医院—社区三位一体科普教育体系。通过培训提高基层医院与家庭签约医生急性心肌梗死诊治水平及转诊意识，指导救治和协同合作。仅2020年就有10多名急性胸痛心肌梗病人经由“人医通”微信群，在专业人员指导下，及时转运至该院胸痛中心，获得了及时治疗。



关爱留守儿童 送上新春祝福

邵阳日报讯（通讯员 龚平）2月8日，市妇幼保健院志愿服务队与红心林志愿者组成走访慰问组，前往大祥区罗市镇看望留守儿童，给他们送来新春的温暖与祝福。

慰问组给每一户家中送去了食品和生活物资，观察了解儿童的生活环境，与孩子们交流，了解他们的学习、

生活情况，鼓励他们要树立信心，保持乐观的生活态度，勇敢地迎接生活中的各种困难和挑战。

慰问组在留守困境儿童家中，协助其家庭打扫卫生，开展防疫消毒，帮助留守困境儿童家中保持卫生整洁，嘱咐孩子们在疫情防控期间养成良好的生活卫生习惯。



应急演练现场。

模拟“生死时速” 提高急救救治技能

邵阳日报讯（记者 陈贻贵 通讯员 宁佳龄 肖向荣）“你怎么了，你怎么了？喂、喂……医生快来，这里有人需要抢救！”随着值班护士大声呼叫，市脑科医院八病区急危重病人抢救应急预案随即启动。

医护人员迅速投入抢救工作，为患者实施心肺复苏、建立静脉通路、遵医嘱给药、心电监护、电除颤、气管插管等应急措施。医护人员操作熟练，配合默契，现场紧张有序、气氛严肃。好些病友家属一脸惊愕，这是怎么啦？“别紧张，这是医院在进行急救演练。”一旁的工作人员解

释道。

2月7日上午，“急危重病人抢救”应急演练活动在市脑科医院开放病区急危重症科进行。由该病区“3名医生和3名护士”组成的演练团队，对巡视病房过程中发现心跳骤停的患者进行抢救演练，其他各临床科主任、护士长以及部分医务人员到现场观摩。

市脑科医院在创建三级医院过程中，对照创建三级医院标准，以“强基础、抓重点、补短板”为导向，以党建为引领，全院一盘棋，已经开展了类似演练达25场次，不断强化员工内涵建设和能力培养。

运动过年渐成春节新风尚

新华社2月15日电（记者 周畅）“每逢佳节胖三斤”是许多人在春节期间幸福的“烦恼”。健康春节，运动过年，逐渐成为这个春节的新风尚。

“回家乡过年，不能上瑜伽课，就跑步，运动不能停。”这是老家在安徽淮南的王晓娟15日发的朋友圈。尽管平时工作比较忙，王晓娟还是会保持运动的好习惯，每周2—3次的瑜伽私教课，这次春节回家过年没法上瑜伽课，就准备隔天跑一次步。

在王晓娟看来，运动能够缓解压力，放松身心。锻炼完后的轻松感让人心情愉悦，身体也越来越健康，还可以让她以更佳、更积极的状态投入工作和生活。

43岁的陆斌则在春节期间参与了安徽省合肥市体育局举办的2021年合肥市全民健身线上运动会暨“赢动少年”寒假亲子体育节。除了参与线上运动会，陆斌还参与了“挑战九九”的全国太极拳爱好者线上打卡活动。从2020年12月21日开始，

每天单式20遍、套路3遍，不限时间、地点，坚持打卡81天。

“线上运动会补充了不能线下相聚的遗憾。”陆斌说，线上参加比赛也是比较好的锻炼和展示机会。

个性化的寒假“体育作业”也陆续出炉。国家体育总局体育科学研究所日前发布了《儿童青少年寒假锻炼方案》，用图文展示了灵敏协调、心肺耐力类练习，平衡性练习，力量性练习，柔韧性练习。

合肥财经职业学院也在其官微上发布《合肥体育锻炼寒假“作业”出炉：假期动起来 做个阳光合财学子》，除了统一的热身运动外，有波比跳、俯卧挺身、高抬腿、平板支撑等多项练习内容可选择，还有太极拳的示范视频及放松和拉伸示范。

32岁的刘鸿一今年则响应了“就地过年”的号召，选择留在工作地合肥过春节。“春节期间看了场电影，还约了几个在合肥过年的好友去球场上切磋一下，这样过节很健康也挺特别。”刘鸿一说。