

民权县人和镇樊寨村聋哑女孩韩慧鑫：

直播间里的无声防疫宣传员

本报融媒体中心 谢海芳 通讯员 孙琰 孙珂

“目前，全国疫情防控高风险地区294个，中风险地区397个。大家要坚持勤洗手、戴口罩、常通风、公筷制、‘一米线’等良好卫生习惯和合理膳食、适量运动等健康生活方式。”7月11日一大早，民权县人和镇樊寨村聋哑女孩韩慧鑫用写字板在自己的抖音直播间里与粉丝交流，宣传新冠肺炎疫情防控知识。

韩慧鑫今年24岁，出生两三个月时，父母就察觉到她听力有问题，便带着她奔波于北京、上海等地的大医院，啥检查都做了，好多专家也都看了，最终都以失望告终。

“孩子长大后，啥也听不见，不会说话，怎么跟人家交流？怎么生活？这可咋办呀？”那时候，韩慧鑫的父母整天急得抹眼泪。2004年秋，父亲韩占生把她送到县里的聋哑学校，让她学习识字和手语，走上社会后好与人交流。

2010年暑假，韩慧鑫整天待在家里没事干，家务活和地里的农活父母也不指望她，她就买来宣纸和画笔，自学画画。韩占生见她喜欢绘画，就带她去有“中国画第一村”美誉的民权县北关镇王公庄村，跟“四小虎王”之一的王建辉学习画虎。

一分耕耘，一分收获。3年下来，韩慧鑫的绘画技术大有长进，但每月1000元左右的收入根本不够自己的生活费，更别说补贴家用了。后来她就索性不画了，开始外出打工。打工那几年，电子装配、制药、摆地摊、带货等啥活她都干过，风里来、雨里去，风餐露宿，啥苦都吃过、啥罪都受过。

这几年，由于受疫情影响，韩慧鑫不再外出打工。她目睹了疫情的严峻，



韩慧鑫在直播间宣传防疫知识。孙琰 摄

看到很多人为了抗疫身先士卒，舍小家、为大家，看到身为村干部的父亲经常为村里的疫情防控工作跑前跑后，有时候忙得连一口热饭都顾不上吃，就想想着为社会作点贡献。

韩慧鑫把自己的想法告诉父亲，韩占生非常高兴，感觉孩子长大了，有思想了，就把这事给镇里联系他们村的干部李双印进行了汇报。

“这是好事啊！孩子有社会责任了，对她树立正确的世界观、人生观、价值观都有好处，我举双手赞成！”李双印听罢一个劲儿地夸，并把该县疫情防控指

挥部编印的《新型冠状病毒防控方案》和《疫情防控知识宣传册》《隔离学习大礼包》《集中隔离居家隔离与居家健康监测手册》等资料交给韩占生。

打铁还需自身硬。韩慧鑫对父亲交给她的资料爱不释手，经常拿出来翻看，认真学习。她还特意买了个笔记本，遇到自己认为重要的知识点，就记下来，方便与粉丝交流时翻看。

“现在接种新冠病毒疫苗是啥政策？现在网上说啥的都有，是不是不用接种了？”粉丝“江南好”在直播间向韩慧鑫咨询。

“现在接种人群范围扩大到3岁以上，坚持知情、同意、自愿原则，只要是没啥接种禁忌症，大家要应接尽接。”韩慧鑫翻开《新型冠状病毒防控方案》，又仔细看了一遍，在写字板上认真写着。

“江南好”看罢连连道谢。这些日子，各大官方网站和微信公众号每天都在报告确诊病例和无症状感染者，疫情涉及十多个省份，疫情防控工作不容乐观。樊寨村按照县里和镇里的疫情防控工作要求，持续做好常态化疫情防控，加大宣传力度，村头大喇叭也加大了疫情防控政策和知识的播放频次。韩慧鑫和父亲一起，挨家挨户发放宣传资料，让大家时刻绷紧疫情防控这根弦，绝不可掉以轻心。

“俺原来总想着戴口罩、不聚集、用公筷，就是喝凉水拿筷子——多此一举，没必要这么认真。这闺女经常拿防控知识小册子让俺看，还比划着给俺讲解，俺现在对防控的认识提高了。”49岁的邻居时排玲快人快语，几句话逗得大家乐得不拢嘴。

“我感恩所有关爱我的人，感恩这个社会，让我学会了坚强。我要用自己的方式回馈社会，用自己的方式宣传国家的防疫政策和知识。我相信，我们的生活会越来越好。”在韩慧鑫的日记扉页，几行娟秀的文字，透露出她的心声。

“这孩子虽然生活在无声世界，不会与人进行语言交流，但身残志坚，从不向命运低头，是广大残疾人学习的榜样。在她的倡导和影响下，村民戴口罩、不扎堆、讲卫生等生活习惯有了明显增强，防控意识有了很大提高。”谈及韩慧鑫，该镇残联主席席卫平感触颇深。

睢阳区卫健委严防强降水后次生疫情 保障人民生命健康安全

本报讯（记者 谢海芳 通讯员 曹永宏）近期，我市降雨频繁，为严防强降水后次生疫情，睢阳区卫健委采取积极措施，保障人民生命健康安全。

统筹资源，强化汛期医疗服务。区卫健委积极调配应急医疗专家，配备医疗应急物资，强化特殊药品、血液、特殊医疗耗材供应保障，加强孕产妇、急诊手术患者、急性心脑血管疾病患者的救治工作。各乡镇（镇、街道）卫生院、社

区卫生服务中心、村卫生室保持电话畅通，为患者提供快速、安全、有效的院前医疗急救服务。

强化食源性疾病预防。强化各乡镇（镇、街道）卫生院、社区卫生服务中心、村卫生室食源性疾病预防人员的收治，发现病例及时在线报告，强化全过程监测预警，防止食物中毒以及食源性肠道传染病的发生。加强重点部位消毒消杀，开展对集中式供水单位、二次供水单位、农村人饮工程等生活饮用水的

水质卫生监督监测，开展消毒产品和消毒产品生产企业监督，严查不合格消毒产品。

强化哨点作用发挥。各级医疗卫生机构，特别是基层医疗卫生机构在坚持做好疫情防控的同时，加强预检分诊和发热门诊管理，提高识别传染病的能力，进一步强化感染防控工作，进一步梳理落实重点部门、重点环节、重点人群以及防控的基础设施、基本流程，严防出现传染病聚集性疫情。

科普知识

帕金森病是一种常见的、继阿尔茨海默症第二大的中老年神经系统疾病，其平均发病年龄在60岁左右。在中国65岁以上人群中，帕金森病的患病率在1.7%左右。随着年龄的增长，帕金森病发病率不断升高，给家庭和社会带来极大的负担。帕金森病发病较隐蔽，且病程进展缓慢。一侧肢体的震颤或活动笨拙常为首发症状，进而累及对侧肢体。临床上主要表现为肌张力增高、静止性震颤、运动迟缓和姿势步态障碍等运动症状；近年来人们越来越多地注意到焦虑抑郁、便秘、嗅觉减退、睡眠障碍等非运动症状。非运动症状对患者工作、日常生活能力及生活质量的影响甚至超过了运动症状。

焦虑和抑郁是帕金森病常见的神经精神症状，当患者出现行动不便时，会导致患者出现情绪的波动，进而引发焦虑抑郁等负面情绪，以情绪低沉、信心不足、悲观

帕金森病患者如何做好情绪管理

等为主要体现，甚至出现自杀等念头，不利于身心康复，那么怎样才能做好帕金森病患者的情绪管理呢？

第一，结合患者饮食习惯，制订合理的饮食方案，确保患者营养达标，指导患者进行体育锻炼，开始以被动活动为主，随后，可转变为主动活动，预防骨关节并发症。注意患者口腔与皮肤护理，定时协助患者翻身，预防褥疮。积极监测患者血压、心率等生命体征，根据患者恢复情况，指导患者进行穿衣、如厕等行动，让患者做力所能及的事。

第二，加强对患者的健康教育宣传，向患者介绍帕金森病的相关知识（如疾病的发生及发展、主要表现、治疗方法、预后效果及注意事项等），提高患者对疾病的了解程度，引导患者正确认识疾病，减轻恐惧心理，提升患者战胜疾病的信心；同时，告知焦虑、抑郁等负

面情绪对疾病控制的不良影响，缓解患者负面情绪。

第三，根据患者喜好，播放舒缓的音乐，减轻患者负面情绪；保证睡眠质量，调节患者身心状态，并且可以通过看电视、聊天、读报、参加娱乐活动等方式，分散注意力，减少对疾病的关注，缓解负面情绪。

第四，如果患者焦虑抑郁情绪较重或不能有效缓解，仍需要在神经内科专科进行抗焦虑抑郁药物治疗。

帕金森病的治疗中，药物、饮食、康复运动、个性化健康教育等均起到重要的作用，消除患者的焦虑、抑郁心理，有效地改善帕金森病患者的不良情绪，使患者对帕金森病形成正确的认识，在治疗过程中能积极地配合，从而使症状得到较好的控制，帕金森病病程也就被延缓，生活质量才会有明显提高。（商丘市第一人民医院 孔羽）

就贯彻落实《新型冠状病毒肺炎防控方案（第九版）》 我市开展疫情防控方案（第九版）培训

本报讯（记者 谢海芳）近日，我市召开疫情防控工作培训会议，对《新型冠状病毒肺炎防控方案（第九版）》《河南省新冠肺炎疫情常态化防控工作3.0版》《河南省新冠肺炎疫情应急处置指南》进行了培训。

培训会上，市疫情防控专家组专家结合近期安徽宿州、辽宁丹东、江苏南京和徐州、陕西西安等地疫情形势，重点对《新型冠状病毒肺炎防控方案（第九版）》部分内容和《河南省新冠肺炎疫情常态化防控工作3.0版》《河南省新冠肺炎疫情应急处置指南》进行了详细解读，特别是对第八版防控方案，对新增、变化的内容进行了详细的解读说明，并针对疫情监测、风险人员排查管控、重点场所防控等重要环节进行了强调和安排。

会议要求，全市各级各部门要精准把握新版防控方案的新变化新要求，全面落实“外防输入、内防反弹”总策略和“动态清零”总方针，深入贯彻“疫情要防住、经济要稳住、发展要安全”的重要要求，统筹疫情防控和经济社会发展，因地制宜、因时因势，科学、精准落实落细各项疫情防控政策措施。

会议指出，当前全国疫情防控进入了新阶段，国务院联防联控机制颁布了《新型冠状病毒肺炎防控方案（第九版）》，优化调整防控措施，要求更高、更规范、更精准。结合我省具体实际，尤其是融入我省疫情防控经验做法，省疫情防控指挥部印发了《河南省新冠肺炎疫情常态化防控工作3.0版》《河南省新冠肺炎疫情应急处置指南》，既符合国家的求，又具有我省的特色，疫情防控的科学性、精准性得到了进一步提高。各地各部门要根据新方案，抓紧修改完善本地本部门的防控策略，确保及时、科学、精准、有效落实，牢牢守住不发生规模性疫情反弹的底线。

会议以视频会议的形式召开，市疫情防控指挥部各成员单位、“一办五处”主要负责同志或分管负责同志，市直医疗卫生单位主要负责同志在分会场参加会议，各县（市、区）在分会场参加了会议。

进入小暑节气，就进入了冬病夏治的好时节，不少人已经尝到了冬病夏治带来的好处，那么，骨伤科疾病可以冬病夏治吗？7月11日，记者采访了市中医院骨一科主治医师李鹏，让他聊一聊风湿骨病的冬病夏治。

冬病夏治的治疗方法有哪些？李鹏说，中医学有“急则治其标，缓则治其本”的治病原则。夏季三伏天，冬病处于缓解期，此时人体脏腑功能相对稳定，病情亦较稳定，但人体阳气盛于外而虚于内，皮肤腠理相对疏松，故可采取因时制宜的治疗方案。一采用内服温补药物以扶助正气，根据患者体质情况，分别采用补肺固表、健脾化痰、益肾纳气等治法，驱逐寒邪，以消除冬病之夙邪；二重点运用穴位贴敷、穴位注射、热敷、熏洗等外治法养其内虚之阳，以助生长之能，达到扶正祛邪、促进疾病好转，以期收到“治病求本”的疗效。

骨伤科有哪些病适宜冬病夏治贴敷？

李鹏表示，一切由风、寒、湿三邪所致的痹证均适宜冬病夏治贴敷。《内经》云：“风湿寒三气杂至，合而为痹也”。骨科临床上常见的病有：风湿性关节炎（俗称老寒腿、鹤膝风）、肩凝症（俗称漏肩风、五十肩、肩周炎等）、类风湿性关节炎（中医称历节病、顽痹）、强直性脊柱炎（大腰）等。以上疾病尽管各有特点，但有共性：喜热恶寒，得热则减，遇寒加重，秋冬加重，春夏缓解，时肿时痛，时轻时重，缠绵难愈，轻则关节功能受限，重则致残，现代医学还没有彻底治愈的办法。这些疾病都可以通过冬病夏治的办法来缓解症状，提高生活质量。

针对冬病夏治中药贴敷应注意的问题，李鹏提醒，首先，对于经穴的选择，《内经》认为先天之精气受于父母而藏于肾，余者藏于奇经八脉，依此理论，使藏于奇经八脉的先天之精气，尤其是任督二脉之精气化为元阳、元阴之气，使元阳、元阴来维持人体阴阳平衡，因此选任督二脉为主经，太阳、阳明二经为辅经。要注意适应症的选择。冬病夏治法是在夏季气温高和机体阳气旺盛时，给予温阳补益的治疗方法，所以对于阴虚、实热类体质的病人不宜贴敷。要注意贴敷时间的选择。根据中医奇为阳、偶为阴的说法，在每个伏天中选择

风湿骨病可冬病夏治

本报融媒体中心 谢海芳

3个奇数日，为三伏最佳时间；每次贴敷建议在上午9时—11时，此时是一天中阳气升发旺盛之时，效果最佳。同时要注意贴敷的次数及持续时间。三伏天每7天—10天贴一次，每次4小时—6小时，若局部反应强烈，可缩短时间。为了巩固疗效，建议连续贴敷2年—4年。

要注意外用药物的配伍。根据中医的辨证施治原则和整体观点，不同的病症、病变部位、年龄、体质宜选择不同的药物组合；同时根据不同的经脉循行、穴位的主治选择不同的主、配穴搭配，这样才能取得最佳疗效。

市中医院 冬病夏治 专题

商丘市中医院 名医风采

人物简介

徐笑，主治医师，商丘市中医院针灸科副主任，毕业于河南中医药大学，商丘市青年名中医，商丘市针灸学会副会长，河南省针灸学会理事，河南省司法法医学专业委员会理事，中国针灸学会会员，中国民族医药学会疼痛分会河南内热针专委会理事；擅长“醒脑开窍针法”治疗中风偏瘫，小针刀、平衡针、肌肉起止点疗法、内热针疗法治疗颈、肩、腰、腿痛，芒针、脐针及腹针疗法治疗消化、泌尿系统及神志疾患。

“慢慢调理，不用着急。有很多病人跟你的病症一样，经过调理后恢复得很好，不要有心理负担，慢慢会好起来的。”日前，在弥漫着浓浓艾草香的市中医院针灸一科诊疗室里，徐笑边为患者针灸边安抚患者，患者的紧张情绪渐渐缓解。因医术精湛，慕名前来找徐笑扎针的患者络绎不绝。

徐笑说，他的家族从祖父辈就开始从医了，加上叔父辈和侄子辈，家族四代从医。因为从小就耳濡目染家人治病救人、为病人解除痛苦，因此徐笑也立志投身医学，用自己所长为患者排忧解难。

徐笑告诉记者，医生不是圣人，不可能什么病都能治疗，他能做的就是坚守职责，多问一句、多考虑一点，靠着认真仔细的诊治和分析，努力发现问题。“不能百分百治好病，但至少能给患者一个明确的诊断，降低误诊率。”

针灸科治疗的疾病多是慢性疼痛性疾病，病程长，收治的病人大多是老年人，有很多患者因中风而偏瘫、失语，生活不能自理，甚至出现情绪低落、抑郁等症。徐笑坚持把病人当作亲人，在为病人细心治疗的同时，不断做好家属的安抚工作，不厌其烦地解释病情，设身处地为他们着想，和患者处成了朋友。家住医院附近的李大妈，顽固性疼痛十余年，她慕名找到徐笑治疗，经过四五年的连续治疗后，她的疼痛得到极大缓解。自己遇到良医后，李大妈又把徐笑介绍给受疼痛困扰的家人和朋友，自己平时做的好的也会给徐笑送去去尝尝。

“中医是一门博大精深的学科，从医者学无止境方能领略其精髓。”徐笑说，针灸是传统中医防治疾病的重要方法，没有仪器依托，靠的就是医术和经验。在抗疫战场上，徐笑既是一线核酸采集“大白”、小组长，又是物资和“大白”的“摆渡人”。在日常核酸采集，无论是集采还是单采、无论是深夜还是白天，只要接到命令，他就会带领医护人员第一时间奔赴战场。从去年8月份至今，他开着私家车外出采集核酸100余次。4月4日23时许，刚刚结束单采任务回到家，徐笑就接到了支援永城的命令，他顾不上休息，紧急联系科室人员，带领科室14名医护人员与医院300余名医护人员集结，凌晨5时许出发到永城一线支援抗疫。

一支艾柱，一腔热情；一根银针，一颗匠心。靠着对中医的热爱和坚持，徐笑在杏林园里用一根根小小的银针，守护着百姓的健康，传承着中医国粹。尽管在患者心中树立了良好的口碑，但徐笑始终把自己当成一名学生。“医术无止境，我要学习的还有很多，我的幸福感来自于为患者解除病痛。”他这样说。

关于无偿献血的十万个为什么 主办：商丘市中心血站

献血有年龄限制吗？

有，国家提倡献血年龄为18周岁—55周岁。但并不是超过55周岁就绝对不能献血，如既往无献血反应、符合健康检查要求的多次献血者主动要求再次献血的，年龄可延长至60周岁。（商丘市中心血站供稿）

无偿献血 奉献爱心 商丘市中心血站 献血服务网点地址 服务时间 联系电话