

全世界有70%的食管癌病例都发生在中国,我县更是食管癌高发区,县人民医院开展食管癌根治术已经几十年,有着非常丰富的治疗经验。近几年,在发展“微创”

县人民医院寻找“抗癌之星”报名活动开始啦!

技术上更是大力投入,取得可喜成果,每年治疗的食管癌患者200余人。为了更好地普及食管癌防治,现在全县范围内开展“抗癌之星”评选活动。凡是在县人民医院食管癌手术存活率五年以上的均可报名,评选活动初步定在四月中旬,经过评选出来的

“抗癌之星”,该院提供免费体检等优质服务。
报名地址:涟水县人民医院胸外科
联系人:郑希霞
电话:0517-80576392



她让广场舞更美

本报记者 杨海燕



时而如风拂柳梢动,婀娜多姿、风情万种;时而如波推慢舟移,行云流水、诗情画意。看丁洪娟跳广场舞,宛若步步生莲的仙子在起舞弄倩影,也如清丽的江南水乡女子在曼舞轻歌,不知不觉你会被她顾盼生辉的眼波、轻盈曼妙的身姿吸引住,不由让人惊叹,原来广场舞也能跳得这样美!

丁洪娟今年36岁,红窑镇官河村人。在没学广场舞之前,她和大多数农家妇女一样,几乎没有有什么娱乐活动。除了带孩子、看电视外,最多会找些报纸解解闷,日子过得波澜不惊。

2008年,丁洪娟一家乔迁新居,搬到了红窑镇上。2000年3月,风靡全国的广场舞传到了镇上,每天傍晚,镇上的空地上就会聚集一些老人随着音乐翩翩起舞。而此时,已经被甲亢折磨五年的丁洪娟在家闷闷不乐,老公开导她:“你去跳跳舞,散散心吧。”

“跳舞?我能学会吗?”没有一点基础的丁洪娟不相信自己,但又忍不住好奇心,每天傍晚就凑上前去瞧瞧。看着看着,她觉得舞蹈动作也没有想像的那么难,于是,就放开手脚跟着模仿起来,很快,她学会了。让她想不到的是,跳着跳着,心情好了,甲亢的症状一天天轻了,身体也一天天好了。

跳舞可以健身!尝到甜头的丁洪娟越来越沉迷其中,可是,慢慢地,她不满意了,她觉得广场舞动作单调,缺少美感。

能不能跳得更好看一些呢?丁洪娟思索着。她从电脑上、手机里翻找一些教授舞蹈的视频,根据分解动作细心练习。丁洪娟有位堂妹是一家幼儿园的老师,能歌善舞,丁洪娟就常常请她教自己。《孔雀公主》《雪山姑娘》……在堂妹的倾力教授下,丁洪娟的身体越来越柔软,舞步越来越轻盈,动作越来越有韵味。

独乐乐不如众乐乐。丁洪娟跳得开心,她就想让更多的人跟着她一起开心。当她满心欢喜地把学到的民族舞教给一些跳广场舞大妈时,问题出现了——动作复杂、难度大,大妈们学不会。丁洪娟再次萌生了跟别人学习的念头。

红窑中学体育老师于勇,曾经是县广场舞协会会长,他有时会到镇小广场上欣赏广场舞,当他看到丁洪娟跳得很认真时,就主动提出来教她,这让丁洪娟喜出望外。

《舒心的日子让你亲个够》《江南梦》《青春飞舞》《过年啦》《快乐指南》《山里红》《一路惊喜》……这些舞蹈动作优美,简单易学,丁洪娟认真地学着,舞跳得更美,更有味道了。

当丁洪娟再次站在广场舞大妈们面前时,她有了新的想法,她对大妈们说:“在家里跳舞,虽然也能得到健康,但是接触不到外面的世界。不如我们成立一个健身队,既开心又能学到很多东西。”大妈们纷纷响应:“我们跳舞,就想接触外面的世界,看看外面的大妈跳成什么样子。成立健身队是好事,还可以交到更

多的朋友。”

2016年3月,在丁洪娟的组织下,“红窑弘毅健身队”成立了,丁洪娟任队长和技术指导。随后队伍慢慢壮大,如今已发展到80名左右的成员了。

“红窑弘毅健身队”在与外界交流活动中,引起了县体育局的关注,他们鼓励丁洪娟去考取社会体育指导员证书。

2017年11月22日,丁洪娟取得三级社会体育指导员专项技能培训合格证;今年3月26日,她取得二级社会体育指导员证书。

有了证书,丁洪娟就能更好地发挥领队作用,组织大小广场舞活动,也让外界认可了她的跳舞专业。

队伍壮大了,管理难度也随之上升。很多广场舞大妈没有多少文化,沟通比较困难。但丁洪娟对此有信心,她以农村人对农村人的方法来和她们慢慢沟通,逐步提高舞姿。

在跳舞同时,丁洪娟还不忘爱心奉献。2017年8月,在姐姐的介绍下,她参加了县青年志愿者协会,并入选为青协妇联执委。除参加平时公益活动外,她还经常带着健身队为群众表演节目,她表示,要让更多的人感受广场舞的魅力。



医疗资讯

县人民医院

医护人员高效优质服务获点赞

本报讯 4月13日上午9时许,一位60出头的老先生,抱着一个刚满周岁的小男孩,匆匆地走向县人民医院儿科29病区的护士站。在护士长王凤云的引导下,老先生快速来到该病区的19床边,小男孩刚放到床上,早就等候在床边的医护人员立即展开了施救,一场生死争夺战就这样打响了!

小男孩名叫王梓涵(化名),刚过完周岁生日不久,父母都在外地打工,他和爷爷奶奶生活在老家涟水。据奶奶介绍,王梓涵出生后只吃了一个月的母乳,妈妈就出去打工了,因为一直是人工喂养,所以体质不是太好。上次因肺炎住院,治愈出院还不到一个月,期间一直很好。可就在今天夜里,先是不明原因的哭闹,然后就开始拉肚子,接着又有点发烧,再后来就一直处于昏迷状态,有时还四肢抽搐、两眼上翻。

面对这样严重的状况,老两口被吓得不知所措,紧急时刻,老先生想起了小孙子上次出院时夹在出院病历本里的一张名片,赶忙照着上面的号码拨通了儿科29病区科主任鲁柏的电话。听完老先

生的叙述,鲁柏对王梓涵的病情已经有了初步的判断,他一边让老先生迅速带王梓涵来医院,一边安排人员做好了接待与抢救的准备,并一直保持与老先生的联系,指导着途中的注意事项。

当王梓涵到达病房时,没等办理住院手续,早就在床边等候的值班医生张春,护士陈健、唐秀莉、张荣、沈宏等人立即展开了抢救:吸氧、吸痰、灌肠、镇静药的使用,静脉输液、补充水及电解质,纠正酸碱平衡等,经过一系列抢救措施的落实,王梓涵的病情终于有了好转,抽搐停止、大便次数及每次的量开始减少、体温趋于正常,醒来时听到奶奶的哄逗声也以笑脸回应。看到这样的抢救现场与治疗效果,王梓涵的爷爷奶奶感慨万分,特别是王梓涵的爷爷对医生、护士们的医疗护理技术及服务质量更是赞不绝口,对患者出院时赠送科主任及医生们名片这个人性化服务举措,更是大加赞赏。老先生逢人就说:“这就是一张救命的名片,如果没有它,真不知道我的小孙子会发生什么情况呢!”

(殷华)



为普及安全与卫生救护知识,提高广大医护人员现场应急医疗救护的处置能力及急救技能,日前,县三院举办心肺复苏术实操急救技能(CPR)培训。通过培训,护士们基本上掌握了心肺复苏的知识和技能,为日后及时有效地实施心肺复苏和提高急救成功率奠定了基础。(刘荣摄)

图片新闻

县中医院进行第一季度护理理论知识考试



本报讯 为落实新入职护士培训工作,加强护理人员理论学习,检验护理队伍整体理论水平,近日,县中医院护理部对新入职的护理人员进行了第一季度护理理论知识考试。

此次考试主要以“三基”知识、中医理论等内容作为考核重点。考场纪律严明,全体参考人员态度端正,专注答题。考试结束,护理部副科长王巧梅对参考人员提出期望和要求,她希望新入职的护理人员要勤学善思,利用业余时间丰富护理理论知识,尤其要加强中医知识的学习和探索,提高自身的中医护理服务能力,为广大患者提供优质

的护理服务。通过此次考试,进一步提高了新入职护理人员对护理基础知识的掌握,同时也在护理队伍中营造了良好的学习氛围,有效提升了护理队伍整体的业务素质 and 护理服务质量。

针对护理工作,该院狠抓护理人员业务能力、理论知识、护理技术操作的培训学习及考核,有效提升了护理队伍整体素质和技术水平。该院还将持续优化护理服务,提高护理质量,促进医院护理工作的不断发展,提升优质护理服务内涵,满足广大人民群众的健康需求。(王敏 施玲玲)

健康 连水日报社 连水县人民医院 联办

醉美淮安 缘来有礼

关注“今世缘喜庆家”微信公众号并分享朋友圈
即可到今世缘展厅现场领取今世缘典藏mini酒一瓶

活动地址:淮安体育中心D馆T24今世缘展厅 活动时间:2018年4月19日—4月21日

