

医热线

市中医院 急救电话:3353120 2659562 2659966
鹤煤总医院 老区急救电话:2920000 新区急救电话:2960000
鹤煤二院 急救电话:2816120
市传染病医院 咨询电话:3922861
中古友好眼科医院 咨询电话:3291120
按摩医院肛肠科 咨询电话:2647015 3320085
范氏骨科 咨询电话:3313380 2612120
张志刚皮肤科 咨询电话:13939285245
原有全肛肠科 咨询电话:6988554 13939241809
军分区门诊部皮肤科专科 咨询电话:3322774 3976644

名医名护

工作并快乐着

——记鹤煤总医院重症监护病房护士长周琼玉

□鹤煤总医院 王水兰

周琼玉是鹤煤总医院ICU重症监护病房的护士长,她是该院最年轻的护士长,在这个极富责任心的岗位上,她快乐地工作着。周琼玉于2003年7月从郑州大学护理学院毕业,来到鹤煤总医院做了一名普普通通的护士,她凭着细致严谨的工作作风,热情周到的工作态度,高度的责任心得到同事的好评,尤其是她高超的护理技术得到了患者的信赖。



周琼玉的岗位是在全院危重病人集中的ICU重症监护病房。2004年的冬天,有一位小伙子因车祸造成重度颅脑损伤,入院后生命垂危,已不具备手术指征,呼吸极度困难,医生将其气管切开,靠呼吸机辅助呼吸,病人高热不退,在给予冰帽持续降温的同时,周琼玉守在病人床边给病人酒精擦浴,帮助其尽快降低体温,连续十几个小时,紧盯着监护仪器,听着各种仪器的报警声,直到病人生命体征稳定,她才松了口气。在重症监护病房的许多病人由于对病症的恐惧,加之对环境的陌生,家属又不在身边,会出现焦虑和烦躁,她总是紧握着病人的手,轻声细语地安慰,陪伴在其

身边直到病人安然入睡。

在护理工作中,护士是最贴近患者的,为了发现患者的情绪变化,病情进展,她与病人心贴心地交流,送去温暖的话语,她娴熟的护理技术让患者忘记了病痛,鼓起了战胜疾病的信心。

在平凡的岗位上她牢记着古人的“学之者不如好之者,好之者不如乐之者”,热爱工作,以工作为乐,成为她不断进取的源泉和动力,她深知仅凭微笑和热情的服务态度去关心患者是不够的,做一名合格的护士要有过硬的护理技术,才能减轻病人的痛苦,让患者早日恢复健

康。所以,从走上岗位的那一天起,她就利用一切可以利用的学习机会,学理论、学技能、学经验,不懈地努力使她取得了自学护理本科学历,在2004年全院护理技能操作竞赛获得第二名,凭着过硬的技术她又在2005年全院护理竞赛中荣膺第一名。

在送走一个个康复的病人时,她由衷地感到护理工作的伟大。在这个平凡而默默无闻的岗位上她有活力,有升腾的激情,一如既往的勤奋态度得到了一项项的荣誉,2008年荣获“鹤壁市优秀护理工作”、“鹤壁市三八红旗手”等光荣称号。

单方验方

佩挂香袋可预防感冒

我国医学研究人员曾对香袋预防感冒的作用进行了实验研究:在感冒流行期,把一个车间的人分为两组,一组佩挂香袋,另一组不佩挂香袋,结果挂香袋组的人感冒发生率为20.2%,而没有挂香袋的那组人感冒发生率为71.9%。

研究表明,香袋中的药物并不具有杀死病毒作用。之所以能预防感冒,是因为香袋中药物散发出来的芳香气味的刺激鼻黏膜,使鼻黏膜上的抗体——分泌性免疫球蛋白A(SIgA)的含量

提高,SIgA具有较强的杀死病毒能力,它的含量提高使病毒在鼻黏膜及呼吸道黏膜上不易存活,从而使患感冒的机会大大降低。

如自己动手制作香袋,以下方子可供选择:1.冰片、樟脑各3克,良姜15克,桂皮30克;2.川芎、白芷各10克,苍术20克,冰片3克;3.山奈、雄黄各10克,樟脑3克,丁香50克。

任选一方,将药物粉碎成细面,取药面3~5克,用布缝制成小袋,佩挂身上,15天换一次即可。(王惠)

治疗口腔溃疡小偏方

口腔溃疡虽然只是小毛病,却会给人们带来许多痛苦。为此,专家向我们推荐了以下几个可以治疗口腔溃疡的小偏方:

一、用西瓜霜粉敷溃疡面:西瓜霜具有清热泻火、消肿止痛的功效,是治疗咽喉、口腔溃疡的良药。口腔溃疡患者可将几片西瓜霜片碾成粉末敷于溃疡处,每天可敷数次,一般敷2天~3天溃疡面即可痊愈。

二、用云南白药粉末敷溃疡面:云南白药具有化淤、止血、抗炎、解毒、消肿的作用。口腔溃疡患者可将少量的云南白药粉末外敷于溃疡面上,

每天可敷2次,一般敷2天~3天溃疡面即可痊愈。

三、含西瓜汁:西瓜汁具有清热解毒的效果。口腔溃疡患者可将西瓜汁含于口中,每次含2分钟~3分钟后咽下,每天可含数次。此疗法适合儿童使用。

四、用六神丸粉敷溃疡面:口腔溃疡患者可将30粒六神丸碾成粉末,再加入2毫升凉开水将其调成稀糊状。用消毒棉签蘸取六神丸粉糊,将其涂在溃疡面上。此疗法的特点是止痛效果好,一般在涂抹后5分钟之内就可见效,此法宜在饭前10分钟~15分钟内使用。(李倩)

使用创可贴不要超过两天

创可贴是人们日常生活中常用的一种外科药,然而使用不当则会造成皮肤感染。专家提示,创可贴包扎时间最好不要超过两天。

据有关专家介绍,创可贴具有暂时止血、保护创面的作用。由于结构所限,创可贴一般只能用于小块创伤的应急治疗。加之其外层的胶布不透气,会使伤口及周围皮肤发白、变软,继而导致感染,因此使用时间不宜过长。(刘翔霄)

旅游快车 栏目联系电话: 3313877 13033876436

鹤壁市微笑假期旅行社 周末直通车 杭州、上海、苏州、水乡... 成人420元/人 儿童280元/人

信裕旅行社 走进神奇寨沟 倾听蝴蝶欢歌 寨沟、蝴蝶谷二日游 268元

世界地质公园 峡谷绝品 洛阳龙潭大峡谷 国家AAAA级景区 世界上最美丽的峡谷

鹤壁市大自然旅行社 许可证书:L-HEN-GN09502 中国爱情山-邢台天河山第二届端午文化节暨百日狂欢启动仪式震撼开幕

假日旅行社特别推荐 许可证书:L-HEN-GN09585 28日、29日舞钢端午节赛龙舟 北国小江南 二郎山

假日旅行社 许可证书:L-HEN-GN09585 清明上河园、焦裕禄纪念馆一日游:180元 北方小九寨天平山一日游:98元天天发