

市妇幼医生化身“谣言粉碎机” 逐个击破育儿谣言

新手妈妈常常会在微信朋友圈看到各种说法不一的育儿知识。近日,记者邀约了株洲市妇幼保健院儿

保科医生邓丹,和大家聊一聊那些流传在朋友圈的育儿谣言。

■ 谣言一:宝宝的囟门等于命门,千万不可以摸?

囟门是胎儿出生时头颅骨发育尚未完成而形成的菱形间隙,后囟一般在出生后三个月内闭合,前囟大约在出生后1~1.5岁时闭合,个别儿童

可推迟至2岁左右。由于囟门闭合前缺乏颅骨保护,日常护理时要避免磕碰伤害。但是囟门是可以洗,可以摸的。

■ 谣言二:香蕉可以治疗宝宝便秘?

香蕉治便秘是很多人的共识,但是不成熟的香蕉中含有鞣酸,较硬,口味偏酸涩,不能治疗便秘,反而会起到相反的作用,加重便秘。而成熟香蕉

中的纤维素可以促进肠道蠕动,达到缓解便秘的作用。所以大家一定要分清楚,治疗便秘应选择比较熟的香蕉,以达到良好的治疗效果。

■ 谣言三:提前把尿可以锻炼宝宝自主如厕能力?

答案是否定的。宝宝控制大小便的括约肌要在3岁左右才能发育成熟,在此之前宝宝没能完全控制排大小便。提前把尿不仅不能帮孩子更早建立自主排便功能,反而危害多

多:宝宝括约肌得不到锻炼,容易出现尿频;把尿姿势不正确,会增加骨骼发育不良的风险,发生脊柱侧弯、驼背等情况,影响孩子一生的健康。

■ 谣言四:宝宝鼻梁塌,多捏捏就会变高?

不仅不会变高,还可能造成伤害。如果经常捏宝宝的鼻子,会造成鼻腔充血,并且会损伤鼻黏膜,宝宝

的鼻腔防御功能就会降低,容易过敏、影响呼吸,甚至会患上呼吸道的疾病。

■ 谣言五:宝宝6个月以后就可以吃盐,不吃盐会没力气?

食盐的主要成分是氯化钠,确实对人体作用重大,但钠离子并不止食盐里才有,天然食物和母乳、配方奶粉中都有。对于1岁以内的宝宝来

说,只需保证正常的饮奶量和辅食量,就不用担心缺钠,更不用担心没力气。

■ 谣言六:宝宝脸上有湿疹,涂点母乳就好?

母乳涂湿疹不仅没有效果,反而会导致湿疹加重。因为得湿疹的孩子存在皮肤屏障功能障碍,抵抗细菌

能力较弱。如果涂抹母乳在孩子皮肤上,母乳会成为细菌的培养皿,导致细菌大量增殖,皮肤炎症加重。

■ 谣言七:为了均衡营养需要定期更换不同奶粉?

其实相同阶段的奶粉,营养配比大体都相似,不同的可能只是个别微量元素的多少,对孩子成长所需的基本营养都是大同小异的。宝宝消化

系统还没有发育完全,对于新的食物需要较长时间来适应,一般不建议经常给1岁以内的小宝宝频繁换奶粉。(宋芋璇 整理)

小龙虾+啤酒=夏天标配? 医生提醒:小心结石找上门

周一大清早,家住芦淞区附近的李先生面带痛苦之色,来到株洲市三三一医院泌尿外科门诊就诊,经诊断,原来是结石发作了。

系统还没有发育完全,对于新的食物需要较长时间来适应,一般不建议经常给1岁以内的小宝宝频繁换奶粉。

上周日,李先生和同事们买了10斤小龙虾,加上1箱冰啤酒,吃得非常尽兴!谁料,第二天一早,李先生就感觉腹部一阵阵绞痛,痛得他直冒冷汗。经查,李先生右肾结石及左侧输尿管结石,其中让李先生疼痛万分的主凶,则是卡在左侧输尿管的一颗23mm的大结石。

泄尿道尿道顺利将他左侧输尿管里23mm大结石经钬激光击碎并取出。

市三三一医院泌尿外科主任段俊锋表示,小龙虾、啤酒这类食物的嘌呤含量很高,长期大量的摄入,会造成嘌呤代谢紊乱,容易进一步引起尿酸高问题,而尿酸高的人群比较容易长结石。

市三三一医院泌尿外科团队紧急为李先生实施了经尿道取石的“输尿管软镜微创保肾取石手术”,在全程无创的情况下,经李先生的自然排

此外,炎热夏日,体表排汗大量增加,导致人体水分流失严重,尿液相对减少,尿液中所含草酸钙等人体代谢物质浓度升高,也更容易聚集成结石。专家提醒,在生活中,多喝水、饮食均衡、多运动能有效预防泌尿系统结石。(株洲市三三一医院泌尿外科供稿)

市二医院: 用细心、耐心换来病人的信心和开心

51岁的文女士因确诊胃癌走遍了全国许多医院,因为得不到有效治疗和细心照料后回到了老家,听到熟人介绍株洲市二医院是肿瘤医院,有先进的医疗设备和温馨的服务,她来到二医院肿瘤科就诊。



▲患者家属送来感谢信和锦旗

肿瘤科主任徐卉卉、医生邹利乐和杨长命接待了文女士。入院时,她由于病情的发展,出现全身黄疽,需要立即采取治疗,杨长命立刻为文女士进行了肝内胆管引流术。

两个多小时的手术,专心致志做手术的医生、护士忙完后身上的手术服已被汗水浸透,看着他们流淌的汗水,文女士深受感动,偷偷给护士长送去2000元,说“慰劳”一下医生护士。护士长陈欢坚决不收,拉着她的手说,“文姐,我们照顾你是应该的,不要说送什么感谢的东西了,只要你需要,我一定想办法

帮你解决!”

文女士睡眠不好,护士长给她换了单间病房;文女士精神不足,医生们常来与她聊天,建议她出去晒太阳;文女士吃不下东西,医生护士就给家属提供营养食谱和建议……从刚入院时的难以下床,到现在可以自行散步,家属看到文女士一天天在好转十分开心,特意送来锦旗表示感谢。(图文 通讯员 张一琛)

李瑛教授医学模拟中心工作室 落户株洲市中心医院

医学模拟教育贯彻“以患者为中心”的理念,坚持有效提高患者安全,已成为医学教育发展的趋势。素以教育见长的湘雅医学,在该领域一直走在全国的前列,这其中,湘雅二医院的贡献可谓卓著。由李瑛教授带领的高质量医学模拟师资团队,达到了国际一流水平,常在国际舞台发声,广受赞誉。

签约仪式结束后,李瑛教授在科培楼一楼阶梯教室为该院教学管理人員作了一场题为《助力临床实践的模拟医学课程设计的开发》的专题讲座。(通讯员 杨莉英 黄曼辉)

恺德医院心血管病专家在医联体单位 成功救治一名突发恶性心律失常患者

近日,株洲恺德心血管病医院常驻医联体专家余强与天元区三门镇中心卫生院的医务人员联手成功抢救一名突发恶性心律失常患者。

当天清晨4点,胸痛胸闷了3天的廖奶奶(化名)因喘气急促、大汗不止、全身浮肿被家人紧急送入三门镇中心卫生院,此时她的血压已飙升到209/139mmHg,心率达到了122次/分,该院副院长邓文渊等医护人员当即给予了治疗,廖奶奶症状有所缓解,因为病情严重,该院医务人员建议家属把廖奶奶转到上级医院进一步诊治,但家属考虑到廖奶奶当时身体状况决定先在三门镇中心卫生院治疗。

让人意想不到的是上午9点时,廖奶奶突然意识丧失,口吐白沫“翻白眼”。株洲恺德心血管病医院常驻该院的专家余强和该院副院长 邓文渊等医护人员飞奔到患者床边,立即予以胸外心脏按压,廖奶奶逐步恢复意识,但醒来后烦躁不安,全身大汗,心电图显示血压70/40mmHg;余强通过心电图监护及床旁心电图等手段,明确患者是突发恶性心律失常室心动

过速并发休克,在升压药物维持下血压仍然进一步下降,急需及时纠正室性心动过速才能挽救患者生命;余强等人当机立断采用电复律!电击后继续胸外心脏按压,心电图上逐渐出现规则的窦性心律,廖奶奶的血压也逐步回升,意识好转,自己说了一句:“我好一点了”,一场惊心动魄的抢救取得圆满成功!此刻所有医护人员因为“战斗”已全身汗湿。幸运的是当天上午10点,廖奶奶突发恶性心律失常元凶找到了——生化结果提示肾功能衰竭,血肌酐648umol/L,血钾7.7mmol/L是原因。之后,廖奶奶家人还是选择继续在三门镇中心卫生院治疗,第二天廖奶奶已能下地行走。据了解,这也是该院首次使用电复律成功抢救患者。近年来,株洲恺德心血管病医院响应国家医改号召,大力推动医联体建设,分别与天元区、荷塘区多家基层医疗机构组建医联体,“下沉”优质医疗资源,常年派驻专家到医联体单位,提升基层医疗实力,让百姓受益。(通讯员 余强 黎婕妤)

丘比特婚介 480元报名 登记一次 成功为止 上网查株洲丘比特婚介,网站有会员资料免费查阅,二十年老品牌,无暴利,无婚托,诚信正规,给单身朋友多个选择机会,满意为止。

男:短婚,34岁,1.72米,博士,大学教授,有房有车
女:未婚,26岁,1.65米,本科,中学教师,白净漂亮
女:未婚,29岁,1.65米,本科,事业编机关,白净漂亮
女:离异,44岁,1.60米,本科,企业财务,漂亮气质佳
女:离异,35岁,1.65米,本科,中学教师,白净气质佳
男:离异,43岁,1.70米,研究生,大学教授,开多个实体公司
男:离异,59岁,1.70米,大学,公务员,有房有车
联系人丘比特婚介: 28204222 手机号也是微信号 15367412822 地址:株洲市体育路广悦大厦801室



创新管理文化 培育大国“铁”匠 湖南铁路科技职业技术学院 “半军事化管理”卓有成效



▲湖南铁路科技职业技术学院全景

全员联动发力,打造“半军管”文化育人“三全工程”

从新生入学开始,到日常教育教学和课余活动,直到学生毕业,学校将“半军管”文化贯穿大学生涯始终,实现时间上“全贯穿”。

在校园环境布局上,学校构建个性化的VI识别系统,校园命名系统中体现了铁路行业文化、湘湘地域文化、职业教育文化特色;校园景观设计做到处处有主题、主题定景观、景观蕴文化、文化有教育;在馆室空间构造上,巧妙嵌入企业文化元素,让学生尽早在潜移默化中认识工作环境、感悟大师风范;在网络空间建设上,创建铁路时空数字博物馆、学校官微订阅号、官方微博等,构筑充满正能量的文化阵地。

学校出台了《半军事化管理文化育人实施方案》,系统构建全方位、多层次文化育人体系,建立了组织协调机制,成立党委书记挂帅的文化育人领导小组,统筹协调文化育人中的重大问题及重要工作,强化组织领导,落实主体责任;建立了协调运行机制,协调政府、行业、企业和学校资源,充分调动校内宣传部门、教务部门、团学部门和各教学单位,打破封闭壁垒,形成了协同育人格局;建立了经费保障机制,设立“半军管”文化育人专项经费,每年拨付经费用于文化育人各项任务的落实;建立了考核评价机制,制定了“半军管”文化育人考核评价指标体系与奖励办法,最大限度调动各方面的积极性。

具体说来,针对一年级学生,学校将军事训练和军事理论课作为必修课,通过推行“出早操、晨练”制度、宿舍“6S”管理标准、“无烟校园”行动、“抵制外卖”行动、“公益劳动”制度等,帮助学生完成规范的日常行为养成。对于二年级学生,则侧重于技能的学习和职业素质的养成,依据专业标准,坚持以人为本,构建“工匠精神”与职业能力并重的三阶段三循环螺旋式上升的培养模式。对于即将毕业的三年级学生来说,更注重就业适应性和创新创业教育,学校全员参与就业指导,对“订单班”的学生,实施“双主体”管理,邀请用人单位共同参与班级管理,实现在校学生与企业员工的无缝对接;通过“新维度”双创大讲学、政校企联合开展创新创业大赛、开设“双创”实验班等,营造创新创业氛围,搭建创新创业平台,孵化创新创业项目,提升创新创业能力。

学校从校园环境到学生吃住行的场所,包括教室、宿舍、食堂、实训场,延伸到网络虚拟空间,处处都充盈着“半军管”文化育人氛围,实现空间上“全覆盖”。

学校着力打造思政“金课”,出台《“课程思政”实施六条》,推动“课程思政”元素进教室、进实训场所,实现各类课程与思政课同向同行,党委书记、院长亲自带头担任班主任,遴选优秀党员干部担任班主任,聘请行业专家兼任班主任,加入到大学生思想政治教育队伍中,全面落实立德树人的根本任务;通过开展升旗仪式及国旗下的讲话、“爱我国防”演讲比赛、“我和我的祖国”主题班会、赴爱国主义教育基地学习等系列主题教育活动,培养学生高尚的道德情操和爱国主义情感;每年组织学生参加“湖南省大中专学生志愿者暑期文化、科技、卫生‘三下乡’”等社会实践活动,对贫困家庭、留守儿童和空巢老人开展帮扶助困、教育扶贫、亲情陪伴,利用所学专业开展科技创新服务活动;组织学生到各铁路局、地铁公司参加春运、暑运志愿服务活

动,让学生了解社会、开拓视野、增长见识,将社会责任和担当内化于心。

响应国家倡议,文化育人走向“一带一路”

学校紧跟国家“一带一路”倡议,紧密对接轨道交通产业“走出去”,做到铁路修到哪里,学校的国际职业人才培养服务就跟到哪里,不断向海外输出中国铁路职教标准、传播中国铁路文化、讲好中国铁路故事,彰显高职院校特有的文化自信。

学校为肯尼亚、埃塞俄比亚、马来西亚、泰国、老挝等国家广泛开展铁路人才培养,协办国家商务部“亚非拉10国铁路官员中国研修培训班”,采用中国轨道交通行业标准培训了大批海外企业培训师、高校教师及铁路专业技术人员,助力行业文化“走出去”。

学校在马来西亚成立“吉隆坡大学轨道交通人才培养中心”,在泰国成立“东盟(泰国)铁道学院”。境外办学采用“半军事化管理”,

开设“高职教育教学法”、“高职实训教学方案设计法”、“铁路安全心理管理教学法”等特色课程,助力高职文化“走出去”。

学校在国际职业人才培养服务就跟到哪里,不断向海外输出中国铁路职教标准、传播中国铁路文化、讲好中国铁路故事,彰显高职院校特有的文化自信。

(陈彬 图文)



▲高铁乘务特色班学生进行礼仪训练



▲学生军训成果展示