

# 落实“六有一拓展”举措做大、做强、做精睡眠医疗服务

内丘县卫健系统紧紧围绕县委、县政府提出的发展睡眠经济，壮大康养产业思路，充分发挥传统中医药优势，坚持中西医结合，以做大、做强、做精睡眠医疗专科为目标，落实“六有一拓展”举措，助力全县睡眠经济强力发展，取得初步成效。

## 一、落实“六有一拓展”举措，健全睡眠医疗服务体系

一是有组织。县医院、中医院分别建立由书记、院长任组长的睡眠专科建设领导小组，主管业务院长任常务副组长，有关科室主任为成员，领导小组全面负责医院睡眠专科建设工作，定期研究、谋划、督促睡眠专科各项工作。

二是有专家。县、中两院分别成立业务院长为组长，神经内科、精神心理科、心血管内科、呼吸内科、中医科、耳鼻喉科等有关科室高年资医师组成的睡眠医学专家

组，并聘请北京、石家庄、邢台等上级医院睡眠医学专家为院外特聘专家。专家组负责全院睡眠医学专科建设的培训、指导工作，并定期坐诊睡眠专家门诊，为睡眠障碍患者提供高质量诊疗服务。

三是有门诊。县、中两院均设立睡眠诊疗中心或睡眠专科门诊，由神经内科、精神心理科、心血管内科、呼吸内科、中医科、耳鼻喉科等睡眠相关医师轮流定期坐诊，方便睡眠障碍患者就医。

四是有病房。县医院、中医院设立睡眠监测病房，便于睡眠障碍患者住院开展睡眠监测，明确睡眠障碍原因，确定睡眠纠正治疗方案，对严重睡眠障碍患者住院观察治疗。

五是有药品。县医院、中医院坚持中西医结合，按照新、特、全的原则不断购进、充实睡眠障碍治疗中西药品，目前有睡眠障碍类治疗西药25种，中成药23种，中药饮片60多种，代茶饮14种，熏香

包2种。同时开展针灸、按摩、推拿、理疗等中医适宜技术，通过中西医结合治疗，确保治疗效果。

六是有设备。县医院、中医院购置了睡眠监测仪、床旁呼吸机、水疗床台，远红外按摩床、磁疗机、高磁睡眠治疗仪，阿尔法助眠仪、睡眠床、睡眠枕等设备20多台件，价值220多万元，为睡眠疾病诊疗提供了有力保障。

七是抓好睡眠诊疗向全院拓展。由于睡眠障碍发病原因复杂多变，发病人群越来越普遍，在医院住院的各科室病区患者，相当一部分在患有其他疾病的同时还伴有睡眠障碍，因此医院睡眠专科积极深入各病区开展睡眠障碍会诊，并利用中药、针灸、推拿、按摩、理疗等中医药手段为各科室住院病人开展睡眠障碍拓展诊疗服务，在治疗改善睡眠质量的同时，有助于其他疾病的康复。

## 二、再谋划，再投入，做大、做

## 强、做精睡眠医疗服务

针对下一步睡眠医疗发展，我县精心谋划，再增投入，不断在做大、做强、做精睡眠医疗上取得新进展。

一是进一步做大规模。县医院在原康复中心（扁鹊大道老公安局对过）二楼建立睡眠康养病区，面积1200平米，设有床位40张，开展睡眠障碍医疗康复服务，目前正在紧张装修。中医院在原卫健局办公楼建立睡眠康养病区，面积1000平米，设立床位30张。金店卫生院依托老年病房，在县医院指导下联合开展睡眠障碍诊疗服务，逐步向基层延伸。我县睡眠诊疗床位规模进一步增大。

二是进一步做强技术。加强睡眠专科人才培养，县医院、中医院每年派出人员3-5人到北京和省三甲医院参加睡眠医疗进修培训，培养睡眠医学学科带头人。加强睡眠医学全员培训。聘请省市专

家对县、乡、村三级医务人员开展睡眠诊疗技术讲座培训，编写睡眠障碍简易诊疗手册，全县医护人员人手一册，提高全县医务人员睡眠治疗水平。在开展西医治疗的同时，充分运用中医药方法开展推拿、点穴、针灸、拔罐、刮痧、中药熏蒸、中药外治、健康指导等诊疗服务。制定睡眠障碍诊断、评估、治疗流程及个体化的中西医结合治疗方案，并在临床实践过程中不断完善，不断提升诊疗效果。

三是进一步做精服务。针对睡眠障碍不同严重程度、不同年龄、不同收入群体、不同基础疾病等分类开展精细化睡眠诊疗康复服务，提供不同的诊疗康复套餐，提高服务水平和质量档次，形成中西医结合、多学科联合、高、中、低档配套的睡眠诊疗康复医疗体系，更好地服务于各类睡眠障碍患者。

来源：内丘县卫生健康局

## 我县举办2024年“4.23世界读书日”活动

本报讯（金鹏）4月22日，内丘县2024年“4.23世界读书日”活动在扁鹊公园广场举行。县委常委、宣传部部长赵艳辉出席活动并致辞。

赵艳辉指出，要以“悦读之城·书香内丘”建设为契机，不断继承和发扬“崇文重教、诗书传家”的优良传统，在全县掀起新一轮读书热潮，营造全民读书的良好风尚，为全县更好地发展贡献智慧和力量。

此次读书日活动由县委宣传部主办，县总工会、县教育局、县妇联和新华书店协办，活动主题是“悦读内丘 书香未来”。活动中，县委宣传部负责同志宣读了倡议书；来自幼儿园和小学的学生们先后表演了《弟子规》《读书郎》《少年中国说》等诵读和歌唱节目；最后，现场参加活动全体人员共读了《一起朗读吧》，营造了浓厚的全民阅读氛围。

## 我县慈善总会召开第一届第二次会员大会

本报讯（王宁）4月18日，县慈善总会召开第一届第二次会员大会。副县长李吉春出席会议并讲话，慈善总会会长刘吉水向大会作工作报告。

会上，李吉春向大会的成功举办表示祝贺，向慈善总会一直以来扶危济困的做法致以敬意。希望各有关部门和慈善总会以“四个基金”为抓手，大力推进“厚实慈善”；以助力共同富裕为目标，着力打造“品质慈善”；以守正创新为动力，有

效激发“活力慈善”；以多元载体为依托，积极构建“人文慈善”；以规范透明为原则，持续建设“阳光慈善”。

大会宣读了《邢台市慈善总会关于第三届会员代表大会选举结果的通知》，并颁发了邢台市慈善总会名誉副会长聘任书；宣读了《关于表彰“爱心单位、爱心人士”的决定》，并颁发奖励牌匾和证书；大会还进行了典型发言。

## 《河北新闻联播》提要播发

### 内丘县优化营商环境工作典型做法

（上接第一版）事，让像建滔这样的外资企业发展的信心更足，建滔集团连续两年在邢台追加注册资本金，共增资4.2亿元。

河北建滔能源发展有限公司总经理尹征说：“为什么增资，就是你的环境好了别人才愿意，才会用真金白银投到你河北。”

现在，河北建滔能源发展有限公司正在加大与清华大学、中国工程院等高校、院所的合作，充分发挥已建成的“碳捕集循环与综合利用示范项目”

的优势，不断向产业链下游深耕，发展新材料，打造百亿级碳中和示范园区。

河北建滔能源发展有限公司总经理尹征说：“在这个产业链上，我们要得到院士们的支持和全国各大顶尖高校一些科研成果，转化到我们河北邢台，转化到我们的企业中，为我们企业强链补链延链的过程中，走上一条更好的发展道路。”

来源：河北广播电视台冀时客户端

## 中医助眠作用大

赵永生

“我的睡眠质量，通过中医院睡眠专科的针灸、中医调理，加上喝助眠养生茶。现在失眠症状改善了不少。”4月16日，家住内丘县恒源小区的贾先生，对中医院睡眠科主任李晓蕾伸出大拇指，直夸中医助眠效果好。

原来，今年67岁的贾大爷，因家庭琐事长期失眠，已达两年之久，晚上难以入眠且多梦易醒，有效睡眠时间每天不到两小时，病人十分焦虑，只能靠服用安眠药辅助睡眠。

今年初，他得知中医院成立睡眠专科，抱着试试看的态度，没想到“好梦成真。”

近几年，内丘县依托浓厚的扁鹊中医药文化，发挥当地特有的治疗失眠道地药材酸枣仁的优势，聚焦全国近5亿人存在睡眠障碍问题的需求，举全县之力，发展健康睡眠产业，积极打造“扁鹊康养地，国际助眠乡。”

内丘县中医院（扁鹊医院）作为全县中医行业的排头兵，2021年12月就成立了睡眠医学中心。2023年2月，在门诊二楼重新规划了200多平方米，具有中医特色浓郁的失眠治疗区。他们在运用药灸酸枣仁治疗失眠的基础上，先后购置改善睡眠的五行五音情志音乐、水疗、艾灸助眠床、律动椅以及正阳艾灸仪、艾易灸、三焦气

旋灸等助眠设备，辅治治疗失眠的中医适宜技术，同时邀请天津、石家庄等名家来院开展失眠诊疗，逐渐形成中医治疗失眠的特色，门诊量日趋增多。

为提高群众对睡眠障碍的认知，方便群众就诊，该院今年4月中旬，根据24节气推出不同种类的包括助眠养生在内的代茶饮30余种，并将失眠纳入慢病规范化管理范围。目前，全院信息系统已有1947例失眠患者。4月15日，内丘县委书记管志民，专程到该院调研睡眠专科建设，强调助眠要突出中医特色，确保疗效，把睡眠产业做大做强做精。



### 苹果花开管护忙

近日，河北省内丘县岗底村苹果种植基地的苹果花竞相开放，果农抢抓晴好天气进行疏花等管护工作，为丰收年打下基础。

图为内丘县岗底村果农在果园内疏花。

来源：新华社  
摄影报道：刘继东

## 卫生健康

### 哪些人需要做胃癌早期筛查？ | 全国肿瘤防治宣传周

胃癌是我国常见的恶性肿瘤之一。早预防、早发现、早治疗是降低胃癌死亡率、提高生存率的主要策略。

#### 胃癌的筛查方式

建议胃癌高危人群进行胃癌筛查。筛查的方式包括以下两个。

#### 1 胃镜检查

胃镜是检出早期胃癌最有效的方式。

检查时，医生通常需要为患者进行局部麻醉，然后经口将一根柔软的胃镜送入患者的食管、胃等部位。

通过胃镜顶端的摄像头，医生可以直接观察胃黏膜的形态、颜色、血管分布等，发现炎症、溃疡、肿瘤等病变。

胃镜检查时，医生还可钳取患

者可疑的组织送到病理科检测，以明确病变性质。

总的来说，胃镜检查是一种安全、准确的检查方法，对于胃部疾病的诊断和治疗具有重要意义。

#### 2 幽门螺杆菌检测

幽门螺杆菌是少数可存活于胃部的细菌，可以长期定植于胃部，引起慢性胃黏膜炎症、破坏胃腺体，进而导致胃黏膜肠化，最终致癌。

最常用的幽门螺杆菌检测方式是尿素呼气试验。

检查时，先口服尿素药剂，幽门螺杆菌产生的尿素酶会将其水解为NH<sub>3</sub>和CO<sub>2</sub>，然后扩散到血液中被肺排出，通过测定受检者呼出气体中同位素标记的CO<sub>2</sub>变化情况即可判断有无幽门螺杆菌感染。

该方式操作简便，检测的灵敏

度和准确性良好。

#### 胃癌的高危人群

年龄≥45岁，且符合下列任一条件的，可以判定为胃癌的高危人群。

- 1.长期居住于胃癌高发区。
- 2.存在幽门螺杆菌感染。
- 3.既往患有慢性萎缩性胃炎、胃溃疡、胃息肉、手术后残胃、肥厚性胃炎、恶性贫血等胃癌前疾病。
- 4.一级亲属有胃癌病史。存在胃癌其他高危因素，长期摄入高盐、腌制饮食、吸烟、过度饮酒等。

如果能早期发现、及时治疗，胃癌患者的生存率可以大大提高。保持健康的生活方式、定期体检，以及尽早就医对于预防和治疗胃癌至关重要。

来源：健康中国