

健康体检,助力企业安全复工复产

杨帆 朱洁

为复工人员体检,确保防疫流程安全

疫情期间体检方案: 独立肺部CT、电子档案交接

2月下旬,为武汉火神山医院提供重症呼吸机电源的一家株洲企业,积极组织员工复工复产。安全防护是硬指标,复工复产是硬道理。两手抓,两手都要硬,考验着政府和企业。为确保安全,目前,该企业200余名员工已完成包括“肺部CT”在内的复工体检。结果一切安全!3月2日,市中心医院健康管理中心主任王伟告诉记者,株洲各企事业单位已经陆续返岗复工,中心致力做好疫情防控期间复工复产前返岗员工健康监测、复工后安全防护与心理疏导以及普通百姓的健康体检等工作。“目前,我们在疫情防控期间特别推出个性化的健康体检,为企业复产、市民复工健康保驾护航。”

增设独立肺部CT区域

王伟主任介绍,对于健康管理中心复工体检工作,该院领导高度重视,组织领导班子及健康管理中心拟定了新冠肺炎疫情防控期间复工复产前员工健康体检方案。记者了解到,复工体检除基础项目外,针对新冠肺炎主要检查肺部CT。据悉,CT影像特征已被国家卫健委列为新冠肺炎临床诊断的重要依据,对发热患者实施肺部CT检查,无疑可以大大提高新冠肺炎的诊断速度和质量,从而做到对疾病的早诊断、早治疗和早隔离,为有效防控疫情创造条件。

另一方面,考虑到新冠病毒高传染性的特征,除了保证筛查结果及时、准确、高效之外,市中心医院健康管理中心还确保了放射检查的强隔离、高安全、零接触,保障医护人员、来检人员不被传染。据

悉,现阶段市中心医院健康管理中心将在本科体检区域内增添独立肺部CT,可避免交叉感染。

科学安全的体检流程

应市中心医院感科及公卫科要求,目前,该健康管理中心与该院门诊、急诊保持一致,来检人员须先在室外由医务人员指导进行流行病学调查,并签字承诺所述内容真实有效,然后在预检分诊台测量体温,各项指标符合标准后方可进入体检区域进行体检。据悉,流行病学调查表一式两份,一份为医院存根联,一份盖健康管理中心公章后作为进入健康管理中心的通行证,交由来检人员本人保管。所有候检人员相距1米以上,医生进行逐一问诊,如实记录。另外,为最大程度减少人员密集,避免交叉感染,该中心对体检人员还进行了按时段、错峰安排。健康管理中心会对每一位身体健康的复工复岗人员出具健康体检表,对体检过程中的纸质资料,将进行消毒处理后交至体检人员手中;如与复工单位协商一致,疫情期间,所有体检资料均可以电子版交接。除需进一步排查人员资料外,纸质资料一律暂由健康管理中心存档,待疫情过后适时移交。

市中心医院健康管理中心主任王伟表示,该中心将对体检中的每一个环节严格把关,对疫情防控绝不放松警惕,充分发挥三甲医院优势,统筹安排,优化流程,不仅为复工人员完成了体检,同时保证防疫流程的科学、安全,为全市人民的健康保驾护航。

保持心理健康 对提升免疫力非常重要

近段时间,市中心医院健康管理中心也接到不少咨询电话,一些来电者表示因为疫情出现了失眠、心慌等症状,犹豫是否需要前来检查。该中心的专家们表示,身体不适应及时就医,但需要避免因为恐慌、焦虑所致。

专家认为,恐慌一方面让我们更小心谨慎,更重视疫情,也更懂得保护自己。但另一方面,恐慌过度是不必要的,是有损身心健康的。“株洲人无需担心过度,过度就是焦虑超过了自身承受限度的表现。我们要看到疫情一天天在好转,湖南、株洲,甚至全国,防控成绩非常明显。

有些市民会出现每天不停地刷新冠疫情消息、存在无心去顾及及其他事的强迫行为、生怕被疫情波及、不敢出门,甚至出现失眠、食欲减退等症状。“这都是担心过度的应

激反应。”面对关乎生命的大事,人们感到焦虑和恐慌都是正常的。但当恐慌危机来临时,大家更要调整好自己,讲究科学理性,减少无谓的损耗。

那么,新冠肺炎疫情结束后,我们该怎么做?专家建议:

1.尽可能维持正常的生活作息,安排一些自己感兴趣的事情去做,如看书、听音乐、做运动等;
2.尽量控制自己接收相关信息的时间,最好不要超过1小时;
3.不要在睡前过分关注,以减少因信息过载带来的心理负担;
4.不要道听途说,只关注权威平台发布的消息。

注意,保持心理健康对提升免疫力非常重要。如果市民们或您的亲友,觉得无法调适自身现有的紧张恐惧情绪,则需要向专业的心理工作者寻求援助。

当前,正值企业复工复产高峰期,但疫情仍未结束。为了对自己负责,也对同事和他人负责,疫情期间复工体检尤为重要。对此,各医院及体检机构力争做好助力企业复工复产的监督员和服务员,为疫情防控期间的企业安全有序复工复产,提供健康保障。本期健康周刊关注市中心医院健康管理中心,看看该中心是如何对体检严格把关,为企业及全市人民健康保驾护航的。

核心提示



复工体检现场。



复工体检现场。



市中心医院健康管理中心。

图片由市中心医院提供
复工体检现场。

健康科普

复工复产后要注意哪些事项?

复工复产后,我们要注意哪些事项?近日,市中心医院健康管理中心主治医师周薇给出了意见。

1.正值冬春季呼吸道传染病高发季节,探亲访友、亲朋聚会聚餐都会增加疾病传播风险。请减少流动,尽量不外出,不去人员密集场所,不参加聚会、聚餐等集体活动。如果实在需要外出,务必佩戴口罩。

外出可携带如75%酒精的免洗洗手液、消毒湿巾等。出行方式最好少乘坐公共交通工具,必须乘坐交通工具时,一定要全程佩戴口罩,避免用手触碰车上物品;乘坐出租车时可提醒司机打开车窗通风,如司机未佩戴口罩应提醒司机。

2.保持良好的卫生习惯,咳嗽或打喷嚏用纸巾或肘部捂住口鼻,不随地吐痰。勤洗手,不揉搓口鼻眼。
3.注意保持室内环境卫生和空气流通。进入办公区域前自觉接受体温检测,在进入办公室后先到卫生间洗手;尽量少乘电梯,乘坐电梯时务必佩戴好口罩,尽量不用手触碰电梯按键;对门把手、办公桌面、鼠标键盘、门把手、办公用品等定时用75%酒精消毒,保持环境清洁,通风时注意保暖,多喝水、勤洗手,减少面对面交流。参加会议时建议佩戴口罩,开会人员间隔1米以上,传阅文件前后可使用免洗洗手液,有条件可选择创新办公方式,使用视频会议、远程协同,尽量减少集中开会,若会议时间过长,需开窗通风,会议结束时对场地、办公用品消毒。

4.就餐时尽量避免去食堂或餐厅吃饭,从家中带饭;去食堂的话应分餐进食,错峰就餐,避免扎堆;如点外卖,在取外卖时可戴一次性手套,或者使用纸巾隔开提起外包装,在一次性手套或纸巾保护下,拆开包装,将一次性手套或纸巾扔进垃圾桶,洗手后进餐;坐下吃饭时再摘口罩,吃饭时尽量不说话。

5.加强个人防护,避免与呼吸道症状患者密切接触,一旦发现咳嗽、打喷嚏等感冒症状的人,要尽快远离;避免接触或者宰杀野生动物、禽类动物。下班后不要约饭、聚会,洗好手、戴口罩,及时回家。回到家后摘掉一次性口罩,将口罩正确废弃处理,用肥皂或洗手液洗手,外套可使用蒸汽熨斗熨烫,使用75%酒精擦拭手机、钥匙等随身物品。室内保持通风和卫生清洁,避免聚会。时刻谨记保持手部卫生,下班回家需洗完手再触碰家人和家中物品。

6.废弃口罩请正确丢弃:普通市民(无发热、咳嗽等症状),把口罩毁坏后投入到“有害垃圾”桶内;有发热、咳嗽等症状市民,用开水(或至少56℃以上热水)浸泡30分钟,或用酒精喷雾消毒后密封丢弃到“有害垃圾”桶内。

健康资讯

株洲市中心医院健康管理中心是我市以三级甲等综合性医院为依托的健康管理机构,也是株洲地区第一家全国健康管理示范基地,集现场体检、健康评估、健康会诊、健康指导、健康咨询、健康教育、健康促进、电子健康档案管理于一体,本着“以人为本、以健康为中心”的服务宗旨,不断完善服务内涵,着力打造中心医院健康管理品牌。

市中心医院健康管理中心规模大、档次高,装饰典雅,格调清新,宾馆式的体检环境,设有餐前检查区、餐后检查区、就餐区,集常规检查于一体,为广大市民提供更为人性化、多元化、具有独特专业特色的全新一站式服务,为贵宾客人提供全程陪同体检,殷勤入微的服务,令阁下倍感温馨、倍感尊崇。

该中心现有高档彩色B超十余台、数字拍片机及乳腺全容积扫描、肺功能机、双能X线骨密度检测仪、动脉硬化检测仪、左右心功能检测仪、脑血流图、肝纤维化、人体成分分析仪等高精尖检查设施,拥有各类高级专业技术人员及专业后续服务人员,拥有先进的数字化体检管理平台,能够保证体检结果的快速、准确、可靠,能够满足多层次、多级别需求,高速转诊为您的后续医疗保健需要提供最完善的服务。

抗击疫情不松懈 把好复工体检关