

人口计生专栏

我市

召开军民共建民兵预备役带头实行计生现场会

本报讯(伍中 杨翠芝 刘洪波)近日,全市军民共建民兵预备役带头实行计划生育现场会在浉河区召开。浉河区、固始县、罗山县、息县、平桥区等作了典型发言。

市人口计生委副主任雷树林在会上讲话,他指出,军民共建计生工作是一项长期工作,要常抓不懈,持之以恒,各县(区)一要学习浉河区建阵地、建组织、立规章,有效规范

潢川县

利益导向机制使计生家庭得实惠

本报讯(胡晓川 骆玉)近年来,潢川县不断加大财政投入,着力完善计生利益导向机制,使计生家庭得到了实惠。

该县按照“三级公示、四权分离”的原则,为全县8000多户独生子女家庭兑现奖励费100多万元;对

新县人口计生委

举办人口计生系统依法行政培训班

本报讯(吴向东 潘海波)近日,新县人口计生委在县人学校举办了全县人口计生系统依法行政培训班,全县230名人口计生干部参加了培训。

固始县人口计生委

“三夏”计生服务忙

本报讯(洪光海 李法春)近日,固始县人口计生委抓住外出人口返乡收获、插秧的有利时机,组织开展了“三夏”计生服务工作。

该县一是免费发放计生宣传资料,并面对面地讲解计生知识,解答政策法规。二是开展“送健康、送岗位”活动,深入乡村为广大育龄群众

息县人口计生委

认真做好中招加分工作

本报讯(彭红庆 李强)日前,息县计生委专门召开乡(镇)分管计生工作的乡(镇)长、计生所长会议,安排2010年农村计生家庭子女中招加分工作。

该县按照“一证双签”原则,即村委会出具证明,计生专干、村委会主任签名,计生所长、分管计生乡

商城县人口计生委

全力打造“阳光政务”

本报讯(雷刚)近年来,商城县人口计生委全力打造“阳光政务”,不断提高群众满意度,树立了人口计生队伍新形象。

该县一是制定出台了《县人口计生委政务公开办法》,建立了政务公开等一系列制度。二是以“请农民兄弟姐妹评计生”和

酒店乡

开展“好婆婆”“好媳妇”评选活动

本报讯(吴向东 张建华)近日,新县酒店乡人口文化大院锣鼓喧天、欢歌笑语,“好婆婆”、“好媳妇”评选活动在这里举行。经村民小组层层推荐评出的五位“好婆婆”、五位“好媳妇”牵手上台领奖,共叙幸福和睦的家庭生活。

信阳工业城城东办事处

提前兑现2010年度独生子女父母奖励费

本报讯(彭道银 邹鼎亮)日前,信阳工业城城东办事处提前兑现2010年度独生子女父母奖励费,累计发放奖励资金23万元。

该办事处一是严格政策界限,确保资格确认工作准确无误。通过张榜公布、社会监督等方式对辖区

金牛山办事处妇女干部计生业务培训会



浉河区金牛山办事处邀请区人口计生委王刚老师对148名计生干部开展计生法律法规、业务知识、优生优育和生殖保健知识集中培训,收到了良好效果。图为授课现场。房亮 刘洋 摄

奉献,为患者点燃新的希望

——信阳职业技术学院附属医院透析室护士小记

□邓冬梅 朱晓红

当你还在睡梦中时,她们就已经走在上班的路上;当你上班时,她们已经为病人做好了治疗服务,直到太阳下山甚至深夜,她们才结束一天的工作,带着疲惫的身躯走在回家的路上……这就是信阳职业技术学院附属医院透析室的一群普通护士,她们用一流的技术,一流的服务和救死扶伤的高度责任感,为患者点燃了新的希望。

护士长孙莉作为市十大优秀护士,她坚持每天早上上班、晚下班,有时一天要连续工作十几个小时,几乎没有休过一个节假日,但她从没有叫一声苦、喊一声累,也从不计较个人得失。她的脸上总是带着灿烂的笑容,病人亲切地称她为“爱心天使”。她常说:“作为一名医务人员,我要尽我所能,为患者点燃新的希望,让他们的亲属心里少一点遗憾。”

2009年8月12日是患者易先

生难以忘怀的一天。当天,他刚做完透析,透析室的医护人员就围在他的床旁,还没等他明白是怎么回事,床边小桌上就摆上了一个大蛋糕。大家亲切地对他说道:“今天我们大家一起来给你过生日。”那支支燃烧的生日蜡烛,如同一团团生命之火为患者照亮了生命的航程。几年来,已经有几十位患者在透析室度过了一个个难忘的生日。

肾衰患者由于长期透析,大多数病人都有会出现严重的肌肉痉挛,有些患者甚至痛得直哭。这时护士们就会用双手抱住患者的脚,用力向前顶,同时按摩腿部使肌肉伸直,患者的状况缓解了,但他们却累得全身是汗,胳膊疼得都不能动了。

来这里的每一位患者,不仅身心承受着痛苦,巨大的经济压力也常使他们喘不过气来。透析

室的每一位医护人员总是尽自己微薄之力向他们伸出友爱之手,哪怕只是一点经济上的援助,一点精神上的慰藉。有时病人手里没有多余的钱开药和治疗,她们就先为病人借药,有时甚至拿自己的钱先垫上。护士长孙莉帮病人垫过很多次钱,她总是说:“病人很痛苦,我们能帮助的就多帮帮他们!”

患者情绪不稳定的时候,她们就像亲人一样安慰、鼓励她们安心治疗。护士吴德雪用一句朴实的话语道出了透析室全体医务人员的心声:“患了肾衰病是很痛苦的,我们能做的就是提供安全优质的医疗服务,让他们在透析时感到安全、放心,为他们送上温暖。他们不仅是病人,也是我们的朋友!”

接受血液净化治疗的患者是一群特殊的病人,他们大多数



今年护士节当天,信阳职业技术学院附属医院透析室的护士们收到了患者施先生赠送的鲜花和蛋糕。患者向护士们表示祝贺,感谢医护人员对病人的优质服务。邓冬梅 朱晓红 摄

市第四人民医院

加强医院内涵建设 提高医疗服务质量

本报讯(程生雪)为满足人民群众日益增长的医疗服务需要,市第四人民医院多措并举,加强医院内涵建设,促进了医疗服务质量的全面提高。

健全规章制度,严格诊疗规程。该院继续深入开展“医疗质量安全年”活动,加强病历管理,规范医疗文书,加强对全院医疗质量的指导、检查、监督和考核,严格执行各项诊疗技术操作规程和医疗护理制度。

规范医疗措施,保证医疗安全。该院制订了重大医疗过失与医疗事故防范预案和处理程序,建立医疗纠纷处理制度和医疗缺陷管理制度,完善医疗安全防务机制,落实医疗不良事件预警制、医疗安全责任制和责任追究制,力争零差错、零事故。

创新护理模式,推进护理工作。该院加强基础护理,创新护理模式,开展“护理服务示范病房”活动,规范护理操作用语、告知程序和沟通技巧,加强技术考核力度。

坚持科教兴医,夯实人才基础。该院狠抓人才培养,通过“请进来、送出去、严考核、重奖励”等措施,拓宽人才的培训渠道,有计划地选派中、青年医师外出进修深造,重点培养一批学科带头人。组织院内培训或讲课,开展

“技术练兵月”活动,不断提高专业技术人员水平。加强疾病防控,提高应急能力。该院进一步做好以手足口病、甲型H1N1流感等传染病为重点的疾病防控工作,落实各项防控措施,加大医务人员培训力度,加强应急物资储备,坚持疫情网络直报制度。同时,建立健全医疗急救管理规章制度,加强急救和应急队伍建设。

健全药事制度,强化药事管理。该院严格执行卫生部《医疗机构药事管理暂行规定》和《处方管理办法》,全面推行药品通用名制度,执行药品用量、价格双排序制度,减除谈话费用、单处方限价制度,规范医务人员的开方用药。

加强监督管理,拓展信息渠道。该院认真收集患者和社会各界人士对医疗服务质量的建设性意见,及时整改存在的问题。医护质量监督考核组实时对全院科室医疗护理质量、医德医风等工作全程监控。医德医风考核组深入科室对住院患者进行满意度调查,随时掌握患者对医院医疗、护理工作的满意度。科室每月、医院每季度邀请住院患者或家属召开座谈会,征求对医院医疗服务质量的意见和建议。

□流年

高考饮食三注意

考生情绪、帮助入睡;且蔬果除了含上述营养素外,多吃蔬果亦能多摄入果胶及粗纤维,对于久坐书桌前活动量减少,使肠道蠕动减慢,有便秘困扰的考生们,可帮助解便。

2.注意食品安全,摄取新鲜的食物。高考多在夏日,天气炎

热温度高升,若食物保存不当,易造成致病微生物生长,大肠杆菌、沙门氏菌、肠炎弧菌,常会因手部及食材清洗不净、冷藏温度不足、生熟食交叉污染等问题,以倍数生长方式繁殖;若考生不小心吃下腐败的食物,会造成不同程度的呕吐、腹泻等肠胃炎症

状。故注意食物保存期限并彻底煮熟,虽是老生常谈,但也是考生最容易忽略的细节,注意食物新鲜度,才可避免因肠胃炎而不能发挥实力的遗憾。

3.三餐定时定量。少吃甜食食物,可使血糖值稳定,避免血糖忽高忽低,影响记忆力,并维持生活规律保持好心情,对解不开的题目,不过分关注、焦虑,如此才可以把能力完全反映在试卷上。

远离烟草 珍惜生命

信阳市健康教育所

7.吸烟者受孕机会下降,同时会延迟胎儿在子宫内生长,使胎儿平均重量少170克,出生后幼儿成长及智力发展均会受到影响。

8.吸烟会干扰胃黏膜修护,故吸烟者其胃及十二指肠溃疡机会均较不吸烟者高。

9.恶性肿瘤:吸烟容易罹患肺癌、口腔癌、喉癌、泌尿器官癌等。

10.皮肤变黄:吸烟不仅可以使面部皮肤产生皱纹和变黄,而且也可以对全身的皮肤产生同样的后果。

降低50%。(2)吸烟者患肺癌的相对危险度是不吸烟者的10倍至15倍。而一个吸烟者戒烟10年后,他患肺癌的危险性将比继续吸烟者降低30%至50%。

(3)戒烟还会降低吸烟者患喉癌、口腔癌、食道癌、胰腺癌、膀胱癌和其他多种癌症发病的危险。

(4)吸烟者死于冠心病的危险是从不吸烟者的2倍。而吸烟者戒烟一年后,这种危险就会降低50%。坚持戒烟15年后,这种危险度就会接近于从不吸烟者的水平。

(5)与从不吸烟者相比,吸烟者死于中风的相对危险性要高1倍。有些吸烟者在戒烟后5年内就可把这种危险降低到从不吸烟者的水平,而有些人却需要坚持15年才能收到这个效果。

(6)吸烟是引起肺部疾病的主要原因。一个人戒烟后,可以降低患感冒、肺炎

和支气管炎的危险性,并随着年龄增长而发生的肺功能下降的速度将接近于从不吸烟者的水平。

(7)戒烟后你不会因吸烟引起家庭矛盾,戒烟后10年内可以节约一大笔钱。你不会因在公共场所吸烟而被罚款。

(8)孕妇吸烟使胎儿和婴儿死亡率比正常不吸烟者高25%至50%。婴儿出生体重平均低于正常值200克。若在怀孕前4个月开始戒烟,这些不良影响通常都可以改变。

(9)戒烟后将更集中精力学习和工作,使你面容显得滋润和富有光泽,使你的嗅觉、味觉更灵敏,吃东西更有味道。

(10)戒烟后再也不会走到哪儿都带着一股烟味,也不会再让家人、朋友、同事吸“二手烟”,与吸烟者相比,你将显得更加高雅、更潇洒、更有风度。

专家忠告:吸烟对人类真是“百害无一益”,不管本人或吸二手烟者,均会造成莫大的身体伤害,奉劝吸烟者,为自己和别人的健康着想,请即戒烟吧。

健康知识

对我市进行考核评估

省实现消除碘缺乏病目标达标县省级考评组

本报讯(杨景)5月27日至29日,根据《河南省地方病防治领导小组关于对各省市申报实现消除碘缺乏病目标达标县开展省级考评工作的通知》安排,由省地方病防治领导小组、省盐业局盐政处处长刘建国任组长的省级专家考评组,对我市进行现场考核评估。

省考评组首先听取了市消除碘缺乏病县级达标评估工作汇报。市卫生局正处级调研员沈大勇代表市卫生系统从基本情况、市级考核评估情况、考核评估结果、存在问题及下一步打算等四个方面详细汇报了市开展实现消除碘缺乏病目标达标县工作情况,市盐业局局长助理冯新建汇报了市盐业局在开展实现消除碘缺乏病目标达标县中碘盐管理工作,市教育局就在学校开展健康教育作了汇报。

省考评组随机抽取罗山县进行现场考评。省考评组仔细查阅了罗山县的相关资料,按照要求现场评分。并抽取了青山、高店、灵山、子路、山店等五个乡(镇)进行现场考核,每个乡(镇)随机抽取五年级一个班对30名学生进行健康教育问卷调查;随机抽取一个班20名8岁至10岁的男女学生各半进行尿样采集;并随机抽取居民盐样20份。样品和问卷由省考评组带回省里进行监测和评定。

双喜临门

获省风行建设先进单位称号、院长汪心同获省卫生系统先进个人称号

本报讯(李宇军)近日,市第一人民医院再获殊荣:在全省民主评议政风行风工作总结表彰大会上,该院被省纠正行业不正之风领导小组授予“2009年度医院行风建设先进单位”称号。省卫生厅、省中医管理局联合下发文件,对全省卫生系统81个先进集体和201个先进个人给予表彰。该院长汪心同荣获“全省卫生系统先进个人”称号。

市中心血站

获市科学技术进步奖

本报讯(石磊)为了表彰在推动科学技术进步工作中作出重大贡献的单位和科技人员,近日,市人民政府颁发市科学技术进步奖,市中心血站的《信阳地区无偿献血人群ABO及RH血型分布调查》一文获得市科学技术进步奖二等奖。

近年来,该站积极探索,不断创新统计理论和方法,技术,研究新情况,解决新问题,为采、供血安全提供有力的科研支撑,提高了血站的整体水平。

吸烟的危害

吸烟的危害,尽人皆知。世界每年因吸烟死亡有250万人之多,研究显示,吸烟者死亡率比非吸烟者多70%,特别是对于青少年族群有更明显差别。

吸烟对各种疾病的影响:1.冠状动脉疾病:全世界每年约有上百万人因吸烟死于冠状动脉心脏病,而吸烟者引起冠状动脉心脏病者不为吸烟者的8倍左右。

2.脑血管疾病:吸烟也是引起中风的重要因素之一。

3.粥状动脉硬化疾病:吸烟者其末梢血液循环不良情形及恶化程度均明显比不吸烟者快。

4.高血压:吸烟虽不是直接引起高血压的因素,但却会使高血压恶化而直接引起死亡。同时吸烟也会干扰抗高血压药物疗效,使高血压无法得到有效控制。

5.糖尿病:吸烟会使血糖上升,同时干扰胰岛素的吸收,对于糖尿病控制有不利影响。

6.慢性肺疾病:长期吸烟造成慢性肺疾病,最后形成慢性心肺衰竭。