

仁心仁术 守护生命

——记市人民医院心血管内科党支部书记、行政主任吕留强

■记者 詹岩 通讯员 李骏

从医20余年来,他始终潜心钻研专业技术,全心致力于心血管患者救治,让一个个危重患者重获新生;他积极投身援藏事业,坚持克服高原反应等带来的重重困难,为雪域高原百姓的生命健康保驾护航;他医德高尚,视病人如亲人,受到患者及家属的广泛赞誉。他就是市人民医院心血管内科党支部书记、行政主任吕留强。

“医乃仁术,须精业慎行”,这是吕留强从医之路的座右铭。多年来,怀着强烈事业心和责任感的他,从未停下进取的脚步。作为市人民医院心血管内科带头人,他潜心研究冠心病、高血压病、重度心衰、恶性心律失常、心肌病等心血管疾病诊治,努力掌握国内外前沿的治疗理念和技术,在临床工作中积极总结经验,现已擅长心源性休克IABP治疗、起搏器置入、心力衰竭CRT-D治疗、快速心律失常射频消融术等,尤其擅长冠心病的介入及急性心肌梗死急诊介入治疗。

吕留强始终奋战在救死扶伤第一线,成功抢救危重患者200余例,完成冠脉介入1000余例,起搏器置入200余例,CRT-D10余例,射频消融100余例,成功开展无导线起搏器植入、经导管主动脉瓣置换术(TAVR)、开展IVUS及IFR指导下的复杂病变冠脉介入治疗。其精湛的医术拯救了一个又一个生命,造福了无数患者,得到医院领导、同事和广大患者的一致好评。

为加强心血管病人的紧急救治,吕留强牵头创建标准版中国胸痛中心,成功救治500余例急性心肌梗死患者。胸痛救治不论白天黑夜,一个电话就是一个召唤,就是一个鲜活的生命。2022年的一天凌晨,有一名患



工作中的吕留强。

者突发下壁心肌梗死,需行急诊PCI治疗,但患者又出现三度房室传导阻滞,心室率慢。吕留强指挥团队将患者安全转运到导管室……经过一系列有条不紊的救治,患者终于转危为安。

吕留强还积极投身援藏事业。2015年,在医院党委的号召下,他主动报名成为安徽省首批组团式援藏的队员,到山南市人民医院工作一年,建立了心血管专科规章制度10余项,专科诊疗技术规范8项,为该医院三甲创建提供科学管理制度和指导,心血管专科医疗质量与管理水

平也得到显著提高。同时,吕留强认真带徒传授技术,精心培养了两个徒弟,通过教学查房、学术讲座、业务培训、操作示教等方式开展带教,开展专题讲座20余次,教学查房60余次,参与指导危重病抢救200余例,两个徒弟已经独立开展心血管科常规医疗技术,留下了一支高原自己的人才队伍。

病房是我家,病人如亲人。吕留强格外重视职业道德修养,以实际行动,真正做到“医病医身医心,忘名忘利忘我”。他始终将患者的生命健康放在首位,秉持严谨科学的态度,认

真对待每一位患者,坚持为患者提供安心、放心、暖心的医疗服务,每年都会收到患者送来的众多锦旗和表扬信,以一身正气影响整个心血管医疗团队。

仁心仁术,守护生命。从医多年来,吕留强以高尚的医德、精湛的技术及耐心、细心、热心的工作态度全心全意为病患提供贴心的服务,并为淮北市域乃至周边区域心血管疾病的紧急救治、日常诊疗等作出突出贡献,先后获评“安徽好医生”“安徽省优秀援藏干部”“淮北卫生系统优秀共产党员”等荣誉称号。

学生常见病 科普知识

儿童青少年正处于生长发育的关键时期,稍有不慎便会陷入近视、龋齿、脊柱侧弯、肥胖等“学生常见病”。为深入普及近视、肥胖、龋齿、脊柱弯曲等“学生常见病”防控知识,提高学生“学生常见病”防控意识,引导学生形成自主健康行为意识,养成健康行为方式,我们一起来学习预防学生常见病的小妙招吧!

一、预防近视,科学防控

近视眼的形成是由多种因素综合影响所致,如视觉负荷过重、不良用眼习惯、遗传因素、环境因素等都是引发近视的主要原因。近视一旦发生,便不可逆。

近视预防:

①端正坐姿:养成正确的读写姿势,做到一尺、一寸、一拳;

②减少近距离用眼时间:近距离用眼20分钟时,看远6米以上距离20秒,使眼睛得到休息,睫状肌得到放松;

③减少电子产品使用:课余时间使用电子产品学习30—40分钟后,应休息远眺放松10分钟。非学习目的使用电子产品单次不宜超过15分钟,每天累计不宜超过1小时;

④增加户外活动:户外运动可促进眼部血液循环,放松眼部肌肉和神经,儿童青少年每天应至少进行2小时户外活动。

二、健康饮食,远离肥胖

现如今儿童青少年饮食结构的变化:经常食用油炸食品、奶油制品、西式快餐、甜食或含糖饮料等高能量食物,以及运动量的减少,加速了肥胖的形成。肥胖不仅会影响体型,还会影响孩子的智力水平和身心健康。

预防肥胖:

①养成良好的饮食习惯:谷类为主,丰富的水果蔬菜,摄入适量的鱼、禽、蛋、奶和瘦肉,减少食盐、油和精制糖的摄入,充足饮水;

②增强体育锻炼:选择户外空旷地方活动,保证每天中高强度身体活动至少1小时,譬如可选择跑步、游泳等有氧运动;

③灵动阳光,健康生活:养成乐观积极的生活观,避免过度劳累,及时舒缓心理压力,保证充足睡眠时间。

三、重视龋齿,认真刷牙

儿童患龋齿后,不仅严重影响牙齿的完整性,还会让孩子感到急性牙痛,影响食欲,干扰咀嚼、消化和吸收,可能会出现厌食的症状,在一定程度上会影响生长发育。

预防龋齿:

①少吃甜食、不喝碳酸(或含糖)饮料:控制糖的摄入量和摄入频率,尽量不喝雪碧、可乐等碳酸(或含糖)饮料;

②注意口腔卫生:每次餐后及时漱口,正确刷牙;

四、脊柱弯曲,早早预防

儿童少年脊柱弯曲异常绝大多数属于姿势性,主要表现一侧肩膀比另一侧高;后背一侧隆起或两侧不对称;女孩双乳发育不对称;一侧髋部比另一侧高;两侧下肢不等长等。轻微的脊柱弯曲,会影响儿童青少年的姿势和体态,易使青少年产生疲劳感和背部不适。严重的可致胸廓畸形,影响心肺功能的发育。因此,对于早发性儿童,要提倡早期治疗。

预防脊柱侧弯:

①正确的坐、立、行姿:养成良好的读写习惯,选择适合身高的课桌椅,提倡背双肩包;

②体育锻炼:

日常多做一些有利于身体全面发展的运动,如跑步、打球、游泳等,均衡锻炼;

③不宜睡软床:儿童青少年应选用硬度较大的床垫。

办好人民群众牵肠挂肚的民生大事 做好人民群众天天有感的关键小事

淮北市十项暖民心行动(1-5项)

养/老/助/餐

老年助餐服务是老年人关心的“关键小事”,也是事关万户的民生大事。实施老年助餐服务暖民心行动,通过建设老年食堂(老年助餐点)和提供就餐、送餐服务并给予一定的助餐补助,有利于增强我市老年人的幸福感、获得感。

2022年我市计划建成老年食堂(老年助餐点)任务数231个,其中建成城市老年食堂(老年助餐点)164个以上、农村老年食堂(老年助餐点)67个以上,城市社区老年助餐服务实现全覆盖。

2023年,建成老年食堂(老年助餐点)80个,其中新增城市老年食堂(老年助餐点)不少于50个,新增农村老年食堂(老年助餐点)不少于30个。

到2025年,全市基本建成覆盖城乡、布局均衡、方便可及、多元主体参与的老年助餐服务网络,老年人助餐服务需求得到有效满足。

暖民心 见行动

淮北市传媒中心

就/业/促/进

就业促进行动方案着力解决社区“三公里”内困难群体就业不充分、区域范围内劳动用工信息不对称等突出问题,为劳动者和用工企业提供更多暖心服务,促进更加充分更高质量就业。

2022年力争“三公里”就业圈覆盖全市100%社区,并力争实现100%社区达到省市充分就业社区标准。

暖民心 见行动

淮北市传媒中心

新/徽/菜·名/徽/厨

淮北市“新徽菜·名厨”行动旨在提升徽菜烹饪技能水平,促进徽菜餐饮产业发展,推动徽菜内涵品质升级。将“新徽菜”打造成为代表淮北风味美食文化的特色“名片”,让千家万户在一日三餐里品味徽菜美食。

市人社局牵头徽菜师傅技能培训、技能标准体系拟定申报、技能等级评价和就业创业服务等,力争到2025年,开展徽菜制作技能培训不少于4700人次,新增徽菜师傅不低于3300人;

市文化旅游体育局牵头推出全市市级特色美食旅游线路,争创2条省级特色美食旅游线路,打造6个省级特色美食村;

市商务局牵头推动徽菜企业连锁经营,力争到2025年,新增徽菜连锁企业12家,新增徽菜餐饮连锁店50家。

暖民心 见行动

淮北市传媒中心

快/乐/健/身

解决“在哪里健身?如何科学健身?怎么激励健身?”等三个问题,达到快乐健身“三一个”,即每人一检(到运动康复中心检测)、每日一练(至少掌握1项健身技能)、每周一课(快乐健身大讲堂)。

到2023年,全面完成全市居住小区和行政村现有健身设施的维修、改造和提升,以及未配建健身设施小区的配建工作,基本实现城乡居民身边健身设施全覆盖。

到2025年,全市新增健身步道(步行道、骑行道、登山道)280公里、新增或改扩建体育公园5个以及多功能球场等体育设施,实现城市功能、体育元素、文化旅游等公共空间连点成线、互联互通,体育设施、健身指导、体育活动城乡一体。基本建成与我市经济社会发展相适应的惠及城乡、公平可及、特色突出、保障有力全民健身公共服务体系。

暖民心 见行动

淮北市传媒中心

便/民/停/车

汽车走进了千家万户,为市民出行提供了方便,同时也为城市带来了“停车难”的困扰,“停车难”是群众反映强烈的突出问题,也是城市治理的焦点难题。

市住房和城乡建设局等部门确定:2022年、2023年,全市新增公共停车位2700个以上;到2025年,全市累计新增停车位7万个以上,其中公共停车位新增1万个以上。

基本建成配建停车场设施为主、路外公共停车场设施为辅、路内停车位为补充的城市停车系统。居住社区、医院、学校、交通枢纽等重点区域停车需求基本得到满足,“停车难”问题明显缓解。

暖民心 见行动

淮北市传媒中心