

# 洗手“小习惯” “手”护“大健康”



洗手是保持个人卫生和公共健康的常见方式,保持清洁手部是预防疾病的有效措施,手卫生被广泛认为是预防医疗保健相关感染的有效措施。2022年10月15日是第15个“全球洗手日”,今年的主题是:“团结起来,普及手卫生”(Unite for Universal Hand Hygiene)。

据了解,“全球洗手日”是促使公众改善卫生行为,提醒公众养成用肥皂勤洗手的好习惯,向更多人传递“用肥皂或洗手液洗手可以拯救生命”这一重要信息,呼吁全世界重视“洗手”这个简单但重要动作。

近年来,随着新华医院院感工作的深入推进,医务人员手卫生意识与依从性得到明显提高,医院感染预防与控制也起到了显著成效。但随着新冠肺炎疫情的暴发,患者及其家属在新冠肺炎疫情的防控中也逐渐成为了不可忽视的重要一环。为有效实施《淮南市医疗机构陪护人员手卫生规范》,保护患者、家属及医护人员健康,减少病毒传播,新华医院大力改善医院环境卫生及洗手设施,

教授患者及陪护养成良好的卫生习惯,并于10月14日上午8时在全院范围内组织开展了手卫生宣传活动,充分把“手卫生是预防医院感染措施”的基本理念展现在医院的每一个角落,提高全民手卫生依从性,降低各类传染病的发生和传播。

本次活动,新华医院感染管理科联合工会、宣传科、预防保健科等各职能部门积极组织,号召全院所有科室热情参与。通过现场实际教育病人和家属,教授洗手方法,督促自觉进行手卫生,不仅提高洗手的正确性,更是让手卫生走进群众中,构建和谐的医患关系。

手卫生对于预防新冠病毒传播极为重要,勤洗手可以阻断普通感冒、流感和肺炎等由其他病菌导致的疾病传播,从而减轻一般疾病的负担。疫情面前,我们每个人都是一道阻挡疫情的防线,大家更应该做好个人防护,正确洗手是最简单、最有效、最经济的预防疾病和挽救生命的方式,需要每个人去掌握、身体力行地去实践。

本报通讯员 宋巨凤 苏瑞珩 摄影报道

# 动态血糖监测——帮您“看见血糖”

血糖监测是糖尿病管理的重要组成部分,它贯穿了糖尿病治疗和效果评估的全过程。目前,绝大多数糖友使用血糖仪通过指尖采血来进行自我血糖监测,但指尖采血的疼痛感往往大大降低了糖友的监测频次,使得血糖高低反复。不仅如此,指血血糖仪有很大的局限性,因为它只能检测患者单个时点的血糖值,不能连续监测血糖水平,且只测空腹和餐后的血糖常常会遗漏一些重要的数据,如夜间低血糖。

针对这一情况,新华医院引进“持续葡萄糖检测系统”,以蓝牙、互联网等技术为基础,搭载血糖信息化管理模式,批量实时采集院内患者血糖数据。医生、护士与患者能通过该系统快速、准确的获取血糖信息,为糖尿病的控制带来了灵活性和方便性。

就是这样的一个“小东西”佩戴在身上完全不影响日常活动,每2分钟测一个血糖值,通过蓝牙将全院血糖数据同步。手机或者电脑均可随时随地查看,白天夜晚的血糖数据都能清晰反映出来。血糖过高或过低时会发出提醒,扫除盲区,找出隐匿的高血糖、低血糖时间点。

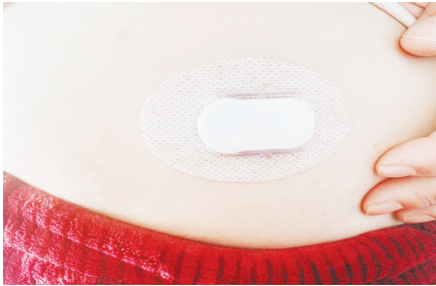
“作为一个糖尿病患者,测血糖真是可怕,血糖不稳定的时候一天要扎六七次,想想都觉得疼。吃饭还要计时,因为需要餐前餐后血糖,有时候还不准确,这次住院体验了无痛舒适的血糖检测,不仅让我能看见全天候自己血糖变化,而且摆脱了‘血糖焦虑’。”一位住院糖友如是说。

动态血糖检测仪不仅帮助患者省去多次指尖血糖监测的痛苦,而且医生护士包括患者自己都可以随时观察血糖变化,根据动态血糖及时调整治疗方案,了解血糖变化的因素,合理计划饮食和运动,为医护人员和糖友提供高效的血糖管理。

什么样的人群可以佩戴?

1型糖尿病患者,反复低血糖或无法解释的低血糖患者、隐形低血糖及夜间低血糖患者,有隐匿性高血糖患者,围手术期的高血糖患者,应激性高血糖患者,血糖波动大的患者,初发2型糖尿病患者及需要长、短期胰岛素强化治疗的2型糖尿病患者,糖尿病合并妊娠及妊娠糖尿病患者,需要评价或改变糖尿病治疗方案,需要精细化调整血糖的患者。

本报通讯员 摄影报道



# 不负韶华,跑出当代青年的最好成绩



为深入学习宣传贯彻习近平总书记在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会上的重要讲话精神,进一步丰富“青年大学习”线下活动体系,根据《安徽共青团开展“青年大学习”宣讲交流进校园主题活动方案》要求,安徽现代信息工程职业学院于10月13日开展了“青年大学习”宣讲交流进校园主题活动,在青年学生中广泛开展面对面、互动式、体验式宣讲。

新华医院机关团委书记张衍作为青年讲师受邀来到安徽现代信息工程职业学院进行宣讲交流。学院共组织15名学生在行政楼会议室共同参加。宣讲中,张老师生动阐释了习近平新时代中国特色社会主义思想,深刻揭示了党的科学理论的真理性和对中国特色社会主义的信念。

活动结束后,同学们表示,通过参加此次“青年大学习”线下宣讲活动,对“家国天下”有了更加

清晰的理解,也加深了对“新时代的中国青年,生逢其时,重任在肩”内涵的理解,在今后的学习生活中要牢记习近平总书记的谆谆教诲,立志民族复兴,不负韶华,不负时代,不负人民,以奋勇争先的姿态,在青春的赛道上奋力奔跑,努力跑出当代青年的最好成绩。

本报通讯员 摄影报道

百姓健康  
新华担当