

市妇幼保健院入选第一批 国家分娩镇痛试点医院

本报讯（融媒体中心记者 宋乐义 通讯员 赵建龙）3月24日，记者从市妇幼保健院获悉，日前，国家卫健委发布《关于印发第一批国家分娩镇痛试点医院名单的通知》，全国共有913家医院通过遴选成为首批分娩镇痛试点医院，其中，河南省共计39家医院入选，汝州市妇幼保健院在列。

“分娩镇痛”也就是大众口中的“无痛分娩”。目前国内外专家学者公认的方法是由有经验的麻醉医师进行椎管内分娩镇痛，可以让准妈妈不再经历疼痛的折磨，减少分娩时的恐惧和产后的疲倦。从1847年苏格兰的辛普森医生首次用乙醚为一位骨盆畸形的产妇进行无痛分娩开始，到现在这项技术已有超百年的历史。在上世纪八九十年代，分娩镇痛这项技术在欧美发达国家已成为一项常规的医疗技术。

市妇幼保健院麻醉科黄闯官主任介绍说，大部分产妇正常的分娩过程伴随剧烈疼痛，长期以来，由于传统或历史的原因分娩痛被人们认为是产妇必然经历的一种自然现象，所以一直处于被忽视的状态。即使在医学技术日新月异发展的今天，大多数的产妇仍然在遭受分娩时剧烈疼痛的折磨。

据了解，在此之前，2018年11月，国家卫健委发布《关于开展分娩镇痛试点工作的通知》，提出2018至2020年在全国范围内遴选一定数量的医院开展分娩镇痛诊疗试点工作。试点范围为具备产科和麻醉科诊疗科目的二级及以上综合医院、妇幼保健院或妇产专科医院。筛选标准包括五个方面，二级及以上综合医院或妇产医院；具备产科、

麻醉科诊疗科目；具备开展分娩镇痛的专业技术人员；具有良好的椎管内分娩镇痛基础，椎管内分娩镇痛率≥10%；医院给予必要的人员、硬件和政策支持。结合上述标准，经过河南省卫健委遴选认定，上报国家卫健委，汝州市妇幼保健院成功入选国家分娩镇痛首批试点医院。

市妇幼保健院麻醉科自2008年开展分娩镇痛至今，历经11个年头，已成功为万余名产妇实施了分娩镇痛，镇痛率逐年攀升，是一项非常成熟安全的医疗技术。

黄闯官介绍说，现在的无痛分娩早已改变过去宫口必须开到2-3厘米才开始实施无痛分娩的观念，只要产妇进入产程后，没有麻醉禁忌症、没有产科禁忌症就能够随时进行分娩镇痛，最大限度地减轻产妇产痛苦。不少人认为分娩镇痛会影响产程，其实不然，其不但不会影响产程，当产妇产痛减轻后，反而使产妇产盆底肌肉放松，更有助于分娩产程加快。

针对入选第一批国家分娩镇痛试点医院，市妇幼保健院院长助理杨春明说：“荣誉的获得对汝州市妇幼保健院来说既是一种鼓励也是一种鞭策。汝州市妇幼保健院在以后的工作中将进一步规范医疗管理，提高诊疗技术，以‘提倡自然分娩，大力降低剖宫产率，开展无痛分娩，为母婴健康护航’为服务宗旨，大力推广分娩镇痛技术，通过多种渠道为产妇普及分娩镇痛知识，消除生产恐惧，提高产妇的分娩质量。”



图片来源网络

金庚医院援疆故事“入镜”《天山长路》

本报讯（融媒体中心记者 郭营战 通讯员 春风）3月21日，由省政府驻新疆办事处筹拍的大型文献纪录片《天山长路》启动仪式暨新闻发布会在郑州举行，金庚医院院长宋兆普作为特邀嘉宾出席启动仪式，该院援疆救治小儿脑瘫的故事也将入选该纪录片。

据悉，纪录片《天山长路》将回顾总结援疆两地人民近70年来的合作发展成果，展示援疆两地人民70年的友谊，真实记录近70年来河南人援建新疆的历史，总结援疆成果、记载可歌可泣的援疆人风采，增进援疆文化交流合作，促进民族团结。该纪录片于2018年开始筹备，预计2019年底完成制作，将作为向中华人民共和国成立70周年、援疆情缘70周年的献礼片。该片将运用电视纪录片、图书的形式，全景扫描、微观聚焦，通过讲述一个个动人的故事，全面梳理70年来援疆两地交流交往的历史长路。

金庚医院医疗援疆救治脑瘫儿童工作从2015年6月开始以来，与和田当地医疗机构合作，先后和田地区的墨玉县、和田市、洛浦县以及喀什市成立了4所脑瘫康复医院。截至目前已累计救助脑瘫患儿6174人次，其中基本康复700余人，明显好转的2000余人。同时在金庚医院先后公益救治49名和田地区脑瘫儿童，共减免医疗费用3244132.22元，免费提供奶粉426筒、米粉426盒、尿不湿426包，共计143349元。



3月23日，记者在中央公园看到，数十对家长在陪孩子做亲子活动。原来是家长们在参加幼儿园举办的亲子巧手绘风筝户外活动，现场充满了欢笑声。

牛莉萍 摄

公交车上手机播放视频音量过大

众乘客：烦，烦，烦，不胜其烦，请文明乘车！

本报讯（融媒体中心记者 关莉燕）你是否在乘坐公交车时遇到过有乘客用手机看视频，音量开得还特别大的情况？记者采访发现，不少人在乘坐公交车时都遭遇到这样的闹心事，一些乘客在车上听歌、看视频，为了听得清楚会不自觉地把声音开得特别大，周围乘客只能被迫“共享”，这种行为让很多人反感。对此，有公交司机介绍，公交车没有不允许乘客看视频、听音乐的规定，但如果声音过大，的确影响到其他乘客或影响营运秩序时，司机有权提醒、制止，但更多的是呼吁乘客能够自觉文明乘车。

噪声让人心烦

3月23日，周六早高峰，李女士在乘坐7路公交车时，车厢里人很多，声音嘈杂，让人感觉很不舒服。李女士好不容易挤到车厢中后部，站了一会儿，有乘客下车，她居然有了座位。“早晨起得

早，还想乘在车上打个盹，但是耳边始终不得清静，心里也不清静起来，很烦躁。”李女士说。

原来，在李女士身旁，坐着一个男青年，他正在用手机看网络剧。李女士说，他看的是战斗片，枪炮声一直响，手机声音还调得很大，让人心烦。更让李女士崩溃的是，她后方还有一位乘客在看短视频，一个视频一段音乐，不断变化，声音同样不小。

持续了几分钟，李女士终于忍不住提醒这两位，请他们把声音调低一些，最好戴耳机。结果，一个对李女士的提醒充耳不闻，我行我素，另一个淡淡说了声：“没带耳机。”

李女士无奈，只能忍受。车至市法院附近，上述两人同时下车，噪音消失，李女士顿觉神清气爽，心里的烦躁慢慢消失。

注意别人的感受

如今，用手机看视频、听音乐已成为普遍现象。乘公交车看手机视频，成为不少人的选择。而一些人选择手机外放，确实容易引发周围人的反感。

在丹阳路附近，记者随机走访了几名乘客。他们称，在乘坐公交车时的确碰到过这样的行为，并且对于这样的行为感到反感。其中一名女乘客介绍，有一次她带小孩乘坐公交车，结果小孩在公交车上睡着了，一名男子在公交车上开着外放听音乐，她担心吵醒小孩，便提醒对方调小声音，结果两人为此还吵了几句。

对这种行为，有公交司机介绍，工作中难免会碰到这样的乘客，如果声音确实很大，他们也会进行提醒，大部分乘客会不好意思调低声音或直接关掉视频，但也有人不配合。如果遇到出行高峰乘客多的时候，司机往往难以发现这些情况，更谈不上干涉。

影响安全和健康

交警部门工作人员提示，这种不文明行为，除对其他乘客有影响外，还可能对当事乘客的安全造成影响。乘客注意力都集中在看视频、听音乐上，一旦司机急刹车，很容易发生危险。

市第一人民医院急诊医生张大认为，公交车上看视频不仅不文明，对自身健康也不利。坐在公交车上低头看视频或听音乐，时间长了会出现头晕、眼花和恶心的状况，严重的话在下车之后会因眩晕而晕倒。因为在运动的载体上看手机，人的视觉无法跟得上车体的运动和手机的页面，一旦失去了运动性的平衡，就可能致上述状况。

作为公共场所的公交车，维护良好的乘坐环境，需要乘客们提高自己的自觉性和公德意识，共同维护车厢环境，才能创造更加舒适的出行环境。

高糖饮食加快皮肤衰老

当你吃大量的糖或精制碳水化合物如白米饭、面食时，身体内的血糖水平会快速升高。如果长期保持这种状态，糖分子与蛋白质（包括皮肤中的胶原蛋白）永久结合，会发生糖化反应。这种反应由于消耗过量的糖，会从内部损害皮肤，使皮肤过早老化、没有弹性，产生皱纹、脸色发黄。

美国营养学会杂志上发表的一项研究显示，研究人员研究了居住在不同国家的453名成年人的饮食，那些食用更多鱼类、橄榄油和豆类的人比那些吃更多肉类、高脂牛奶和糖的人的皱纹更少。

据人民网

过多食用垃圾食品易致动脉硬化

研究发现，垃圾食品会使细胞膜立刻变硬和变厚，容易引发心脏病和中风，甚至还会缩短人的寿命。汉堡包、比萨饼和香肠卷可以在短时间内迅速改变细胞结构，进而引发动脉硬化。垃圾食品对健康的危害远比我们想象的更可怕。

垃圾食品中过量的低密度脂蛋白是动脉硬化的关键危险因素。氧化低密度脂蛋白是一种被认为有助于斑块积聚的变种，而斑块可导致血栓，进而阻断心脏和大脑的血液供应。

据环球网

·连载·

毛泽东离京 巡视纪实

毛泽东说，六号简报问题，我回去还要追究。他们搞突然袭击、搞阴谋诡计，可见他们心里有鬼，而不敢公开活动。他们是有计划、有组织、有纲领的。纲领就是设国家主席，就是天才。有人急于想当国家主席，要分裂党，急于夺权。天才问题是个理论问题，他们搞唯心论的先验论，说反天才，就是反我。我不是天才，我读了六年孔子的书，又读了七年资本主义的书，怎么是天才？毛泽东问：你们对庐山会议怎么看？曾思玉回答：干扰了毛主席伟大战略步骤。毛泽东说，我就不相信，地球会停止转动。后来《我的一点意见》拿出来，同志们看到后，就不起哄了。你们要多读马列的书，用唯物论和辩证法去分析问题，要跟党、跟路线，不要跟人，不要受上当。毛泽东同刘丰谈话时刘丰的态度不明朗。

1971年毛泽东再次南巡回刘丰谈话，刘丰承认：去年主席从庐山回北京路过武汉时，同我谈话以后，我心情很沉重。

15日晚上，汪东兴的第二次检查写好，呈送毛泽东。

毛泽东批示：“此件请汪东兴同志面交林、周、康及其他有关同志一阅，进行教育，详由东兴面谈。”在第一页信纸的左右空白处又写道：“陈案另是一个问题，应弄清楚。”

9月16日10点30分。毛泽东让吴旭君通知汪东兴去谈话。这次谈话一直谈到了11点50分。

汪东兴回忆：

毛主席说：“你写的信我看了，信中对问题的认识很好，接受教训。我看有些同志还不通，上了当，还不通？现在不通，慢慢总要通嘛！有些同志自己不懂马列主义，自己都没有看过马列主义这方面的书，发言时又要引用。我看还是要进行教育，还是要250多人中指定读点马列主义的书，30本太多，可在30本书内选些章节出来。此事请总理、康老办。我还可以提选一些。不读马列主义怎么行呢？不行的。结果就被陈伯达摆弄了。”

在谈到军委办事组时，毛主席说：“我们军委办事组内有几位同志也上当了。发言时，一个口径，用一样的语录，连林彪也受他们的骗。据说他要写信给我，叶群和他们不让我写。我劝林应好好地想一想，表一个态嘛！今天未想通。待想通后表态也可以。”

在谈到陈伯达的问题时，毛主席说：“我们的

任务是对付帝、修、反。而陈伯达不管帝、修、反。我写了一份七百字的意见，给陈看时，他马上说他与苏修无关系。我又不是问他这事，他急着声明这个问题。”

在谈到九届中中全会的六号简报时，毛主席说：“六号简报要抓紧核实，你怀疑陈伯达看过、改过，应找会议主持同志，还有王良恩同志和记录印发的人。为什么不经过你看，发出最早最快？由总理、康生和你一起查实为好。要他们不要再上陈伯达的当了，有错误就改正。”

毛主席一面抽着烟，不时地呷口茶，一面和我慢慢地谈着。

他问我：“你说他们在各组一起动作、煽动，他们几个，还有黄永胜报名要发言，都用了语录，但他们的简报未发，一说不行了，记录就收回。这当中好像是有点名堂，你清不清楚？”

我摇了摇头，说：“我不清楚。”

毛主席接着说：“你跟我出来了，他们在北京是否在陈伯达处商量过？”

我又摇了摇头，说：“不清楚。”

毛主席若有所思地说：“谁知陈伯达在何处有何活动？谁能知道？陈伯达案另办，与你们好人犯错误不同。”

毛主席说：“我在简报上看到，皮定均同志在发言中说，怀疑他们都在24日下午发言，是统一部署的。”

毛主席还要我找曾思玉单独谈一下，征求一下他有什么看法。

在谈话中，毛主席提出要我先回北京。

他说：“你先回去，让总理和康生召集会议，把你给我的信给他们看，传达我对你的信的批示及我今天谈话的内容，争取犯错误的人早点觉悟。”

毛主席还说：“你这封信可以启发他们，让他们也可以写或找我谈。”

出于对毛主席安全的考虑，我说“我的意见，我们还是一起回北京。我的那封信可以叫通讯员先带回去。”

但是，毛主席还是坚持要我乘送文件来的飞机先回北京。他说：“早一天回去，让他们早一点觉悟也好嘛。”

这样，我只好准备第二天早上先回北京去了。

当天下午，汪东兴按照毛泽东的意见找当时任武汉军区司令员的曾思玉聊了两个小时，一起吃了晚饭。

谈起庐山会议，曾思玉说：“当时我是一盆糨糊，弄不清楚。”

汪东兴问：“现在你还是一盆糨糊？”

曾思玉说：“开始我脑子是一盆糨糊，毛主席发表《我的一点意见》后，通过学习，慢慢地了解了。”

汪东兴说：“庐山会议上我也犯了错误。”

曾思玉说：“中南组也是紧张的，说有人要推翻毛主席，打倒毛主席，有人要夺毛主席的权。叶群发言就是这样讲的，她还说毛主席是天才没有错。”

汪东兴讲了自己的看法：“毛主席的天才是从实际中学的。是靠看书学习，天才不完全是先天的，天才主要是后天的。我们过去认识不清，现在才有所认识。”

曾思玉说：“那几个副词，我也是同意的。毛主席在九大报告中把它去掉了，我没听进去，总觉得这是毛主席的谦虚。”

汪东兴和曾思玉相互交换了一些认识。

晚饭后，汪东兴向毛泽东辞行。毛泽东已经休息了。

晚上12时，吃过夜餐后，汪东兴上床休息。

17日凌晨4时，吴旭君来敲汪东兴的门，从门缝塞进来一张纸条，上面写着：“主席讲，你不要走了，一奔走。”

当日，毛泽东离开武汉回北京。

9月19日，专列途经石家庄。毛泽东在石家庄接见了李雪峰、刘子厚。

当天中午陈先瑞接到李雪峰的电话，让陈先瑞和郑维山下午5点到丰台火车站专线候车处，毛泽东要接见。

在石家庄，汪东兴将他根据毛泽东的意见，在武昌同曾思玉谈话的情况报告了毛泽东。汪东兴说，曾思玉是老实人，他的态度是好的，有什么谈什么，只是水平与我差不多，我想曾思玉慢慢会通的。毛泽东听后“嗯”了一声，没有说什么。

专列途经丰台。因为郑维山当时不在，毛泽东在专列上同陈先瑞、吴德谈了话。

（未完待续）