

邵东市积极推进医疗事业高质量发展

迎乡贤建家乡医院

邵阳日报讯（通讯员 李定军）近日，邵东“迎乡贤、建家乡医院”调研组赴桂林、广州、深圳、成都、长沙等地，走访看望在当地工作的部分邵东籍医疗行业乡贤，调研如何发挥乡贤专家优势，反哺家乡医院建设，推进邵东医疗事业高质量发展。

6月12日至17日，调研组先后到桂林医学院、中山大学附属肿瘤医院、广州医科大学第一医院、深圳市人民医院龙华分院、四川大学华西医院等单位考察学习，依托广东省邵东商会成立了邵东市“迎乡贤、建家乡医院”驻广州工作站，建立了华南地区邵东籍医疗专家与家乡医院深入合作机制，加强邵东市人

民医院与华西医院的深度合作。与在长沙各医疗单位工作的部分邵东籍医疗专家座谈，筹建“迎乡贤、建家乡医院”长沙工作站。

这次调研走访成果丰硕。邵东市人民医院将逐步建成为桂林医学院临床教学医院和桂林医学院附属医院，加入四川大学华西医院网络医院联盟，与华西医院达成人员进修、规培等工作协议。长江学者、中山大学肿瘤防治中心放疗科副主任、博士生导师唐玲珑表示，将从医教研方面全力支持家乡肿瘤学科建设。著名泌尿外科专家曾国华表示，将组建博士团队与邵东市人民医院泌尿外科开展点对点的医联体帮扶工作，进一

步提升其泌尿外科水平。其他乡贤纷纷表示，只要家乡需要，他们将给予指导，将医疗技术下沉到最基层，下沉到群众身边，打通服务群众“最后一米”。

邵阳市委、市政府将制定医疗卫生行业柔性引进人才政策，建立“名医工作室”“博士工作站”平台，吸引更多的邵东籍专家通过坐诊、查房、手术指导、远程会诊、管理咨询等方式回乡支持医院建设。

据悉，今年7月至8月，广州医疗乡贤工作站将组织第一批博士专家回乡指导，开展肿瘤学科帮扶工作。下半年，广州医疗乡贤工作站、长沙工作站分别将组织专家回乡陆续开展义诊和其他学科建设帮扶工作。



6月15日，新邵县“安全生产月”安全宣传咨询日暨“最美应急人”演讲比赛在该县大坪锦绣广场举行。活动紧扣“人人讲安全，个个会应急”主题，进一步增强了全民安全意识。图为志愿者现场示范心肺复苏急救措施。

邵阳日报通讯员 罗昱 王宏志 曾惠文 摄影报道

市脑科医院：

多措并举开展创文巩卫工作

邵阳日报讯（通讯员 黄灵芝 吕许艳）近日，市脑科医院多措并举开展系列行动，扎实推进创文巩卫工作走深走实。

部署动员，统筹安排。该院组织中层及以上干部召开2023年第二季度创文巩卫工作推进会，对创文巩卫各项工作任务进行全面安排部署，对重点区域、重点部位、重点环节的突出问题实施重点整治，严防问题反弹。推进会要求全院干部职工统一思想，凝聚力量，时刻绷紧创文巩卫之弦，发扬吃苦耐劳精神，严守工作纪律，拧紧责任链条，推进创文巩卫工作落实落细。

集中力量，清除死角。该院干部职工对办公场所及院落进行了一次全面卫生大扫除，对院内堆积的杂物、路面卫生死角、绿化带、水沟等区域进行深层次、全方位的清理，做到不留盲区、不留死角。

强化督导，确保实效。该院督导小组严格按照测评标准落实“每日一督查一通报”的长效管理工作机制，做到“发现一处、通报一处、整改一处”，让问题“无处遁形”，确保创文巩卫工作落到实处、取得实效。

以评促改助推住培工作再上新台阶

邵阳学院附属第一医院接受省2023年度住院医师规范化培训基地评估

邵阳日报讯（记者 刘敏 实习生 王紫红 通讯员 张义娟）6月20日，省卫健委组织住培评估专家组来到邵阳学院附属第一医院，对该院开展2023年度住院医师规范化培训基地评估工作。

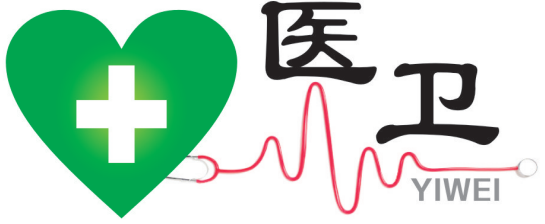
在听取住培工作汇报后，专家组一行通过实地检查，对该院住培管理以及内科、外科、全科、妇产科、儿科五个专业基

地进行了全面、细致的评估督导。

反馈会上，专家组充分肯定了该院上一阶段对住培工作的高度重视，以及在制度建设、完善管理构架体系、注重住培基地文化建设等方面取得的成绩。同时，专家组对该院下一步工作重点提出建议，包括完善学员分层递进培养方案，加强院级督导力度，加强教学激励力度，改善教学设施

设备，提高师资的带教水平和能力等。

该院表示将以此次评估为契机，严格按照专家组给出的指导意见，在全院范围内扎实开展专项整改，不断夯实管理过程，提升师资能力，推进内涵建设，提高培训质量。该院将加快推进综合科教楼建设项目，助力住院医师规范化培训工作再上新台阶。



邵阳学院附属第二医院：

科普作品省赛获佳绩

邵阳日报讯（记者 陈红云 实习生 谢晨芳 通讯员 赵清清）6月6日，在“湖南省首届检验医学知识科普大赛”中，邵阳学院附属第二医院主创的2篇科普文章《甲功“甄嬛传”——甲状腺功能五项检验知识小科普》《“糖宫”夜“验”——血糖水平监测指标分析》，从全省43家单位投稿的128篇作品中脱颖而出，分别荣获二等

奖和三等奖。

此次大赛以“检验医学知识科学普及·万家知晓”为主题，旨在向民众科普检验医学知识，引导他们树立正确的健康理念。该院在接到比赛通知后，精心选择参赛题目，精心打磨参赛文章，尽可能将专业的检验知识用接地气的“大白话”来进行科普，让内容通俗易懂、富有趣味。作品最终得到了评委的认可和肯定。

为什么不胖的人也查出脂肪肝？

脂肪肝，顾名思义，就是肝脏的脂肪过多，可以分为酒精性和非酒精性两大类，大多数人是非酒精性。

很多人以为脂肪肝是油吃多了，所以只要吃油的量不多，就不会出问题。举例子来说，我们身边有很多女性朋友常常不吃米饭，但是每餐离不开水果，水果的摄入量和品种都不少，因而导致水果中的果糖超过肝脏代谢范围。糖的摄入量多了，会变成脂肪在肝脏中储存起来，可能导致非酒精性脂肪肝。当然还有一些其他导致脂肪肝的因素，例如药物、饮酒、妊娠、营养不良等。所以，为什么有的人看起来不胖，却检查出脂肪肝，还有可能伴随出现高尿酸、高血脂、高血糖等异常。

结合自身工作经历，笔者对近几年超声检查出有脂肪肝的人员作了初步统计，其中体型正常或者微胖人士占比30%，且年龄在30岁至50岁之

间。当然，也不是所有的胖子都有脂肪肝，有一些体重指数在35以上的人群没有脂肪肝，这可能与饮食习惯及个人体质有关系。不单单是成人，其实还有很多超重儿童也有脂肪肝，所以现在脂肪肝不再是成人的专利，也不是胖子的专利。

关于超声报告脂肪肝是轻度还是重度？脂肪肝的诊断标准是肝脏穿刺。超声脂肪肝分度和临床分度不完全对应，所以现在大部分超声医生不进行脂肪肝分度，而是结合其他症状体征和血脂结果综合判断，找出脂肪肝原因，对症治疗。如果对于超声报告脂肪肝完全不予理会，那么肝脏的最终结局是纤维化。

单纯吃出来的脂肪肝是可逆的，我们要养成科学的饮食习惯，满足口腹之欲的同时拥有一个健康的身体，大家可以参照《2022中国居民膳食指南》学习健康科学饮食。（市脑科医院医技科 龙雅江森）

持续高温 科学预防重点人群中暑

新华社北京电（记者 李恒）近期，全国多地连续发布高温预警，部分地区最高气温超过40℃。专家提示，持续高温天气会给一些重点人群带来健康风险，这些人群要加强健康防护，科学预防中暑。

国家疾控中心此前发布的《高温热浪公众健康防护指南》指出，高温热浪健康防护的重点人群主要有三类，第一类为敏感人群，如儿童、孕妇、老年人等人群；第二类为慢性基础性疾病患者，如循环系统疾病、呼吸系统疾病、精神与行为障碍、肾脏疾病及糖尿病等患者；第三类为户外作业人员，如农民、建筑工人、环卫工人、快递员等人员。

“中暑分为先兆中暑、轻症中暑、中症中暑和重症中暑4个阶段。”北京大学人民医院急诊科副主任医师迟骋介绍，先兆中暑主要表现为头晕、乏力、大汗、口渴、注意力不集中。此后体温升高、出现发热，但没有意识转变，则进入了轻症中暑阶段。如不加以干预，体温将持续升高，可达40℃至42℃的高热，并伴有四肢抽搐、意识障碍，则进入了中症中暑、重症中暑阶段。最严重的中暑是重症中暑，即热射病，通常合并多脏器功能衰竭。

迟骋提醒，长期在高温高湿环境下工作和锻炼的人群、

体质较差的老人、儿童、孕妇等人群，更容易发生中暑，这些人群要格外注意。

如何预防重点人群中暑？国家疾控局提示，重点人群要尽可能避免在高温高湿环境下长时间生活和工作，饮食要清淡，注意补水，劳逸结合。对于儿童、孕妇等敏感人群来说，鼓励在户外玩耍的儿童尽可能待在阴凉处，孕妇和老年人尽量待在凉爽的室内。针对慢性基础性疾病患者而言，要主动、多次、适量饮水，不要感觉口渴才喝水，若因疾病限制饮水量或者需要服用利尿剂，及时询问医生合理的饮水量。对于户外作业人员来说，要合理安排户外作业时间，预防职业性中暑，户外作业人员在上岗前和在岗期间宜定期进行常规职业健康检查和应急职业健康检查。

重点人群中暑了怎么办？专家建议，出现中暑症状时，要将患者转移到阴凉通风处，解开患者衣袖、领口，用凉毛巾擦拭患者四肢皮肤，或者用冰袋冰敷于患者的额头、腋窝、大腿根等部位，加速降温，并用风扇、空调降低环境的温度。如果患者神志清楚，辅助患者多饮水来补水，最好是含有盐分的饮品。一旦患者出现意识障碍、昏迷、呼吸循环衰竭等危重症状，应立即拨打120，及时就医。