

商丘市疾病预防控制中心副主任李红星

奋战在核酸检测一线

本报记者 谢海芳

“通过科学传播健康知识，使广大群众了解疾病的传播途径以及如何防护，这些很重要。”日前，在全市健康科普专家培训会上，李红星对我市健康科普系列课件，健康科普基本理论、技术及应用等，为我市的健康科普专家进行了培训和指导。

李红星是商丘市疾病预防控制中心副主任，是河南省健康教育专家。2020年新冠肺炎疫情期间，他担任市疾病预防控制中心疫情检验组组长，市疫情防控专家组成员。日前，李红星接受了记者的采访。

新冠疫情发生早期，商丘市疾控中心微生物实验室是我市唯一一家新型冠状病毒核酸检测实验室。2020年1月23日，我市新冠肺炎疑似病例首次报告，当天夜里，他带领检验组，彻夜奋战，得出了病人核酸检测阳性的结果，并得到省级确认，打响了我市疫情防控第一枪。

随着时间推移，武汉返乡人员中疑似病例越来越多，病例确诊和规范救治需要及时提供核酸检测结果，大量的标本需要检测。但是检验室只有18名工作人员，人员有限，怎么办？为了及时出具结果，李红星带领检验科“侦查尖兵”昼夜不停地开展工作。在疫情阻击的路上，承载着不可预知的危险，冲锋陷阵，每天完成任务，用“火眼金睛”紧紧盯住病毒，阻击病毒“闯关”。每天凌晨4时、上午10时、下午4时、晚上10时四个时段报告结果。坚持应检尽检原则，截至2020年12月31日，检验室累计检测核酸标本7万余份，血清抗体



疫情期间，李红星在微生物检测实验室量取样品检测。受访者供图

5000余份，检测人数居全省第二位。“每批出的检验结果，都是实验室人员身穿连体防护服、带N95口罩和护目镜，在实验室连续工作6个小时检测出来的，在此期间无法喝水、无法上厕所，从实验室出来时，整个人已近乎虚脱。”李红星告诉记者，疫情最吃紧的那段时间，检测人员都是累了

休息一会儿，醒了继续工作。由于长时间熬夜和超负荷工作，微生物检测室负责人陈颖双眼布满血丝，疲惫不堪仍然坚持在检测一线。而李红星不仅要参与样本的检测，把控整个检测过程，还需要亲自把关每一份报告，严格审核签发后，立即上报。新型冠状病毒的传染性和致病性

都很强，在重点关注实验质量和结果的同时，李红星也时刻关注着检验室同事们的安全防护，因为一个环节稍有差错就可能导致病毒外漏。李红星经常提醒同事一定要做好个人防护，逐一检查他们的隔离服及N95口罩穿戴是否合格、实验操作是否规范、消毒是否彻底。

凭着精湛的检验技术，李红星带领团队一直坚守在核酸检测任务一线，为病例的确诊和规范救治提供了坚实依据，也为我市科学防控疫情工作做出重要贡献。2020年2月8日，李红星带领的实验室团队受到市疫情防控指挥部的通报表彰。2020年10月21日，李红星荣获河南省抗击新冠肺炎疫情先进个人。此外，他还多次被评为省优秀援疆专家、省优秀健康巡讲专家、省艾滋病防治先进个人、市卫生工作先进个人等。

自疫情防控向常态化防控转变以来，李红星的脚步一刻也没有闲下来，他经常深入到全省各地学校、社区讲解健康知识。多年来，李红星还参与我市艾滋病大普查、SARS、霍乱、甲型H1N1流感等重大传染病疫情防控工作。2016年8月至2017年2月他参与援疆工作，在新疆巴里坤县疾控中心慢病科工作，帮助当地开展慢性病防治业务。

“我做的都是本职工作，党和国家给了我很大的荣誉，这份荣誉属于所有为疫情防控做出贡献的人员。”李红星说，他将和同事们立足本职工作，不负荣誉，为健康商丘做出应有的贡献。

全市卫生健康系统收听收看省新冠肺炎疫情防控工作电视电话会议

本报讯（记者 谢海芳）2020年12月31日，全省卫生健康系统2021年元旦春节农村地区新冠肺炎疫情防控工作电视电话会议召开，就全省元旦春节农村地区新冠肺炎疫情防控工作进行部署。市卫生健康委组织全市卫生健康系统人员收听收看电视电话会议。

会议要求，要充分认清当前疫情防控的严峻形势，重点做好农村疫情防控工作。要切实抓好重点人群的疫苗接种工作，要进一步强化进口冷链食品经营等特殊行业的疫情防控措施，持续强化对重点场所的综合防控，要切实抓好医院感染防控工作。要求各医疗机构要坚持医院主要负责人带队的院感防控日巡查制度，对重点部门、重点环节、重点人群以及防控的基础设施、基本流程逐一梳理，摸排整治各类风险隐患。优化就诊流程，做好预检分诊、发热门诊、急诊和普通门诊管理，实行一米线距离，减少人员现场聚集。重点针对新冠肺炎患者早期识别、报告、隔离、规范化诊疗及核酸检测、院感防控、医务人员个人防护等开展多层培训，确保所有医务人员熟练掌握新冠肺炎防控知识与技能，具备排查、防范、处理新冠肺炎的意识和能力。



1月4日，民权县林七乡卫生院组织医务人员到该校宣传疫情防控知识。据悉，该乡卫生院成立5个疫情防控知识宣传队，深入全乡学校、社区、超市、饭店等场所，积极宣传戴口罩、勤洗手、多通风等疫情防控常识，号召大家养成良好的卫生习惯，提升防控意识。孙琰 摄

妙手银针写传奇

——记商丘市中医院心病一科

本报记者 宋云层

商丘市中医院针灸推拿科由针灸科、推拿科及传统疗法中心三部分组成。科室成立于1958年，是商丘市最早成立的针灸科。经过近几年发展，现已成为全国针灸临床研究中心商丘分中心、商丘市重点特色专科。2018年12月，邵氏针灸流派传承工作室二级工作站签约，2019年4月被评为河南省中医重点专科建设单位，同年7月，河南省商丘市石学敏院士工作站顺利揭牌。

针灸推拿科现拥有针灸师与推拿师等多名业务骨干，每年定期选派人员赴上级医院研修深造，多次举行和参加学术交流，形成了良好的技术团队与人才梯队。科室现有治疗床位50余张，配有大型全自动四维多功能牵引床、氦氖激光治疗机、HYZ II大型中药熏蒸雾化治疗床等先进的治疗设备。

科室以“传承经典薪火，汇集全国特色，优化创新，防治并重”为指导原则，集传统医学与现代医学为一体，突出针灸推拿中医特色，临床诊治的疾病涵盖内、外、妇、儿、骨科、急症、五官、皮肤各科达100种。能治疗颈椎病、腰椎间盘突出

症、中风病等疾病。目前开设有癱瘓专科、颈肩腰腿痛专科、不孕不育专科、美容美体专科、风湿免疫专科、失眠抑郁专科、亚健康调理专科、小儿推拿专科、整脊推拿专科9个专病专科。

科室在应用传统针法的基础上，在临床上还应用了石学敏院士的醒脑开窍针法、董氏奇穴针法、王文远平衡针法，同时不断学习、引进新技术，把醒脑开窍法、平衡针法、腹针、腕踝针等应用于临床。针对不同病种开展腹针、头针、耳针、微针、火针、腕踝针、芒针、温针等多种特色针法，尤其擅长治疗各类慢性软组织疼痛、偏头痛、三叉神经痛、肩周炎、颈椎病、腰椎间盘突出症、颈肩腰腿痛、坐骨神经痛以及各类骨关节炎。

推拿和整脊是该科的另一主要特色疗法。“六步推拿法”治疗腰椎间盘突出症；由该科独创的“六步推拿法”治疗腰椎间盘突出症疗效显著。脊柱微调手法是中国传统的一指禅推拿手法与西方整脊疗法有机结合的产物，为目前最理想的脊柱推拿手法。脏腑推拿疗法秉承中华五千年按摩医学精髓，遵循“治病求本”和

“扶正祛邪”的治疗原则，依据传统中医学理论，运用奇特手法直接作用于人体腹腔内的脏腑组织器官，健脾胃以生化气血，疏肝胆以调畅气机，全面修复和提高损伤的脏腑组织器官机能，成为以调理脏腑为主的养生保健和防治疾病的上乘中医按摩技法。科室采用“正斜软坚”汤中药热敷，配合独特推拿手法，可治疗半岁以前的小儿先天性斜颈。

灸疗是科室开展的特色疗法之一。艾箱灸、悬灸、雀啄灸、隔物灸、天灸、麦粒灸、瘢痕灸等都是灸疗的重要内容。以中医经络为基础，运用艾体在体表的穴位上烧灼、温灸，以达到保健、养身、预防的功效，针对寒凉引起的颈肩腰腿痛、产后经络不畅及手脚冰凉、痛经等问题，气色调理具有通经活络、行气活血、祛湿逐寒、消肿散瘀等功效，改善身体各种亚健康状态。



1月3日，商丘市心理危机干预研究会联合商丘市心理咨询师协会特邀心理学家王薇莅商商丘，向我市心理咨询工作者和心理爱好者传播心理学知识。王薇华是我国较早开展积极心理学研究与实践的专家，她以《磨砾内在的稳定性——积极心理学在成长和工作中的运用》为主题进行了讲座，使在座的听众受益匪浅。本报记者 吴涛 摄

省质量协会调研民权制冷设备产业状况

本报讯（王保芳）近日，河南省质量协会到民权县开展制冷设备产业状况及质量提升工作调研。

省质量协会一行先后到民权县高新区康拜恩电器、香雪海电器、冰熊冷藏车等企业实地调研，每到一处，都走进生产车间，看现场、问生产、听介绍，详细询问企业的建设规模和产品生产、销售等情况，全面了解企业的质量管理、品牌建设、质量提升及长远发展目标。随后召开座谈会，与企业负责人、质量管理进行深入交流，倾听了企业关

于制冷产业发展存在的问题和质量提升工作中的感受与体会、意见与建议，并现场进行答疑解惑，听取了民权县市场监管部门关于民权县制冷设备产业质量提升工作和创建“河南省质量强县示范县”工作开展情况介绍。范传忠表示，下一步，省质量协会充分发挥自身资源优势，结合民权实际，加强对企业的培训与现场指导，助力企业高质量发展，共同为民权县制冷设备产业质量提升和创建“河南省质量强县示范县”贡献力量。

宁陵县卫健委开展健康扶贫健康促进巡讲活动

本报讯（刘志国）去年以来，宁陵县卫健委结合健康扶贫和群众健康素养水平，从县级医疗机构中优中选优，经过反复预演授课对比评分，选拔了15名健康扶贫、慢病防控、民生实事等方面的医疗专家，组成“健康扶贫健康促进”专家巡讲组，开展健康扶贫健康促进巡讲活动。

专家巡讲组进乡村，进家庭，进学校，开展巡讲活动，目前共宣讲了364场次，培训16830人次，培训乡村两级医务人员2800多人。重点培养乡村健康教育骨干队伍，普及健康生活方式，营造健康文化氛围，全面深入开展健康促进和教育活动，提高群众健康素养水平，深入推进健康扶贫工作，最大限度地减少因病致贫、因病返贫现象的发生。



应如何正确洗手

- 1.用流动水将双手淋湿。
- 2.取适量肥皂或洗手液均匀涂抹双手。
- 3.按照“六步洗手法”认真搓洗双手至少20秒。第一步，洗手掌。手心相对，手指并拢相互搓揉。第二步，洗手背。手心对手背，手指交叉，沿指缝相互搓揉。双手交换进行。第三步，洗指缝。手心相对，手指交叉，相互搓揉。第四步，洗指背。一手弯曲呈空拳，放另一手的手心，旋转搓揉。双手交叉进行。第五步，洗拇指。一手握住另一只手的大拇指，旋转搓揉。双手交换进行。第六步，洗指尖。一手五指指尖并拢，放在另一只手掌心，旋转搓揉。双手交换进行。
- 4.用流动水将双手冲洗干净。
- 5.捧起一些水，冲淋水龙头后，再关闭水龙头。
- 6.用清洁毛巾或纸巾擦干双手，也可用吹风机吹干。

（商丘市疾病预防控制中心供稿）

关于无偿献血的十万个为什么

主办：商丘市中心血站

为什么献血针眼处有时会淤青

献血时针头扎进血管采集血液，拔出后，如扎针处未能及时按压，血管上的针眼尚未愈合，部分血液流至皮下，即造成淤青现象。早期可用冷敷，之后再热敷数天即可消失。（商丘市中心血站供稿）

无偿献血 奉献爱心

商丘市中心血站

献血服务热线：3258169
无偿献血咨询：3258169
无偿献血电话：3258119
成分血捐献咨询：2532323

献血服务网点地址：
市医专附属医院献血屋
市医专附属医院献血屋
市医专附属医院献血屋
市医专附属医院献血屋
市医专附属医院献血屋
市医专附属医院献血屋
市医专附属医院献血屋
市医专附属医院献血屋
市医专附属医院献血屋
市医专附属医院献血屋

服务时间：
周一至周五
周六、周日
每周三、五
每周三、五
每周三、五
每周三、五
每周三、五
每周三、五
每周三、五
每周三、五

联系电话：
2532323



睢阳区卫健委新年启动无偿献血活动

本报讯（曹永宏 卢瑶）1月4日，新年第一个工作日，睢阳区卫健委组织机关和医务人员开展无偿献血（如上图，曹永宏 摄），揭开了2021年无偿献血的序幕。当天，区卫健委、疾控中心75名工作人员参加无偿献血，献血总量3.4万毫升。

据介绍，睢阳区卫健委每年都把无偿献血作为医疗保障的一项基础性工作来落实，列入年度工作计划，明确年度工作目标，确保工作的有效开展。

随着新冠肺炎疫情在国外的进一步蔓延和国内零星疫情的出现，为保障全区冬春季疫情防控和安全生产需要，睢阳区卫健委进一步弘扬卫生健康系统“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的奉献精神，自1月4日起在全区卫生健康系统持续开展无偿献血活动，带动各单位、社会各界人士伸出援助之手，以关爱社会、关爱他人的精神加入到无偿献血的行列，弘扬一方有难、八方支援的互助精神，参加到无偿献血的洪流中。

冬日暖流

市中医院 科室特色

风湿