

何建奇：爱岗敬业守平安 热心公益乐奉献

他空手夺刀，制服凶手，是众人瞩目的英雄；他坚持25年无偿献血13200毫升，被国家卫生部、中国红十字会授予无偿献血“银质奖章”；他铁面无私，善待同事，是一位受人尊重的好警察。

他就是汝州市公安交通警察大队党总支副书记何建奇。

近日，何建奇荣获“河南省先进工作者”荣誉称号并受到表彰。

现年53岁的何建奇，自1988年12月参加工作以来，长期从事交警大队一线内勤工作。他爱岗敬业，甘于奉献，立足本职岗位，以强烈的主人翁和责任感意识，服务基层群众。

勤勉尽责，甘做一线“战斗员”

“虽然每天的工作都很琐碎、平凡。但是，每当想到能为大家的出行‘保驾护航’时，我就感到十分充实。”何建奇告诉记者。

何建奇在内勤工作中，敢于突破陈规，破除一些不适合形势发展的旧条框，尤其是制度建设创新，能够紧扣工作需要，堵塞管理上的漏洞，并充分重视激励约束机制的创新和落实，使办公室的工作效率得到了提高。

对于组织上交办的任务，他克服一切困难圆满完成。特别是在中华人民共和国成立70周年国庆和党的“二十大”安保工作中，何建奇积极发挥道路交通安全宣传协调作用，在时间紧、任务重的情况下，任劳任怨，白天深入路段参加交通疏导、安全宣传、收集情报，晚上回去还要在办公室通宵达旦地把收集的情况总结出来，以便领导能及时掌握第一手信息进行指挥调控。

由于工作性质的特殊，经常会有一些亲戚、同学、朋友找到何建奇，让他“照顾”处理交通事故。每当遇到这种情况，何建奇总会一方面做好正面解释，另一方面义正词严地拒绝。

为此，有些人不理解，埋怨他“死心眼”“不给面子”。

记得有一次，有个在上海打工的亲戚回来发生交通事故后，想让何建奇利用职务之便“照顾”一下，他听完

事情原委后非但没答应，反而严肃地批评了这位亲戚，并要求立即报案，通过正常途径处理事故。事后，他还到医院看望伤者，通过积极沟通，最后事故双方一致达成了和解协议。

空手夺刀，挽救一家人性命

2014年2月26日，一则“青年男子持刀砍群众汝州交警危急时刻空手夺刀”的新闻迅速被新华网、中国新闻网、搜狐网、网易、新浪、中国广播网、大河网及《河南公安报》、《平顶山晚报》等120余家媒体第一时间转载。2月26日，时任河南省省长助理、公安厅厅长王小洪在省公安厅《公安舆情动态》上对此事作出批示。何建奇获得平顶山市第二届见义勇为“道德模范”称号。

当年元宵前夕，何建奇按照交警大队统一部署在市区丹阳路与张公巷交叉口执勤。突然，一辆桑塔纳轿车呼啸着从他身后逆向疾驰而来。当他发现时，这辆轿车已经冲上人行道，人们被这突如其来的一惊吓得四处逃散。轿车向路口一家烧鸡店冲了过去，连续两次撞击走在人行道的三个人。何建奇以为这辆轿车车主醉驾，急忙上前控制局面。他刚走到轿车跟前，就看到一个年轻人从车上冲出来，挥舞着一把两尺多长的砍刀向路边的三人冲去。何建奇见形势十分危急，厉声喝道：“快把刀放下！”同时一个箭步扑过去，反手将年轻人的左臂摁住，压在轿车引擎盖上，几名路人一拥而上，将年轻人制服。何建奇顺手夺下年轻人手中的砍刀，向路人高声喊：“赶快报警！”随后，派出所民警赶到，将年轻人带离现场，何建奇也悄悄离开事发现场。

经过多日寻找，当事人一家经过多方打听找到何建奇，制作了一面锦旗敲锣打鼓送到交警大队。他们一家人拉着何建奇的手连声说：“终于找到恩人了，要不是你挺身而出夺刀，还不知道会发生啥事……”

据了解，持刀男青年张某时年25岁，和妻子段某感情不和。事发当晚，正在市区丹阳路一超市上班的段某接到了张某让她回家的电话后感到



何建奇

情况不妙，就忙告诉了家人。当晚7时许，段某的父母和哥哥赶到超市门口准备接她回家。这时，张某也到了超市门口。段某的父母明确告诉张某，女儿不愿跟他回去。不料，段某在父母和哥哥的护送下刚走出10多米，突然发现张某驾车朝他们驶来。危急关头，何建奇冲了上来，避免了一场血案的发生。

爱心马拉松，他已坚持25年

在何建奇的办公桌里，摆放着厚厚一沓无偿献血证，这些红色的小本子放在桌子上，足足占满半个桌面。

谈起献血的经历，还得从1998年说起。那时，何建奇在郑州铁路警校上学，并担任学校团委书记。他得知国家刚刚颁布《献血法》，在郑州各大医院血浆纷纷告急，出现严重“血荒”，何建奇二话没说，第一个来到采血点献血，一次性献血200毫升。在他的带领下，该校大部分学生都参加到无偿献血队伍当中。从此，他坚持每年献两次血，每次献血400毫升。这一坚持，就是25年，共无偿献血13200毫升。何建奇两次被国家卫生部、中国红十字会、解放军总后勤部授予无偿献血“银奖”“金奖”。

提起献血的往事，何建奇自豪地说：“无偿献血有很大的现实意义：一是无偿献血能加速自身血液的新陈代谢，缓解血管硬化，有利于

培养健康体魄；二是由于无偿献血采集到的是高质量无疾病的血液，因此可以保证输血者的安全，有效避免由血液传播而造成的疾病。这样对自己、对国家都有益的事情，何乐而不为呢？”

何建奇家庭并不富裕，何建奇本人生活也很朴素，平时省吃俭用。但他多年来积极响应国家乡村振兴和扶贫政策，为纾解家乡群众困难，支持农村经济建设，先后为国家红十字会、学雷锋基金会和家乡教育事业捐款。为山区困难群众解决饮水、修路等先后捐资68000余元，扶贫济困，走访慰问孤寡老人、困难群众，资助贫困学生30余人次。

“作为一名普通党员、基层职工‘先进工作者’的代表，我要始终保持对党的绝对忠诚，发扬‘爱岗敬业、勇创新、能担当、甘奉献’的精神传承，秉承‘干一行、爱一行、专一行、精一行’的职业素养，做一名劳模精神、劳动精神、工匠精神的践行者，立足工作岗位，服务基层群众，为全市社会稳定和经济新质高效发展再发力。”谈及过往，何建奇情绪激昂地说。

正是基于这种信念和责任，让何建奇坚持以实际行动践行为人民服务的宗旨，弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神，用平凡的举动诠释了使命担当，也鼓舞着更多人，传递社会正能量，为汝州争先，给河南添彩。

融媒体中心记者 张沛沛

她，平凡而执着，柔软而无畏。凭着对护理事业的热爱严谨求实，兢兢业业，用优秀的职业素养和专业的技术水平成为护理工作者的表率。她，就是市第一人民医院护理部主任杨艳艳。

工作中，杨艳艳始终坚持“重学习、提内涵、勇创新、促发展”的管理理念，以质量、安全、人文为核心，在规范管理、团队建设、优质服务上下足功夫，带领护理部的同事，以饱满的热情和崭新的姿态，全面提升护理队伍质量，促进全院护理专业发展。

“没有严格的质量把控，就没有安心的就医环境”

质量是护理工作的基础，也是患者安全的根基，更是不断追求卓越、提升服务的根本。

每天一次护士长查房、每周一次护士长例会、每月下发护理质量与安全月报、每季度召开护理质量与安全分析会……在杨艳艳的带领下，这样的工作机制已规范化、常态化运转，护理质量也形成了良性闭环管理。

“人文关怀是一场双向奔赴，只有让护士感到被关爱、被尊重，她们才能将这份正能量传递给患者。”杨艳艳颇有感触地说。

多深入、多倾听、多沟通、多解决，是杨艳艳关爱护理部同事的主要方式。无论是工作上，还是生活中，她都时刻关注每一位护理同事的心理变化。生病慰问、谈心谈话、答疑解惑、松绑减负……通过多种关爱举措，切实解决护士的后顾之忧，让她们卸下包袱，轻装上阵。

除了心理上关爱护理同事，杨艳艳还十分注重护理队伍专业化建设与人才培养，通过开展形式多样的学习分享活动、制定分层级技能培训与考核计划、加强专科知识培训、向上级输送培养专科护士等，有效提升护理业务素质，引领护理向专业化、专科化方向发展，让护理人员有提升、有专长、更有自豪感。



杨艳艳

“艳艳主任就像知心姐姐一样，碰到啥困惑或者难题，跟她聊一聊，都会有很大的收获。”该院急危重症医学中心护士长王秋艳说道。

“没有创新，就没有发展与进步的空间”

从一名普通的护士到护士长再到护理部执行主任，多个岗位的实践锻炼，如何为患者提供高质量的护理服务？始终是杨艳艳探索的方向。

在现代医学飞跃发展的今天，她深深懂得，创新和学习是提升护理核心竞争力的关键。

她紧跟护理学科新发展，重视护理新知识、新技术的学习，带领全院护理人员共同学习，共同进步，积极推行多维质量管理工具活动和参与护理创新工作，借鉴国内外各种先进的护理措施，开展个案护理，为患者提供个性化的护理服务，缩短患者住院日。

“如何让医生依赖护士、让病人信赖护士”主题座谈会、“沉浸式换位体验”微视频大赛、健康科普大赛、强化化学组建设、完善护理临床路径、调查护理质量满意度……一系列创新举措的落实，让患者满意度大大提升。

一年来，杨艳艳及同事创新服务项目44项，获得患者锦旗8面，感谢信10余封，在医院官方公众号上推出“一科一品”优质护理服务31篇。

“管理要有温度、质量要有精度、专业要有深度，这是我们一直在追寻的护理理想与目标。”杨艳艳在采访中说。

作为一名护理管理者，她理性中透露着感性、平凡中又蕴含着能量，她把满腔的热忱都奉献给她执着坚守的护理事业，将简单和平凡演绎成不凡的精彩，生动诠释了一名护理工作者的品质与担当。

“河南省品质管理推动先进个人”“平顶山市三八红旗手”“优秀护理工作”“汝州市第七批优秀人才”……这些成绩和荣誉，成为她职业道路上的铺路石，让她携着初心，在守卫群众健康的道路上走向高远。

融媒体中心记者 李晓伟
通讯员 王文璐 韩璐益

张曜光：有温度的“杏林使者”

心系患者 点亮人生

1988年7月，张曜光从河南科技大学毕业后，入职市第一人民医院。当时正值乙型病毒性肝炎肆虐，传染科患者猛增，人手、病床紧缺，原本分配到内科的张曜光也因工作需要迅速转战传染科，并投身于“抗疫”前线。由于学习能力强、业务熟练快，仅三天时间，她便独立承担值班重任。

在传染科工作10个月，张曜光又前往急诊科工作了3个月，在一年多临床一线的磨砺中，张曜光与同事们并肩奋战，不仅积累了一定的传染病和急诊急救救治经验，也完成了从初出茅庐的临床“小白”到专业医师的转变。

1989年至1997年，因业务工作需要，张曜光分别在內西科、內东科从事临床一线工作。8年的时光，她求知若渴、勤学不怠，立足岗位、不断成长，积累了丰富的内科临床经验，成长为一名备受信赖的骨干医师。

作为内分泌科的创始人，张曜光见证了内分泌科的从无到有。

1997年9月，因工作需要，已是主治医师的张曜光前往重庆第三军医大学新桥医院内分泌科进修。1998年进修归来后，她率先在我市开展糖尿病、甲状腺、肾上腺、垂体等内分泌专科疾病诊治工作，填补了当时全市内分泌领域的空白，让汝州及周边的内分泌患者再也不用东奔西走、四处求医。

此后，张曜光便深耕内科疑难杂症领域，凭借她扎实的医学理论知识和丰富的临床经验为汝州百姓“排忧解难”，她也因出色的业务水平，先后担

任该院的门诊部主任、普内科主任。

2011年，已是副主任医师的张曜光，深知先进技术在内分泌治疗中的重要性，于是她再次启程，前往重庆市新桥医院内分泌科深造。

随着医院业务发展，神经内科、心血管内科、消化血液内科、肾内科等依次从普内科划分出来独立成科。2013年，普内科正式更名为内分泌科，张曜光继续担任内分泌科主任，成为该院内分泌方面的“领头羊”。

时至今日，该院内分泌科对糖尿病酮症酸中毒、高血糖高渗状态、乳酸性酸中毒及内分泌疾病危象的抢救成功率依然居全市领先水平，为无数内分泌患者解除了疾病的困扰，而张曜光也成为广大患者眼中的“匠心名医”。

大医精诚 仁心仁术

“得病不可怕，可怕的是对疾病不重视、不了解，从而延误病情。”

张曜光深知，健康知识的普及，对于群众来说至关重要。作为内分泌科医生不仅要治病，更要治未病。为使群众充分了解内分泌疾病的相关知识，张曜光带领同事们几十年如一日地坚持医疗科普事业。

1992年，张曜光收治了一名16岁的昏迷患者。该患者送到医院时情况十分严重且随时有生命危险，家属情绪激动、泪流满面。接诊后，张曜光立即行腰椎穿刺术检查，确诊患者为蛛网膜下腔出血，经紧急抢救后，患者转危为安，其父母感动得无以表达。

1994年，她收治的一名18岁1型糖尿病、酮

症酸中毒昏迷患者，经过紧急抢救，患者治愈后变成了科室的“粉丝”。多年来一直主动为内分泌科做宣传，甚至在后续住院期间，他还会主动承担起“科室家长”的角色，帮助护士向第一次到科的患者熟悉环境和流程；有时张曜光带领科室医护人员下乡在该患者村庄开展健康科普和义诊时，他还主动邀请大家去家里吃手擀红薯面条。

像这样的病例对张曜光来说太多太多。36年临床工作，她始终秉持着一颗“医者仁心”，繁忙的门诊工作之余，她总是利用自己中午的休息时间，到病房巡查患者，耐心倾听患者声音，仔细分析病情，指导诊疗方案；面对患者及家属的感激，她也非常报以微笑，觉得自己只是做了一名医生份内的事。对她来说，患者的康复和满意就是对自己最大的鼓励与认可。

在张曜光的带领下，内分泌科自建科之初就重视对群众和内分泌患者的科普宣教，结合相关的医疗卫生节日，定期到社区、乡镇、基层医疗卫生机构开展健康科普讲座和义诊活动；开展“健康大讲堂”为患者提供一个了解疾病、学习健康知识、克服疾病的平台；定期回访出院患者，及时指导用药和饮食，做好慢性病管理；她本人还定期在风穴路防保站、陵头镇卫生院等坐诊。

行医教学 桃李芬芳

“爱之深，情之切。”作为我市内分泌领域的领军人物，同事们领略过张曜光的“铁骨铮铮”，更见识过她的“一往情深”……

为顺应国家分级诊疗政策的要求和我市培养全科医生的需要，张曜光加班自学自考，率先在我

市获得了国家级“全科医师培训证书”，曾任该院全科医学教研室主任；她所在的内分泌科，更是长期承担着河南科技大学、郑州澍青医学高等专科学校、以及“3+2”全科助理医师的实习带教任务，为各级医疗机构输送了无数的“健康守门人”。

除此之外，她还非常注重对医院年轻医师的“传帮带”，提高他们的诊疗技术能力，培养良好的医德医风修养和职业荣誉感、成就感，并因材施教发掘每个人的能力特长，为该院打造了一支技术精湛、作风优良、服务优质的内分泌队伍。

2019年，新冠病毒肺炎疫情爆发后，该院被定为我市新冠肺炎的定点救治单位。作为市救治专家组成员，张曜光身先士卒、挺身而出，第一时间向院党委递交了请战书，全力以赴投身于疫情防控救治工作。工作中，由于表现突出受到了市政府的嘉奖。

在艰难时刻张曜光始终心怀大爱，不仅奋战在医疗一线，还主动慷慨解囊。2020年2月、2021年7月她分别向汝州市红十字会捐款，以实际行动支持抗疫和救灾工作，她的医者仁心和大爱无疆，向社会传递了温暖和力量。

此外，张曜光还长期参加无偿献血活动。2008年1月20日首次献血后，截至2024年4月，张曜光已累计无偿献血15次，总计6000毫升，并荣获“特殊奉献证书”和全国“无偿献血奉献铜奖”。

全心全意为人民服务，对于张曜光而言，不仅在她的身上得到充分体现，更是她毕生的信仰和追求。

融媒体中心记者 李晓伟
通讯员 王文璐



张曜光

她潜心钻研，深耕内分泌领域36年，硕果累累；她仁心仁术，让无数患者走向新生，口碑相传；她爱岗敬业，带领医疗团队探索创新，成绩斐然。她就是市第一医疗健康服务集团总医院专家组成员张曜光。

从医36年间，她先后获评“河南省科学技术进步奖”，河南省内分泌学会第七届委员会委员、河南省健康管理学会内分泌病健康管理专科分会委员；政协平顶山市第九届、第十届委员会委员、平顶山市“医德先进个人”等荣誉。