我市医务工作者朱开源、柴飞凤先后捐献造血干细胞

为血液病患者送去“生命种子”

本报讯（记者 李岩 谢海芳）8月11日、12日，在河南省人民医院造血干细胞采集室，我市医务工作者朱开源、柴飞凤先后成功捐献造血干细胞，挽救两名血液病患者的生命，他们用自己的实际行动践行着医者的大爱与无私。

8月11日，市第三人民医院神经内科医生朱开源在河南省人民医院完成造血干细胞捐献，为一名急性淋巴细胞白血病女童生命续航。而今年33岁的朱开源也成为河南省非血缘关系造血干细胞第1138例、商丘第44例成功捐献者。

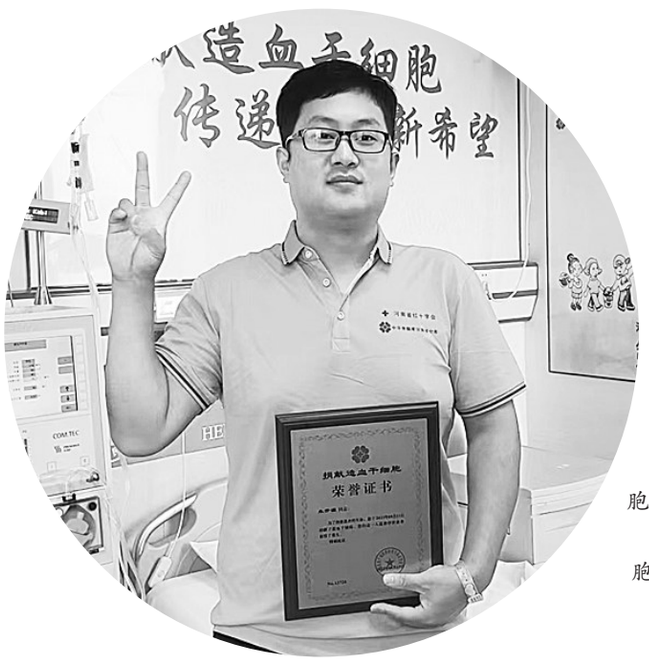
2021年10月19日，朱开源加入中华骨髓库，并采集样本，成为一名光荣的志愿者。今年5月，他和一名患有急性淋巴细胞白血病的女童配型成功，6月份，他顺利通过了体检。8月6日，在梁园区红十字会相关负责人的陪同下，朱开源赶往郑州，注射4天动员剂后，于8月11日上午成功完成造血干细胞捐献，183毫升“生命种子”为血液病患者带来重生的希望。

朱开源告诉记者，自己是一名医生，职责就是治病救人，捐献造血干细胞只是换了一种方式帮助他人。工作中的朱开源勤勤恳恳、任劳任怨，深受同事的赞扬。生活中，他热心公益事业，积极参与社会公益活动。“生命因奉献而美丽，社会因关爱而和谐。造血细胞移植是挽救血液病患者最有效的方法，希望能通过我的实际行动，带动更多人加入到造血干细胞捐献志愿者的行列。”朱开源说。

33岁的柴飞凤也是一名医务工作者，2020年，在宁陵民族医院工作期间，她加入中华骨髓库。今年6月配型成功后，柴飞凤毫不犹豫地同意捐献，挽救一名9岁血液病患者的生命。柴飞凤说：“我现在也是一位母亲，我儿子才两岁多，我非常能体会孩子生病了对一个家庭的影响，所以更加感觉捐献造血干细胞的神圣意义。”

柴飞凤的爱人在外地工作，她和婆婆也不在一个城市生活，为了照顾孩子，她选择离职做全职妈妈。“我带着儿子到河南省人民医院注射动员剂，医生护士都说还没有见过带着孩子来捐献造血干细胞的呢，他们对我和孩子都很照顾。儿子也鼓励我，说妈妈，我陪着你，给你加油！”

8月12日上午，柴飞凤完成造血干细胞捐献，181毫升“生命种子”火速送往患者所在的医院。柴飞凤成为河南省非血缘关系造血干细胞第1139例、商丘第45例成功捐献者。“为了能救这个患白血病的孩子，一切付出都值了！”说着，柴飞凤流下了幸福的眼泪！



▲柴飞凤成为河南省第1139例非血缘关系造血干细胞捐献者。 孔明辉 摄

◀朱开源成为河南省第1138例非血缘关系造血干细胞捐献者。 焦春雷 摄

培育和践行社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐
自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善

商丘市中医院

名医风采

市中医院皮肤科主任高歌：

修复生命颜值的『工匠』

本报融媒体记者 谢海芳

人物简介

高歌，商丘市中医院皮肤科主任，本科毕业，副主任医师，河南省中西医结合皮肤科医师协会常务委员、商丘市皮肤科医师协会副主任委员，曾在上海复旦大学附属中山医院、华山医院及北京大学附属第一医院进修学习，擅长中西医结合治疗银屑病、荨麻疹、痤疮、真菌感染、皮炎湿疹等各种难治性皮肤病及性病。

如果说生命是大自然孕育的“艺术品”，那么皮肤科医生就是修复生命颜值的“工匠”。高歌的母亲是一名内科医生，从小受母亲的影响，他立志长大后也要成为一名医生。在母亲的谆谆教诲和耳濡目染下，工作后的他坚持把医德修养和患者的需求放在首位，总是考虑怎样让病人花最少的钱得到最为满意的治疗。“医德是什么？医德就是让病人一看到你，病就先好了一半。”在30年的从业生涯中，他一直在践行着医者仁心。

“高主任，孩子的下巴不小心碰到台阶上了，麻烦您给缝合一下吧。”一天中午已经到了下班时间，家住示范区的谢女士带着5岁的女儿，急匆匆地来到诊室。刚刚结束一场手术的高歌，顾不上连续手术的疲惫，立即耐心安抚哭泣的孩子。“宝贝，你是最棒的”“缝合之后你就是最漂亮的小女孩”……他一边查看孩子的伤口，一边鼓励哭泣的孩子，为孩子开通“绿色通道”，紧急进行下巴伤口缝合手术。手术结束也基本到了下午上班的时间，他简单吃了点东西，又开始了下午的工作。

皮肤科是专门从事皮肤病、性病和皮肤美容的诊疗、教学和科研单位。在高歌的诊室，每天慕名找他就诊的患者络绎不绝。无论是节假日，还是休息时间，只要患者有需求，他总是第一时间为患者排忧解难。一个个康复的病例、一句句感谢的话语，无不透露出患者对他的满意和认可。

作为一名优秀的皮肤科医生，揭穿所有皮肤病的“伪装”，让患者治愈出院，是高歌倾尽一生的夙愿。高歌说，皮肤科作为专科有2000种病种，病人大多只是出现皮疹来看病的，要从2000种病种里，确诊判断本来就很难，最后给出一个非常合理的治疗方案更是难上加难。只有不断地学习，才能成为一名专业的皮肤科医生。

除了做好日常诊疗工作，高歌还注重科室的学科建设及人才梯队培养。皮肤科引进了许多先进仪器，如治疗白癜风、斑块型银屑病、肥厚型湿疹的308准分子激光机，治疗太田痣、雀斑、文身、咖啡斑的调Q激光机，治疗黄褐斑、毛孔粗大、面色暗黄、胡须等体毛增多的光子嫩肤脱毛机，治疗瘢痕、痘坑痘痕、细小皱纹、病毒疣的先进设备，治疗痤疮、黄褐斑、面色灰暗的二氧化碳点阵激光机等。先进仪器的加入，能让病人得到更为准确的诊断与治疗，使健康与美丽同在。此外，他还鼓励科里的年轻医生外出进修，学习先进的医疗技术。“在每个医生的成长过程中，都伴随着无休止的学习。要跟上日新月异的医疗技术、跟上时代的步伐，就得不断更新、不断学习。”高歌说。

在抗疫战场，高歌时刻在履行着一名共产党员的责任和担当。市中医院支援民权医疗队队员李欣玲说，高歌是他们的小组长，工作中他始终把队员的安全放在第一位，像家人一样关爱每一名队员。在做好各项协调工作的同时，高歌总是把最困难、最艰苦的工作留给自己，时刻关心队员们的生活、身体情况。

睢阳区积极推进老年友善医疗机构建设

本报讯（记者 谢海芳 通讯员 曹永宏）近年来，睢阳区卫健委为促进老年健康服务体系建设，优化老年人就医环境，积极推进老年友善医疗机构建设，老年患者就医得到便利服务，老年患者满意度进一步提高。

完善老年友善文化。区卫健委指导全区各级各类医疗机构从医院文化建设入手，强化职工行为规范，工作中以尊敬的态度、易懂的语言与老年人交流，导医台全天候为老年人提供导医、陪伴志愿服务，引导老年人智能就医，帮助老年人熟悉智慧医疗服务流程和操作程序，逐步适应现代就医模式。利用国家法定节假日和各类行业节日（宣传周）活动，定期或不定期到社区（村组）开展尊老、敬老、爱老相关宣传义诊公益活动，多形式促进老年健康和疾病预防知识宣教。

规范老年友善管理。建立完善老年友善管理制度，将老年友善医疗机构建设纳入医疗机构评价体系，强化年度工作计划落实，定期督导整改和总结完善。开展老年心理学、社会学、老年医学专业知识、专业技能培训和老年护理技能培训，提高医护人员和陪护人员服务老年患者的能力。强化资金投入，推进辅具移乘设备、无障碍通道设施建设、建筑与环境改造改善。设立老年疾病多学科综合服务门诊，为老年人提供诊疗、康复、护理、用药指导等“一站式”门诊服务。

提升老年友善服务。推进医疗机构独立老年医学科建设，建立老年人就医绿色通道，完善电话、网络、现场预约等多种挂号方式，畅通老年人及家人亲友、医护人员代办挂号渠道，优先提供缴费、化验检查、医保报销、出入院快捷服务。对住院老年患者进行高风险筛查，重点对跌倒、肺栓塞、误吸和坠床情况，建立风险防范措施与应急处置方案。完善老年人日常健康管理服务，依托家庭医生签约服务团队，规范老年人健康报告反馈，为确有需要的老年人开展上门诊疗、康复、照护等个性服务。

睢县多举措加强核酸检测能力建设

本报讯（记者 谢海芳 通讯员 马雷）长期以来，睢县强化措施，抓好核酸检测采、送、检、报各个环节，进一步加强核酸检测能力建设，切实做到早发现、早报告、早隔离。

成立工作专班。成立核酸检测工作专班，设立“追阳小组”，一旦出现核酸检测阳性样本，小组将在第一时间进行复核、确认结果，确保阳性样本不积压。同时，及时调整充实工作专班力量，做好试管、试剂盒、防护服等各类物资的储备工作。

合理设置采样点。按照“科学、规范、便民”原则，根据县域人口摸排信息及居住分布特点，合理设置核酸检测点568处、采样工作台1136个。调配28家医疗卫生单位人员2272人，充实到各个检测点。调集2300多名基层干部以及志愿者，协助开展核酸采样工作。同时，设置便民核酸采样点33个、黄码人员专用采样点1个，其中黄码人员专用采样点提供24小时服务。

做好采转测工作。按照核酸采集分级响应、分区管理要求，合理设置功能区，调集25辆核酸转运车辆、31名转运人员全面负责核酸样本的转运，规范样本采集、转运、检测流程，6小时内完成采样，24小时内完成所有检测任务的工作机制。3月21日以来，已开展全县区域核酸检测24次，检测结果均为阴性。

安全有序推动。全县采样点相对固定，采样人员实行“定位、定岗、定责”，各司其责、分组轮换。对每个采集样本群众，严格按照“扫码、戴口罩、2米线、采样完毕即离开、48小时内接种过新冠病毒疫苗的人群严禁参与核酸检测”的要求进行宣传讲解，现场秩序井然。采样结束后，及时做好现场消杀和医废规范处置工作。

市中医院外一科：

“小孔”探真相 微创护健康

本报记者 谢海芳 通讯员 贾红霞

早在东汉末年，医学家华佗就开创了用全身麻醉法实施外科手术的先河，华佗也被后世尊为“外科鼻祖”。外科的治疗沿袭至今，形成了以手术切除、修补等为主要治病手段的专业科室。在商丘市中医院有一群外科医生，行走在外科手术探查、介入、创伤等手术治疗的路上，借助精密仪器，及时有效诊断患者病情，切实解除患者的疼痛。

5月12日，宁陵县87岁高龄的徐老太太一直高烧不退，全身皮肤发黄，眼睛巩膜黄染，小便发黄。在当地医院检查考虑胆总管结石合并胆囊结石，需要手术治疗。因为徐老太太年龄过大，并且患有心脑血管疾病等多种内科疾病，手术需要外科开刀进行，所以风险较大，当地医生不敢轻易做手术。后来，经过患者家属商议，得知商丘市中医院外科可以进行微创手术治疗，便将患者转到商丘市中医院外科。

“患者转入我们医院后，外一科主任赵玉东立即组织科室人员进行讨论，并开通绿色通道，紧急为老太太施行了腹腔镜下胆总管切开取石和腹腔镜下胆囊切除术。”市中医院外一科医生张海东说，术后患者腹部只有4个1厘米小孔，经过几天的住院恢复，患者很快就痊愈出院了。

据介绍，患者患有胆总管结石和胆囊结石，接受胆囊全切手术相比单纯的胆囊结石手术而言，是一项较为复杂的外科手术。基础病较多且年龄较大的患者在进行此手术时，更是存在很大的风险，也是对外科医生的综合考验。

多年来，商丘市中医院外一科始终坚持手术微创化的发展战略，根据患者自身病情，制订个体化的治疗方案，以最小的损伤解决患者最大的难题，原来需要开刀的“大”手术，现在只需要几个“小孔”就能解决，这也越来越得到广大患者的认可与好评。

商丘市中医院外一科是该院重点科室，是集普外、胸外、肿瘤外科、甲乳外科、血管外科为一体的综合性科室。科室现有主任医师1名、副主任医师4名、主治医师3名、住院医师2名，科室医师均在北京、上海、广州、郑州、济南等国内顶级医院进修学习。科室拥有进口高清腹腔镜两套，胆道镜一套，超声刀、意大利进口静脉曲张激光治疗仪一台，双极电凝等先进设备，常年自主开展各类腔镜微创手术。

献 献出一片爱心

关于无偿献血的十万个为什么

主办：商丘市中心血站

献血会“伤元气”，使人没精神吗？

献血不会使人“伤元气”。一个健康人的总血量约为4000毫升—5000毫升，约占体重的8%。平时80%的血液在心脏和血管里循环流动着，维持正常生理功能；另外20%的血液储存在肝、脾等脏器内，一旦失血或剧烈运动时，这些血液就会进入血液循环系统。别小看人体的调节机能，血液具有自我更新的能力，每时每刻都在吐故纳新；而人体的调节机能可以迅速补充失去的血液，因此，献血后绝不会产生“气血虚”的情况。

无偿献血 奉献爱心

长献 和平 爱心 飞翔

商丘市中心血站

稀有血型联系电话：3258169
无偿献血咨询：3258169
血费报销电话：3258119
成分血捐献咨询：2532323

长按二维码关注我们

献血服务网点地址	服务时间	联系电话
市区凯旋路爱心献血屋	周一至周日	2532323
市区团结路市中医院门口	周一至周日	
市区商丘好人广场献血屋	每周三休整	
永城市人民医院大门东侧献血屋	周一至周日	
夏邑建设路与中和街交叉口	每周三、五	
虞城木兰大剧院对面献血房车	每周二、四、六	
柘城八一宾馆西侧	每周五、六	
宁陵老石马广场	每周一、三	
睢县北湖广场	每周二、四	
民权县医院西侧	每周三、四	

科普知识

月经不调的危害与护理方法

月经不调是困扰大多数女生的问题，对于月经不调，有的人过于重视，有的人则完全忽视。月经不调危害大，每个女生都应该掌握正确的护理方法，一旦发现，一定要到正规的医疗机构就诊。

月经不调的危害有哪些？

女性正常月经是具有周期性的，从月经出血第一天到下一次出血第一天之间间隔时间为21天—35天。月经不调患者一个最常见、最主要的症状就是月经紊乱，月经可能推迟或者提前7天以上，部分患者还可能出现经期出血量过多、过少、头痛、腹痛等症状。如果月经频繁，出血量较多，出血时间较长，就可能引起贫血、头晕、心慌、睡眠障碍等问题。这种经常出血的情况很容易导致细菌滋生，引起炎症，进而导致宫颈炎、子宫内膜炎、阴道炎、盆腔结缔组织炎等各种生殖道炎症疾病。月经不调患者内分泌系统无法正常运作，就很容易导致面部皮肤出现痤疮、色斑，影响女性的面部美观性，让女性产生自卑心理。当疾病发展较为严重时，还可能导致不孕，影响女性的生殖功能，因此出现月经不调千万不可疏忽大意，一定要及时就医治疗。

月经不调应该如何正确护理？

1.女性在日常生活中一定要做好个人卫生清洁工作，尤其是月经期间应保持私处干净，使用正规厂家生产的卫生巾、卫生纸，勤加更换卫生用品和贴身衣物，严禁阴道冲洗、夫妻生活。

2.在月经期间一定要注意保暖，哪怕是夏天也不可饮用凉水、吃雪糕等，可以喝一些红糖水来活络气血、加快血液循环，避免出现月经减少或痛经等情况。

3.月经期间女性是可以进行正常工作、运动的，但是应注意掌握尺度，一定不可以进行剧烈的运动或体力劳动，不然很容易耗伤肌体正气，导致月经量增多或经期延长。

4.在月经期间女生很容易变得情绪化，生气、忧思等均会损伤肝脏，影响气血运动，因此这个时候要学会调节自己的情绪，不要过于激动，可以在遇到不开心事情的时候去做一些喜欢的事情，来转移自己的注意力，让自己保持心情愉悦。

5.饮食方面应保持营养均衡，可以多吃鱼类、豆类等高蛋白食物，补充富含维生素E的食物，如香油、坚果、谷胚等，多吃绿叶蔬菜，适当增加饮水量，保持大便通畅。

（商丘市中心医院护理部 姜曼）