



微信公众号



知株侠



株洲新闻网

## 女子突发过敏导致呼吸困难 市人民医院120火速出动



医护人员正在紧张抢救中。通讯员供图

11月24日上午11点30分，市人民医院接到急救电话，称一年轻女子在诊所输液时突发严重过敏导致喘息及呼吸困难。医院急诊120迅速驱车赶到现场，医师邓金快速对患者情况进行评估。

当时，患者出现呼吸困难、面色发绀、喉部可闻及喘鸣声，邓金考虑患者是因严重过敏反应导致的喉头水肿，立即予以肾上腺素0.5mg大腿外侧肌注，建立静脉通道，开放气道及清除口腔气道分泌物，以及面罩给氧等治疗。同时，联系医院急诊抢救室开通绿色通道，做好环甲膜穿刺、气管切开等抢救准备。

数分钟后，患者到达急诊抢救室，呼吸困难仍未缓解，伴有面色发绀、意识障碍、三凹征，考虑喉梗阻过敏反应。急诊科副主任医师郑静、主治医师罗润、医师彭延权及耳鼻喉科主治医师张雨龙立即予以环甲膜穿刺术，并再次予以肾上腺素0.5mg肌注以及抗炎抗过敏等一系列治疗。但是，患者呼吸困难及面色发绀的情况缓解并不明显，血氧饱和度也并未上升。团队立即予以环甲膜切开，结合药物等抗过敏反应治疗，患者的病情终于出现好转，意识恢复，生命体征趋于平稳，转入ICU继续治疗。

创伤急救中心负责人、副主任医师许谭妙介绍，该名患者出现的严重过敏反应又称全身性过敏反应，是系统性的超敏反应，通常发病迅速，累及气道、呼吸或循环系统的重度反应，可危及生命，且可能不合并典型的皮肤表现或循环休克症状。

同时，谭妙提醒，患者如果发生疑似严重过敏反应，应立即拨打急救电话或送往附近医院，并寻求在场或附近的医务工作者帮助。有条件者，应首选且尽早使用肾上腺素在大腿中部外侧肌注，成人单次注射最大量为0.5mg，儿童为0.3mg，也可以使用经过专业医生培训或指导的肾上腺素自动注射器或预充注射器。在医务工作者当场前，应尽可能迅速地脱离过敏原，平卧或者置于舒适体位；如果患者有呕吐，应保持患者头部偏向一侧并清除异物，以防患者误吸呕吐物导致窒息；如患者呼吸困难，应迅速进行氧疗；如患者出现喉头水肿、喉梗阻，需立即行环甲膜穿刺；如患者出现呼吸心跳骤停，要立即进行心肺复苏术，并呼叫专业团队救治。总而言之，由于严重过敏反应来势凶猛，病情严重，加强识别与预防尤为重要。在日常生活中，避免接触已知的过敏原是最简单而有效的预防措施。（通讯员/陈娜）

## 市艾滋病质量控制中心挂靠株洲市二医院

11月23日，株洲市二医院举办株洲市艾滋病质量控制中心成立大会。

中国性病艾滋病防治协会艾滋病诊疗质量管理专业委员会常委兼秘书长丁海波、株洲市卫健委党委副书记、副主任刘建军，湖南省疾病预防控制中心艾滋病防治科科长邹潇白、湖南省艾滋病诊疗质量控制中心副主任郑芳，株洲市卫健委医政医管科科长毛瑜芳，株洲市疾病预防控制中心副主任曹正安、株洲市二医院党委委员、副院长黄莉等专家领导出席会议。株洲各区县医疗机构相关专家共百余人参会。

黄莉代表医院向莅临会议的专家、领导表示欢迎和感谢。她表示，株洲市二医院作为株洲市市区艾滋病抗病毒治疗管理定点医院及株洲市结核病诊疗质控中心挂靠单位，始终致力于感染性疾病的临床救治工作，在市卫健委等上级部门正确领导和精心指导下，始终坚持“

以患者为中心，以质量为核心，以提升服务体验为目标”。作为株洲市艾滋病质量控制中心的挂靠单位，在未来的工作中，质控中心将从不断完善质量控制体系、强化部门间的督导交流、加强宣传教育和动员、重视人才队伍建设和科研成果转化等方面发力，为株洲地区人民群众健康保驾护航。

会上，毛瑜芳宣读了《株洲市卫生健康委员会关于同意成立株洲市艾滋病医疗质量控制中心的批复》文件并挂靠株洲市二医院。经研究，株洲市二医院感染科主任王美英任质量控制中心主任。

成立大会后，邹潇白、丁海波、郑芳、市疾病预防控制中心性病艾滋病防治科科长陈鹏、市二医院感染科副主任李平等艾滋病领域专家还为与会学者进行授课，分享艾滋病领域学术热点及最新成果。

（通讯员/陈恺祺）

## 市三医院开展线上失眠 认知行为治疗

安眠药，可能是大多数人失眠时首先想到的方法。安眠药无疑是挽救失眠人群睡眠的一条快捷、有效的途径。然而，安眠药也有其特点，即按需服用，服用一次有效一次，停止使用后，糟糕的睡眠体验往往会再次袭来。那么，是否存在不用服用药物，依旧可以保持良好睡眠的方法呢？

株洲市三医院睡眠医生科医生介绍，失眠的认知行为疗法（CBTI）便是一个不错的选择。美国医师学会、美国睡眠医学会、中国睡眠研究会均建议将失眠认知行为疗法作为慢性失眠治疗的首选方案。其短期效果与药物相当，而长期效果则比药物更为持久。

### 失眠治疗方案，从CBTI到eCBTI

CBTI是一种通过纠正自身错误的睡眠认知，建立正确的睡眠行为，从而逐步改善睡眠的治疗方法。与常见的药物治疗不同，CBTI是针对慢性失眠患者的行为、认知和生理的系列治疗策略。它从睡眠卫生、睡眠限制、刺激控制、认知调整、放松训练五个角度着手，通过改变失眠患者的不良睡眠行为为习惯和错误睡眠认知等多方面因素进行综合睡眠管理，能够在一定程度上彻底治愈失眠。

传统的CBTI模式要求患者在治疗机构内接受全部治疗。相比常规药物治疗，CBTI是一个长期的治疗过程，且需专案配专人，因此收费较高，导致临床中CBTI疗法的使用率偏低。

面对这一现象，线上失眠认知行为疗法（eCBTI）应运而生。基于互联网模式的eCBTI不仅缓解了收费昂贵的痛点，还支持患者居家接受CBTI治疗。eCBTI“无须服药”，还实现了患者随时随地接受CBTI治疗，且能够在线上与睡眠专家及时沟通交流。

株洲市三医院睡眠医生科医生表示，根据CBTI的有效性报告，接受eCBTI完整治疗流程的患者可将睡眠时长平均增加36分钟，平均入睡时长缩短25分钟，平均夜醒时长缩短14分钟。在睡眠质量得到改善后，患者的抑郁/焦虑情绪也比治疗初期得到缓解。

### 市三医院开展eCBTI服务

为了广大受失眠困扰的患者朋友提供先进、有效的失眠认知行为治疗，实现更加便捷、人性化的睡眠诊疗服务，株洲市三医院睡眠医学科引进了全新的线上认知行为治疗系统。

株洲市三医院睡眠医学科提供的eCBTI的方案包括：科学的失眠治疗流程、丰富全面的自检量表、定期及时的跟进随访、认真细致的实时答疑、专家专业的行为提醒及科学严谨的分析报告。

通过线上平台，接受eCBTI的患者可以无需预约直接与睡眠医学科专家进行咨询。睡眠医学科团队也将通过平台对治疗进度进行实时跟进，与患者进行24小时的无缝互动，并根据上一周的具体情况针对性的随访。

患者可以通过平台提供的睡眠日记、量表评估、睡眠指南等失眠改善工具，在手机上记录并分析睡眠数据，让医生更好地掌握睡眠变化趋势和生活方式偏好。遇到不良行为或错误认知时，睡眠医学科团队可及时针对性地进行干预，为患者提供正确的睡眠行为依据。

株洲市三医院睡眠医生科医生表示，“线上平台+线上系统化教学+睡眠专家一对一沟通”的方式，全方位解决了传统线下失眠治疗中挂号难、耗时长、费用高等问题。如果您也苦于失眠，想要不服用药物来获得更好的睡眠，请到专业的医疗机构进行咨询就诊。（通讯员/晏娟）



## 市人大常委会听取和审议市“十大重点民生实事”实施情况报告

# 32项指标中28项任务提前完成

株洲晚报融媒体记者/邓伟勇 通讯员/黄江泉

“截至11月底，市十大重点民生实事32项指标中，28项提前完成年度任务、3项达到序时进度、1项基本达到序时进度。”11月29日，市十六届人大常委会第二十四次会议上，听取和审议了市“十大重点民生实事”实施情况报告。

### 四级代表参与民生实事项目督办

今年市政府工作报告提到，将坚持尽力而为、量力而行，兜住、兜准、兜牢民生底线，集中力量办成“十大重点民生实事”，在增进民生福祉上有新作为。

新增城镇就业5万人以上；开工建设改造城镇老旧小区63个；建设“幸福食光”长者餐厅40个……翻开今年我市的民生实事项目“承诺书”，涵盖促进高质量充分就业、改善城乡居民住房条件、为困难群体提供关爱服务等多方面，且都有量化指标。如何推动尽快完成、群众早受益？

市人大常委会创新开展“民生实事代表评”工作，通过“项目代表提、进度代表督、结果代表问、成效代表评”四个环节，更好推动项目如期、优质、高效完成。

今年7月24日，针对部分项目存在推进不力、进度滞后等问题，市人大常委会组织召开“民生实

事代表评”首场询问会，代表现场提出的15个问题，涉及市卫健委牵头办理的发展普惠托育服务、市民政局牵头办理的特殊困难老人居家适老化改造、市水利局牵头办理的恢复和改善农田灌溉面积等民生实事项目，接受询问的各职能部门相关负责人不回避、不推脱，坦诚谈困难、谈举措，明确下一步工作计划。

11月27日，听取和审议有关报告前，市人大常委会组成人员再次视察了天元区嵩山街道同心康复中心、石峰区铜塘湾街道天门洞小区老旧改造项目、荷塘区东方名都微公园项目、芦淞区贺家土街道综合养老服务中心长者餐厅，了解民生实事项目完成进度和质量，听取群众意见建议。

在市人大常委会的统筹协调下，省、市、县、乡四级人大代表有序参与民生实事项目的督办，按照“就近就便、全面覆盖”原则，通过明察和暗访的方式，到现场查看、听群众意见、赴部门问询等，全面了解、掌握项目实施情况，把全过程人民民主贯穿到对民生实事监督的全过程各方面。

### 解决了一批群众“急难愁盼”问题

市人大常委会的调研报告显示，综合来看，绿口区、芦淞区、茶陵县“幸福食光”长者餐厅建

设、炎陵县改善城乡居民住房条件、攸县恢复和改善农田灌溉面积、石峰区特殊困难老人居家适老化改造、醴陵市的“两癌”筛查、荷塘区提高孤儿和事实无人抚养儿童基本生活保障标准、天元区办理法律援助等项目完成较好，累计为有需要的老年人提供免费送餐服务15万余人次，完成适老化改造3055户，恢复和改善灌溉面积4.7万余亩，真正解决了一批人民群众反映强烈的“急难愁盼”问题。

督查中也发现，部分民生实事项目实施成效不够显著。比如，市司法局牵头的“为生活困难群众办理法律援助案件3900件”项目，在真正做到发挥法律援助律师、社会法律工作者、志愿者、社区工作者等专业人士的作用，将矛盾化解在基层，精准匹配群众需求等方面还有提升空间。部分民生实事项目宣传氛围不够浓厚。如“在城市、农村免费放映公益电影项目”和“开展戏曲进乡村项目”中，承办单位在活动进行前没有作广泛的宣传和发动，部分活动存在观看群众稀少，观看效果不佳等情况。

市人社局局长肖锦霞表示，在抓好项目扫尾收官的同时，将在项目征集、谋划、选定上狠下功夫，进一步提高民生实事项目的“含金量”，不断满足人民群众对公平正义、美好生活的更高期待、更高需求。

## 央媒看株洲

# 神农谷获央视“国际在线”推荐



神农谷国家森林公园如油画一般的秋日水杉林。通讯员供图

本报讯（株洲晚报融媒体记者/温琳 通讯员/张坚煜）11月28日，由中央广播电视总台主办的国际化新媒体平台——国际在线（Amazing China），在其“脸书”账号的“中国秋季观景图”栏目，向海外推荐了神农谷国家森林公园。

文中表示，神农谷国家森林公园是现实生活中的“暮光森林”，是一个充满原始自然魅力的夏日冒险目的地。然而很少有人知道神农谷的秋景同样美丽，现在是体验其秋日景观最美丽的时段，一定要去那里参观！

国际在线“脸书”账号还在其“早安中国”栏目发布了神农谷国家森林公园如油画一般的秋日水杉林照片。每年11月中下旬是神农谷水杉林最美的时候，水杉林这幅画卷会在每年11月下旬变得金黄，当你步入这片树林，仿佛进入了另一个世界。

## “老检叨”为残疾人撑起法治“保护伞”

本报讯（株洲晚报融媒体记者/旷昆红 通讯员/刘邓）11月29日，荷塘区月塘街道石子头社区联合“社区合伙人”“老检叨”工作室，在社区盛康残疾人托中心举行“老检叨”法律援助服务点揭牌仪式。

“老检叨”工作室将为残疾人及家庭提供一个获

取法律帮助和支持的渠道，也将带动和提升全社会对特殊群体的关注与爱护。授牌仪式后，“老检叨”工作室李家凯结合残疾朋友实际，围绕残疾人权益保护的热点问题上了一堂生动有趣的法治课，进一步丰富了大家法律知识。

下一步，石子头社区将充分发挥“老检叨”工作

室的资源和优势，切实加强残疾人司法保护，切实促进残疾人及其亲友形成依法办事、遇事找法、解决问题用法、化解矛盾靠法的法治思维和行为习惯，让残疾人了解防范电信诈骗、养老诈骗的法律知识，增强自我保护意识，提高他们运用法律手段来维护自己合法权益的能力。