

新时代的奋斗者

山里娃健康的守护人

——记磨里镇卫生院院长鄧拥军

□孙梦钊 王钰钦

鄧拥军,中共党员,公共卫生执业医师,大专学历,现任绛县磨里镇卫生院院长。1993年参加工作以来,一直在绛县磨里镇卫生院从事预防保健工作。1996年被绛县人民政府授予“九五年度先进工作者”,2007年被山西省卫生厅授予“山西省免疫规划先进工作者”称号,2009年被运城市疾控中心授予“2008年运城市结核病防治工作先进个人”称号,2015年荣获市级“最美接种医生”称号,2018年荣获第二届“健康运城 感动人物”称号,被评为“运城健康卫士”。

作为院长,鄧拥军在管理上追求精细化、科学化的方法和措施,大部分工作总能做到亲力亲为;作为接种医生,他严格遵守规范操作流程,认真细致做好每一位婴幼儿疫苗接种工作。从提前打电话通知,到婴幼儿各年龄段接种的种类、时间及监护人姓名,他都清晰准确记录在案,了如指掌。25年来,对1500余名婴幼儿疫苗接种服务,没有遗漏、延误、出错,用真诚优质的服务,守护着山里娃的健康,赢得群众的信赖。

扎根基层服务

磨里镇位于绛县东南端,是一个七山二陵一分川的典型山区农业镇,共有12个行政村,最远的行政村距离镇上有25公里。这里交通落后、条件艰苦。当时,卫生院人员短缺,接种门诊只有鄧拥军一个专职人员,多年来,每逢接种日的前一天,无论刮风下雨,鄧拥军总会骑着摩托车,疾驰在蜿蜒的山路上或小跑在羊肠小道上,按时将疫苗和传递表送到各村卫生所,他经常更深半夜才拖着疲惫的身躯回到家中。

“以前实行的是月接种制度,为了保证每月20日及时为适龄儿童开展疫苗接种服务,必须在前一日将疫苗送至各村卫生

所。”鄧拥军说。

有一年冬天,遇到狂风大雪,可磨里镇炭元河村的糖丸疫苗还没有下发到位。为了不耽搁第二天的强化免疫接种工作,鄧拥军独自骑着摩托车赶往10公里外的炭元河村卫生所。由于山路崎岖,路面有浮雪、下有暗冰,他连人带车摔倒了两次,爬起来后坚持将疫苗送到村卫生所。

25年来,他始终怀着崇高的使命感、责任感,扎根在基层,兢兢业业,任劳任怨,在平凡的岗位上默默奉献。

乡村医生多为半医半农,在农忙时节村医都不能及时开展接种工作。为了及时给儿童接种,鄧拥军经常带着疫苗入村,在村医家属的协助下为儿童接种疫苗。碰到接种意识不强或行动不便的家长,他都会入户开展疫苗接种工作。有时为了接种,他会住在村医家里,直到完成该村婴幼儿全部疫苗接种工作。

提升工作效能

有一次,到了接种时间,回马岭村的村医有事不在家,无法及时开展疫苗接种工作。鄧拥军了解这一情况后,第一时间带上疫苗赶到该村。由于山村人口居住分散,道路崎岖行走不便,他只好步行一家一户

寻访接种。

2011年,疫苗接种工作推行信息化管理,鄧拥军认真学习系统操作要领,结合工作实际,仔细研究,克服困难,加班加点,将全镇所有6岁以内儿童的个案信息及时录入到系统中,并在绛县率先实行了预防接种系统管理,提高工作效率和接种质量。

2014年,绛县开展二级接种门诊创建工作,鄧拥军克服人员、资金、房屋“三缺”的困难,动员全院力量,筹集资金、调整房屋、抽调村医,组建团队,于2015年3月份率先在全县启动了二级接种门诊工作。

随着山区交通条件的改善和信息化管理的推行,各项工作效能大大提高,可鄧拥军并没有因此而松懈,他仍然履职尽责,敬业坚守,自觉践行着“一个都不能漏,一针都不能少”的使命,默默守护着山里娃的健康成长。

夯实公卫基础

在上世纪九十年代医疗卫生市场化的大背景下,由于磨里镇人口少、条件差,多数村卫生所业务难以开展,很多村医心灰意冷,萌生了改行的念头。为了保住三级医疗预防保健网的网底,保障山区百姓的健康本,鄧拥军多次深入村医家中,不厌其烦地

做每位村医的思想工作,硬是凭着自己的真诚,怀着对群众健康的关爱之情,与村医们携手筑牢了网底。

近年来,面对全镇每年出生婴幼儿数量减少、居住分散的实际情况,鄧拥军将全镇的儿童健康管理工作的统一集中到镇卫生院进行,并确定一名村医负责,进行专职管理,提升服务质量。同时,儿童健康管理时间节点多、管理周期长、监护人依从性差的特点,也成为基本公共卫生服务的重点和难点。为此,他亲自指导妇幼医生绘制了儿童健康管理路线图,实现了儿童健康管理有序、稳步开展的目的和效果。

值得一提的是,磨里镇卫生院电话保姆式的预防接种管理不仅最大限度地减少了漏种、迟种情况,而且对儿童的流动情况和联系方式变更等第一手资料,也能保证及时更新,同时为儿童健康管理的依从性和时效性提供了较好的保障。对于部分没有接种疫苗的一周岁和两岁半婴幼儿情况,儿保医生都会每月月初对该部分婴幼儿予以电话预约体检。

鄧拥军服务管理着全镇群众健康,却把自己的健康不当一回事。在工作上几乎是全年无休,经常熬夜加班,透支着健康。在他的带领下,全镇基本公共卫生服务项目扎实开展,连续多年获得“国家基本公共卫生服务项目先进单位”的荣誉。

30条医生最想告诉你的小知识

16、不存在能防癌抗癌的食物。大蒜、绿茶、秋葵等能防癌抗癌的说法,都没有经过科学考证,如果吃某种食物就能一劳永逸、远离癌症,这样医院恐怕要开到菜市场了。

17、吃「发物」不会让癌症复发。现代医学中,并没有「发物」一说,所以基本不存在「忌口」的说法,而「一种食物就能让癌的复发」的说法更是没有科学依据。

妇产科

18、宫颈糜烂不是病。看到治宫颈糜烂的医生,最好掉头就走。因为「宫颈糜烂」不是病,绝大多数情况都是正常的生理改。

19、传统的“坐月子”有害。产后的妈妈的确需要护理,但绝对不要不洗头、不洗澡、不刷牙、不下床、不出门……

儿科

20、6个月之内的宝宝不需要额外喝水,1岁以内的宝宝也不要吃盐。因为母乳和婴儿配方食品里都有了。

21、不要给1岁以下的宝宝喂蜂蜜。蜂蜜中可能含有肉毒梭状杆菌,产生肉毒素。

22、孩子也怕热,不用里三层外三层地裹着。有一种冷,叫做爷爷奶奶姥姥姥爷觉

得你冷。

23、宝宝感冒发烧,不要用酒精擦浴,也不要“捂汗”。酒精擦浴可能引起酒精中毒。捂得太紧,热坏了、脱水了,孩子只会病得更重。

口腔科

24、80岁的老人也能有20颗健康的牙。不要再觉得“老掉牙”是宿命,只要做到正确护理牙齿,定期看牙医,到了80岁,也能有一口健康的牙齿。

皮肤科

25、吃再多胶原蛋白也不能美容。吃进去就成了氨基酸,并不能直接变成皮肤上的胶原蛋白。涂在脸上也没用,因为皮肤吸收不了这种大分子物质(蛋白质)。好好吃饭多喝水,这才是皮肤变好的基础。

26、防晒不仅能防止变黑,还能预防皮肤癌。阳光中紫外线可能引发恶性皮肤肿瘤,所以,需要晒太阳,但别晒太狠。注意抹防晒霜。

五官科

27、关灯玩手机、看电视、看电子书……对眼睛伤害更大。既然关了灯,就安心睡觉吧。

28、卡了鱼刺不要吞饭。试着咳出来、夹出来,不行就去看医生。

29、配一副合适的老花镜。上了年纪,眼睛生理调节功能下降,会出现“老花”。提高环境亮度,把手机字体调大,避免长时间连续看书看电视,都对眼睛好。

30、不要用指甲、掏耳勺、火柴棍等掏耳朵。用指甲、掏耳勺、火柴棍或其它细棒状物,伸进耳道用力掏容易损伤耳道皮肤甚至鼓膜。大部分人耳屎是可以自行排出的。



鼻痒、流涕、鼻塞? 几分钟帮你搞定!

什么是过敏性鼻炎?

过敏性鼻炎是指有过敏性体质的人,在接触过敏原(如蒿草、灰尘、螨虫、花粉等)后反复发生的鼻痒、喷嚏、流清涕、鼻塞等症状的一种病症。

过敏性鼻炎的临床表现:

典型的四大症状:鼻痒、喷嚏、流清涕、鼻塞,有时会伴有眼痒、耳痒、咽痒,甚至胸闷、气促等。

什么引起了过敏性鼻炎

过敏原→接触到鼻子→激活炎症物质→产生炎症反应→鼻塞、流鼻涕、打喷嚏、鼻痒。

过敏性鼻炎的类型

季节性鼻炎:过敏原主要为室外以风为传播方式的植物花粉,发病时间与花粉散播季节一致,花粉如果消失则症状全无,又称“花粉症”,北方常见。

常年性鼻炎:过敏原主要有尘螨、霉菌、动物皮毛、食物等,发病无明显季节性差异,多与室内的环境有关。其中大部分是螨虫过敏,南方常见。