

献血小伙遇困境 血站员工献爱心

记者 刘敏
 通讯员 杨俊钧 刘亦军

本报讯 “老姚，我代表市中心血站来看您，祝您早日康复！”“小姚，困难总会过去，你要好好照顾爸爸！”2018年12月29日，我市气温骤降，即将迎来2018年入冬首场大雪。但是对于在市中心医院肾内科一病房里陪伴父亲治疗的姚盖雄来说，心里却格外温暖。当天下午，市中心血站纪检书记、工会主席杨俊钧把全站职工的6790元爱心捐款和亲切关怀一起传递给了姚盖雄父子。

今年20岁的姚盖雄是邵东县

黑田铺乡人，目前是邵阳学院的大二学生。自2017年6月，他第一次参加无偿献血后，就一直坚持捐献机采血小板，目前已累计捐献机采血小板30余次。两年来，他还经常利用课余时间坚持参与无偿献血志愿者服务活动，让越来越多人主动加入到无偿献血队伍中来。

然而，这个乐于奉献的小伙子突然遭遇了命运的考验——爸爸突患重病，家庭陷入了困境。2018年12月17日晚，姚盖雄的父亲因身体不适，被连夜送往湘雅医院，经检查后确诊为下肢动脉栓塞(右)和下肢静脉血栓形成

(左)，12月18日，被立即安排进行了手术，但因2009年不幸发生过车祸，且曾经做过部分结肠及脾切除等大手术，患者的术后恢复并不乐观，栓塞已经超过七个小时，肌肉坏死的可能性很大，意味着会有截肢的可能。

目前，无情疾病摧残着姚父的身体，巨大的费用也让这个家庭无法承受。

市中心血站在得知姚盖雄家庭的特殊情况后，立即向全站职工发出倡议，以职工完全自愿的原则，为这位多次献血的热心小伙捐助，希望能帮助他挺过难关，让患者早日康复。



1月2日上午，市脑科医院和邵阳学院护理学院志愿者开展新年医患联欢会，医院职工、患者和大学生志愿者精心演出文艺节目，邵阳学院护理学院的12名大学生志愿者表演了舞蹈、相声、独唱等节目，为联欢会增色。

记者 伍洁 通讯员 谭慧琳摄影报道

市脑科医院强化培训科学管理

通讯员 杨馥源 肖向荣

本报讯 日前，海创(中国)医院管理研究中心专家受邀来到市脑科医院，作医院中层干部及骨干进行培训提高，通过邀请专业管理人员来院指导全员管理培训，提升管理能力。

近年来，随着社会的发展，人们生活水平的不断提高，大众对于医疗卫生服务与管理提出了更高要求，医院管理成了与医疗技术并驾齐驱的一项核心竞争力。如何更好地做好医院管理，使医院高层、中层、基层系统整体协调一致，促进医院可持续性发展，成了当前最紧迫的事情。

在过去的一年里，市脑科医院注重提高领导层及中层干部的管理意识和能力，先后以“请进来、送出去”的方式对中层干部及骨干进行培训提高，通过邀请专业管理人员来院指导全员管理培训，提升管理能力。为培育员工核心价值观，医院大力开展了医院文化建设。2018年，医院开展了主题为“做最美员工，创最佳业绩”的“最美员工”评选活动，旨在着重培养职工的爱岗、敬业、奉献精神，发现职工的闪光点，引导职工相互学习、树立正确的人生观、价值观和世界观。

“乱吃药” 胃病会加重

鲍晓菁

随着冬季气温的持续走低，寒冷刺激下胃病进入了高发期，困扰着不少胃肠道患者，然而很多人都是未经医生诊断自行服药。专家表示，临床上不少病情加重后不得不过来医院就诊的患者，都是由于自行胡乱服药导致的。

安徽医科大学第一附属医院消化内科副主任医师汪燕燕介绍，不少患者胃疼后都选择吃止痛药，其实这是错误的。胃疼不同于其他部位的疼痛，胃疼可能由于胃酸分泌过多导致胃粘膜受到了损伤，或是由于胃痉挛导致的疼痛，还有因为消化功能不好，吃得过饱导致的胃痛。胃疼要对症治疗，乱用药的结果可能会导致药物

伤害胃粘膜，加重病情。

不少患者认为胃炎是炎症，随意吃消炎药。其实胃部偏酸性，一般细菌都不会在里面生存，尤其是胃炎患者一般不用服用消炎药。只有在患幽门螺旋杆菌的情况下才需要使用消炎药，但是也要在医生的指导下使用。

还有一些老胃病患者，长期自己服用吗叮啉等药品。专家称，这也十分危险，因为不少药物长期服用都有不良反应。专家建议，胃病或者胃疼原因较多，首先要去医院确定病因，不要自己随意用药。其次胃病用药十分讲究疗程，慢性胃炎一般需要2周时间的疗程，消化性溃疡一般4周至8周的疗程，有的病人可能会反复发作，在疗程结束后患者要及时去医院复查听从医生指导。

地面积雪严重，路面又冻又滑，市中医医院为方便患者 迎战冰雪天 党员干部带头干

通讯员 温家佳 陈华

本报讯 上月29日晚到30日，我市迎来了2018年入冬以来的第一场大雪，市中医医院的干部职工积极行动，铲雪除冰，保障患者的就医安全。

大雪下得久，地面积雪严重，路面又冻又滑，给来院就诊的病人和职工出行造成诸多不便。市中医医院院长雷庆良第一时间为应对雨雪冰冻天气进行部署。31日凌晨5时多，天还没亮，该院安全生产办、行政科和保卫科已经组织后勤、物业以及党员志愿者开始在两个院区的主干道撒盐铲冰。

在铲冰除雪工作中，党员干部发挥模范带头作用，冲在最前



铲雪除冰场景。

列。党员们冒着刺骨的寒风，纷纷挥动手中的铁锹和扫帚，一起努力凿冰、铲雪，干劲十足。机关党支部党员、安全生产干事岳建军从30日下午一直坚守在医院，组织协调各部门在医院各个角落进行安全排查。机关党支部党员曾有任带领机关、内科

党支部党员志愿者，赶在病人就医之前将东风路院区大坪清理出一条通道。

在大家的积极配合下，医院东大路院区和东风路院区各主要路段都已清扫干净，为患者和职工的安全出行提供了有力保障。

这些保健“常识”，别再信了

王子辰

纤维有助排便、补钙稳定血压、吃可可粉能减肥……新华社记者调研发现，这些在国内流传颇广的保健“常识”，其实至少在欧盟并没有得到官方认可。

全球范围内，欧盟是公认的保健品监管较为严格的地方。在欧盟委员会官方网站上，可查到一份共800多页的清单，上面列举获欧盟批准或禁止使用的保健品宣传语，并都附有相应理由，即欧盟食品安全局的科学意见链接。

记者浏览这个清单发现，一

些广为流传的健康“常识”，其实并不正确或者未获得足够的证据支持。

例如，膳食纤维摄入有助增强饱腹感、规律排便、体重管理、维持正常血糖浓度和维持血液胆固醇水平等说法，就未被欧盟食品安全局采纳。该机构在参考41篇学术论文后得出结论，膳食纤维摄入与所宣称的这些益处之间无法建立因果关系。

欧盟食品安全局解释说，膳食纤维是一类人类小肠无法吸收的碳水化合物统称，“摄入膳食纤维对于人体有各种生理影响。受每

种纤维的独特物理和化学性质以及摄入剂量和方式不同的影响，产生的生理效应也会有区别”。

补钙有益身体健康的说法也广为流传。欧盟食安局在一篇科学意见文章里肯定了补钙对骨骼和牙齿健康、肌肉功能和凝血功能的益处，但同时澄清，没有足够证据支持补钙与稳定血压之间存在因果关系。

近年来，吃可可粉能减肥的说法逐渐流传开来。但欧盟食安局评估认为，吃可可粉与维持正常体重之间尚无法建立因果关系。

邵阳市第二人民医院分院

业务范围
 内设门急诊、专家门诊
 老年病科、脑血管科
 康复医学科、健康体检科等

地址：邵阳市双清区社会福利院(邵阳大道建设路口长城大酒店对面)市内乘33、101、103、104路公交可直达。

市内免费接诊电话：0739-5294200