

# 我市把牢“四个关口”守好医院防线

## 不断提升疫情防控的科学性、精准性、实效性

□记者 姜琰

面对当前的疫情防控形势,我市坚持落实第九版防控方案和二十条措施,坚定信心、坚强决心、坚守恒心,坚持每日研判、每日提醒、每日通报,把牢“四个关口”,守好医院防线,不断提升疫情防控的科学性、精准性、实效性。

**把牢人口管理关。**把好医疗机构的人员、车辆和物资“人口关”,对进入医疗机构的所有人员均落实“一戴一测一扫”规定,避免人员聚集。设置外省就医患者专用通道,对未“落地管”患者,实行先采样后就诊。实行预检分诊和首诊负责制,完善“医院入口—门诊急诊区(发热门诊)—病区”三级预检分诊体系。落实发热门诊闭环管理制度,第一时间发现感染者并及时规范处置,切实发挥哨点作用。

**把牢人员管理关。**加强医疗机构内各类人员的规范管理,每日健康监测,每日报备,按规定完成核酸检测。每日排查医院所有人员、共同居住及同时就餐人员,一周内是否有涉疫地区旅居史,一经发现,按规定落实相关措施。倡导各级各类医院所有工作人员做到“五个不”,即:不乘坐公共交通工具,不外出参加聚餐等聚集性活动,不前往发生本土疫情的县(市、区),不随意前往人员密集区域,不进入网吧、酒吧等室内密闭场所。配齐配强感控专职人员,加强门急诊、发热门诊、隔离病房等重点科室的感染控制,强化住院病区管理。

**把牢医疗救治关。**市卫健委分管领导驻点市公卫临床中心指导,按照“一人一策”制定诊疗方案,全力做好阳性病例救治。按

照优化调整二十条措施,提前谋划,制定分级分类收治方案。建立医务人员梯次培训机制,加强考核演练,突出实践操作技能考核,确保人人熟练、人人过关,随时做好疫情防控相关准备。

**把牢责任落实关。**坚持疫情防控一把手负总责,健全工作机制,强化督促指导,层层压实责任。医疗机构每日开展自查,市卫健委每日督查,发现问题,立行立改。督促各医疗机构制定院内出现阳性人员、医务人员感染、健康码异常人员进入院区等各类应急处置预案,细化应急处置流程并开展经常性演练。统筹做好疫情防控和日常诊疗服务,对有风险确需封控的医疗机构以及相关科室,以最快的速度排除感染风险,做到快封快解,确保患者及时救治。



健康教育

联办:盐城市卫生健康委员会  
盐阜大众报业集团  
协办:盐城市疾病预防控制中心

## 正确佩戴口罩很重要

为切实阻断新冠肺炎等呼吸道传染病流行,保障人民群众身体健康和生命安全,广大市民应养成科学规范全程佩戴好口罩的文明好习惯,做好个人防护,保护公众健康,助力疫情防控。那么目前来看,在什么情况下需要佩戴口罩呢?

市民在去商场、超市、电影院等密闭的公共场所,去医院就诊或者陪诊,乘坐电梯,搭乘公共交通工具,以及在人员密集的露天广场、剧场、公园等都是应该佩戴口罩的。

佩戴口罩一定要规范,注意盖住口鼻和下巴,鼻夹要夹紧,切不可露出口鼻、把口罩拉到下巴,暴露鼻子等,这些都是不正确的做法。咳嗽打喷嚏时一定要遮掩好口鼻。

选用口罩的时候建议市民佩戴一次性医用口罩、医用外科口罩或者是防护级别以上的口罩,一般情况下在口罩出现潮湿、脏污、变形的时候需要立即更换。如果戴口罩去医院或者是乘坐跨地区的公共交通工具后也建议立即更换口罩。

大家一定要谨记:病毒狡猾不可侥幸,口罩虽薄但是能防疾病传播,口罩虽小体现文明素养,为了您和他人的健康,请养成正确佩戴口罩的好习惯!

## 市口腔医院受邀参加2022中国肿瘤学大会

近日,2022中国肿瘤学大会在杭州开幕。市口腔医院口腔颌面外科医生王健行受邀参会并在头颈肿瘤专业委员会分会场进行了发言。

2022中国肿瘤学大会由中国抗癌协会主办,浙江省肿瘤医院、浙江省抗癌协会、浙江省癌症基金会、中国整合医学发展战略研究院承办,是中国肿瘤学界规模最大、影响力最广、学术水平最高的学术盛会。本届大会以“肿瘤防治,赢在整合”为主题,聚焦肿瘤整合医疗、精准医学、转化医学等前沿观点,建平台、论科研、谋创新、求索“生命健康”的共通之策。

王健行毕业于南京医科大学,师从江苏省肿瘤医院头颈外科主任张园教授,是市口腔医院通过盐城“黄海明珠人才计划”引进的研究生。在此次分会场中,他发言的主题为《PD-1抑制剂联合化疗在不可切除/复发转移性头颈部鳞癌的真实世界研究》,介绍了国内的PD-1抑制剂



图为2022中国肿瘤学大会现场。

特瑞普利单抗、信迪利单抗、替雷利珠单抗和卡瑞利珠单抗联合TP或PF化疗方案在不可切除/复发转移性头颈部鳞癌的有效性和安全性。

会议期间,王健行还与头颈肿瘤领域业内大咖、科技杰出人才等专家教授面对面交流,收获颇丰。

程星星

## 如何改善睡眠质量?

市区读者李女士来电:我现在在睡眠不是很好,请问专家,有哪些因素影响了我的睡眠?

市第四人民医院睡眠医学科主任周爱华:影响一:睡眠压力不足,导致夜间不易入睡,或入睡后易醒多梦。

睡眠压力是睡眠的驱动力,主要与连续保持清醒的时间以及适量运动两个因素相关。连续保持清醒的时间越长,睡眠动力越大,入睡就越容易。简言之,当你在家吃睡吃睡的时候,你的身体以及心理能量消耗断崖式地减少,这会让你睡眠压力不足,身体不需要睡眠,到

了夜间当然就不困,并且睡不踏实了。

影响二:总是卧床,减弱刺激控制,导致睡前大脑兴奋、难以入睡。

刺激控制是你身体对外界刺激的一种本能或后天习得的自动反应。比如,见了食物就会流口水,见了床就想睡觉。然而,居家隔离期间,我们会躺在床上看电视、刷抖音、聊微信、刷疫情实时信息、神游……所以,我们的身体就会陷入混乱,不知道躺在床上时应该做出上述行为中的哪一种反应,所以到了睡觉时间,大脑就开始不听使唤放

飞自我了。

影响三:作息无规律,导致生物钟紊乱。

好不容易可以随心所欲了,有人通宵追剧、打游戏,该睡的时间不睡,该起的时间不起,生物钟完全被打乱。生物钟这个东西,看不见摸不着,然而,它的紊乱不仅会影响到睡眠,对我们的内分泌系统乃至免疫力也具有一定的影响。



盐城健康

[微信公众平台]

日常出行  
请做好健康防护



请扫码阅读