

热点

健康岛京城广邀“好医生”

62家医疗机构近千个岗位等“凤”来



海南省人民医院相关部门负责人在接受应聘者的咨询。海南省人民医院供图

■ 本报记者 符王润
实习生 唐小璇 文敏

“这次的招聘会反响特别好，招聘效果比我们预期的要好！”11月10日，海南省2018“聚四方之才”招聘会将在海口市中关村国家自主创新示范区展示中心举行。我省多家医疗机构赴京参会招才引智。海南省第三人民医院人事科副科长袁书琴作为主要招聘负责人之一，也全程参与了医院在现场的招聘工作。

袁书琴介绍，此次招聘会，海南省第三人民医院共面向全国提供了92个岗位，“此次招聘会我们共收到93份简历，接受现场咨询约60人次，收到简历35份，线上招聘收到简历58份。其中，博士3人，硕士61人，应聘人员中包括北大、清华、厦大、华工等名校毕业生。”

近年来，我省十分重视医疗人才的引进工作。我省各医疗机构积极参加本次招聘会，拿出最大的热情和诚意招揽人才。省卫健委人事处有关负责人介绍，此次全省共62家医疗机构

参加招聘活动，提供岗位987个，参加招聘的单位有省、市(县)级医疗机构，也有乡镇卫生院。赴京参加现场招聘的单位有省人民医院、省疾控中心、省二院、省三院、省中医院、省妇幼保健院、海医一附院、海医二附院以及部分市县医疗机构。

招聘会，海南省人民医院特意制作了精美的宣传页，向现场咨询的应聘者发放并作详细解读。为方便招聘人才，省人民医院经过多方协调，克服种种困难，在现场搭建了一站式面试考核平台，免去了应聘者远赴海南的舟车劳顿。

省卫健委有关负责人表示，今年5月省委印发《百万人才进海南行动计划(2018—2025年)》，其中医疗行业是人才引进的重点行业。近段时间以来，省政府先后出台一系列涉及人才落户、安居、配偶就业、子女上学、医疗保障的配套优惠政策，为卫生人才引进提供制度保障，全方位解决引进人才后顾之忧。

该负责人表示，当前海南卫生健康事业全面发展，以博鳌乐城国际医疗旅游先行区为核心的

医疗健康产业“五中心、四集群、多布点”的格局初步形成，医养结合、健康养老、中医保健、健康咨询、健康旅游等新兴产业日益发展壮大，全省“东西南北中”五个区域医疗中心、“1小时三级医疗服务圈”格局基本形成，各级医疗机构不断建设，基层医疗机构标准化建设稳步推进，这些都为引进人才提供了广阔的发展平台。



省中医院的展台吸引了不少应聘者。省中医院供图

海南多措并举引人才 提升医疗服务水平

“好院长”“好医生”

2016年以来，我省共引进“好院长”6名、“好医生”44名，一定程度上提高了我省公立医院管理水平，带动了医学重点学科发展，填补多项医疗技术空白，进一步提高了我省医疗服务水平。

“妇幼双百”人才引进项目

通过“妇幼双百”人才引进项目的实施，也进一步加强了我省基层妇幼保健队伍建设，提高基层妇幼保健服务水平。

“京医老专家百人团智力帮扶海南”项目

“京医老专家百人团智力帮扶海南”项目自2016年实施以来，共有136名京医老专家到海口、三亚、儋州、万宁等地，开展门诊、查房、手术、科研教学等医疗支援活动。该项目让老百姓不出岛就能享受到“国字号专家”高水平的医疗服务，有力带动医学学科发展和人才培养。

改革完善基层卫生人才引进机制

2017年以来，我省采取“软硬件”结合的方式，全面推进基层医疗机构标准化建设，为基层卫生人才干事创业提供平台。在硬件建设方面，我省加强基层医疗机构基础设施建设，配备完善医疗设备，改善就医环境，落实医务人员住房保障；在软件方面，完成基层卫生职称制度改革，取消计算机、外语要求，淡化论文条件，解决基层卫生人员职称晋升难问题。同时联合相关部门印发“县属乡用”“乡属村用”工作方案，并制订了基层卫生人才激励机制，着力提高基层卫生人才待遇水平。

(符王润 编)

健康资讯

甩掉糖尿病 从日常饮食入手

■ 本报记者 侯赛 通讯员 全锦子

今年11月14日是第12个“联合国糖尿病日”，今年糖尿病日的主题是“家庭与糖尿病”。11月14日，海口市人民医院内分泌科主任、知名糖尿病、肥胖症治疗专家杨学军在接受采访时介绍，根据最新的流行病调查显示，我国目前共有1.14亿糖尿病患者，占全球的1/3。另外，一半成年人处于糖尿病前期状态，是糖尿病的高危人群，而且越来越多的青少年患上2型糖尿病。

那么，家庭在糖尿病管理中，究竟应起到什么样的作用？杨学军介绍，糖尿病是终身性疾病，仅靠医护人员在医院短期护理并不能实现血糖长期达标，绝大多数时间需要患者进行自我管理。作为糖尿病患者的家人应该和患者共同学习糖尿病知识，承担起参与患者自我管理的责任。做好后勤保障，从饮食、运动、监测、用药、心理支持及低血糖救助等方面进行积极配合。另外，糖尿病患者亲属也是糖尿病高风险人群，在参与患者病情管理的同时，自己也能养成良好的生活习惯，降低糖尿病发病风险。

“很多人认为糖尿病不可根治，对于早期的糖尿病患者，其实并不能一概而论。”杨学军介绍，该院内分泌科采用“糖尿病特殊食品及倡导菌群的调节”的方法治疗糖尿病1年多，已经在我省有200例糖尿病患者通过“特色饮食疗法”出现病情大逆转。

“不到两个月时间，该患者的糖化血红蛋白指标就从14.4下降到8.0，不到半年时间恢复到接近正常指标6.0。”接受采访时，杨学军拿出了一位采用“特色饮食疗法”的糖尿病患者检查单。像这样的病例，杨学军的办公桌上有80多份。这些糖尿病患者大多是有5年左右糖尿病史的患者，经过治疗，他们不再需要每天注射胰岛素，只需坚持特色饮食和口服常规糖尿病控制药物即可。

据了解，采用“糖尿病特殊食品及肠道菌群的调节”的方法治疗糖尿病，颠覆了传统的治疗理念，由传统一味地追求血糖达标为主，转为注重胰岛细胞功能的保护及修复，目的是有效遏制和逆转糖尿病的发展进程，挑战糖尿病不可治愈的慢性进展性疾病的最基本概念。

杨学军介绍，目前糖尿病的治疗除了饮食以及生活方式的调整外，还可以采取胃肠转流手术治疗的方式。对于早期的糖尿病患者，这两种方法都可以起到逆转病情甚至彻底根治的作用。

2018博鳌国际护理论坛启幕 国内外专家聚焦慢病照护

本报讯(记者侯赛)11月8日，“2018博鳌国际护理论坛”在琼海博鳌启幕。来自国内外著名高校、医疗机构的学者、专家以及医护工作者等300余人齐聚博鳌，分享慢病照护与管理的先进教育理念、教育方法及慢病照护大数据等方面先进护理理念与最佳护理实践。

据了解，2018博鳌国际护理论坛的主题为“创新健康理念 聚焦慢病照护”，全面贯彻落实“健康中国”战略，推进医养服务与管理的现代化、国际化进程，满足护理行业对国际化护理人才的需求，搭建医学院校、医院及相关机构与国外同行的交流平台，加强在护理人才培养、业务技术、管理等方面的交流与合作，实现经验共享、互利共赢，切实提高全球护理服务能力与管理水平。

该论坛由海南省卫生健康委员会、上海健康医学院、海南医学院共同主办。由海南省继续医学教育协会、海南医学院国际护理学院、海南医学院第一附属医院、海南省护理学会承办。此次论坛还举办了国家级继续教育项目“国际旅游岛形式下的健康体检创新化管理”“高效、精准化的手术室管理”以及“外科管道规范化管理”培训班。

医学新知

青春期缺觉 老了记忆差

中小学生课业负担较重，熬夜学习睡不够觉已成为常态。近日，美国科学家的一项新研究表明，青少年时期睡眠不足对孩子们大脑的伤害会一直累积、影响深远，增加老年记忆力减退并患上老年痴呆症的风险。

美国宾夕法尼亚大学佩雷尔曼医学院的医学教授西格丽德·维齐博士以小鼠为对象进行实验，发现睡眠中断和睡眠不足导致幼鼠的身体机能损伤；影响认知功能的大脑蓝斑和控制记忆能力的杏仁体处神经元数量减少，这些都会增加老年认知障碍风险。

研究人员指出，激素水平处于峰值的青春期少年可能会因为心理压力、行为叛逆等原因难以保证规律且充足的睡眠。但这个时期是他们大脑神经发育的关键时期，缺觉带来的负面影响会比成年人严重许多。专家建议，为了大脑的终身健康，18岁以下的孩子晚间应该保证睡足8小时。

(人民网)

海南省肿瘤医院特约科普

戒烟戒酒 远离喉癌

首先需要明确：几乎所有的癌症都是慢性病。这就意味着，即使已经确诊为癌症，我们也有足够的时间和它周旋、斗争。所以，如果不幸被确诊为癌症，请千万不要轻言放弃。保持良好的心态是战胜癌魔的第一步。

喉癌属于比较罕见的癌症，它的恶性程度并不高，多数患者在40岁以上。很多名人，如相声表演艺术家李文华、导演吴宇森等也曾患喉癌。

喉癌的治疗主要采取以手术为主的综合性治疗。对于早期(I期、II期)的病变，只需做喉部分切除即可，术后仍可以保留大部分的喉功能，总体5年控制率可高达90%以上，对患者的生活质量影响相对较小，患者康复后仍可重新回归社会，正常工作、生活；对于晚期(III期、IV期)的病变，则需要考虑综合治疗。多数情况下需要先进行手术切除，包括全喉切除和经过慎重选择的部分喉切除，以及必要的颈部淋巴清扫术，术后补充放疗以提高控制率。部分难以直接切除的病例还需要考虑术前诱导化疗。但晚期病变预后总体较差，5年生存率约30%—60%。治疗结束后，患者需要终身随访，以便及早发现和处理复发。

烟酒是导致喉癌的最主要因素，戒烟戒酒(任何时候都不晚)、呼吸道防护、预防病毒感染(HPV)以及良好的生活习惯是预防喉癌的有效方式；积极的心态、科学的治疗、定期的随访，是战胜喉癌必不可缺的“终极武器”。

(海南省肿瘤医院 头颈外科 邓达)

2岁以内的婴幼儿是肺炎球菌性疾病的高危群体，专家提醒

幼龄宝宝接种疫苗能有效预防肺炎

关注

■ 本报记者 符王润
实习生 唐小璇 文敏

11月12日是全球第10个“世界肺炎日”，今年的主题是“珍惜每一次呼吸，从现在开始远离肺炎”。自2009年全球对抗儿童肺炎联盟发起世界肺炎日以来，随着各国加大了积极应用疫苗预防肺炎的力度，儿童肺炎尤其是肺炎球菌导致的侵袭性肺炎(侵袭性肺炎是肺炎的一种严重形式)已大大降低。然而，在我国，由于民众对肺炎球菌相关认识的不足，我国罹患该疾病的儿童仍为数不少，平均每17分钟就有一名5岁以下儿童死于肺炎球菌相关疾病，给家庭和社会带来沉痛损失。

人类鼻咽部可携带肺炎球菌，并可经呼吸系统飞沫传播，传播形式隐匿，小于5岁人群携带率为27%—85%，在发展中国家可高达85%。海南省疾病预防控制中心主任医师金玉明解释道：“正常情况下肺炎球菌并不会立刻致病，一旦携带者抵抗力发生变化时，如儿童免疫力低下、感染疾病、营养不良、老年体弱等机体抵



抗力弱的情况下，肺炎球菌将穿过人体的防御黏膜体系导致感染。例如，肺炎球菌进入下呼吸道可引起肺炎、穿过血脑屏障可引起脑膜炎、进入血液可引起菌血症，还可进入鼻窦引起鼻窦炎、进入中耳引发中耳炎。因此，儿童、老年人、体弱者、免疫力低下者都是该病菌的易感人群。”

据世界卫生组织(WHO)统计，2017年全球约有540万5岁以下儿童死亡，其中约47.6万死于肺炎球菌感染；在我国，5岁以下儿童

龄前后几乎消失殆尽。而肺炎球菌的高携带率和易传播性导致婴幼儿极易感染严重的肺炎球菌性疾病。

目前，抗生素治疗仍然是肺炎球菌性疾病临床治疗的首选方案。然而，抗生素的不合理使用导致肺炎球菌对常用抗菌药物，如青霉素类、大环内酯类、喹诺酮类、头孢菌素和复方新诺明等，都可产生明显的耐药性。我国肺炎球菌对常用抗菌药物的交叉耐药和多重耐药发生率均高于发达国家。这些情况导致肺炎球菌性疾病治疗难度增加，病程延长，治疗费用也相应增高，给患者及其家庭带来精神和经济上的双重负担。

金玉明表示，“肺炎球菌性疾病是可以预防的。事实证明，对于儿童肺炎球菌性疾病而言，预防比治疗更为重要。及时接种肺炎球菌疫苗可以给予婴幼儿更全面的预防和保护。在世界肺炎日之际，我们呼吁广大家长重视肺炎，尤其是肺炎球菌性疾病的预防。希望家长树立‘预防大于治疗，早规划早接种’的意识，及时为宝宝撑起健康的保护伞。”