

# 主动融入 突出实效 学以致用

## 市卫生局机关和市直医疗卫生单位紧密结合实际贯彻落实省九次党代会精神

本报讯(王戈)连日来,市卫生局机关和市直医疗卫生单位的干部职工积极行动,把学习和贯彻落实省九次党代会精神,作为当前和今后一个时期的重要任务,把思想和行动统一到市委、市政府对落实会议精神的要求上来,保证学习时间,确保学习效果。各单位领导干部提高认识,主动融入,带头学习,把握核心,全面理解,系统领会,主动将学习体会融入到日常工作中;将省九次党代会精神和市委、市政府的要求,融入到以深化医药卫生体制改革为重点的

各项卫生工作中,推动卫生事业又好又快发展。  
省九次党代会对卫生事业发展明确了新目标、新要求:卫生部门始终把为群众提供方便、快捷、有效的医疗服务作为工作的重中之重,注重学习的实际效果,真正为群众解决一些实际问题,做到学以致用。为此,市卫生局党组书记、局长曹君提出,当前尤其要做好以下几项工作。  
一是强力推进医改工作。不断完善新农合制度,实施好基本药物制度,减轻群众

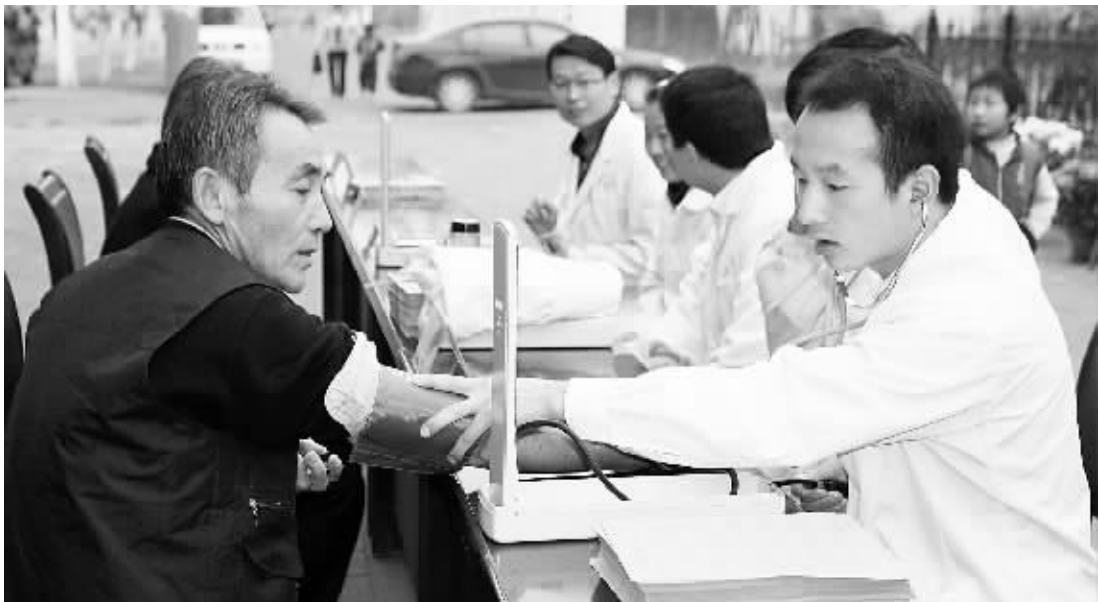
个人支付医药费用负担;落实公共卫生服务经费,为群众提供更多更好的基本公共卫生服务。  
二是继续加强公共卫生服务体系建设。加大争取项目和资金的力度,进一步推动市中医院、各县级医院、中心卫生院等项目的建设,强化人员的业务培训,努力改善医疗机构的服务条件,提高服务质量和水平。  
三是扎实做好秋冬季传染病的防控工作。高度重视各类传染病的防控救治,切实

加强疫情监测,主动开展搜索,进一步健全与教育等部门的联防联控机制,加大传染病防治知识的宣传力度,开展传染病防控的督导检查,落实各项防控措施,确保我市不发生重大传染病的暴发和流行。  
四是持续抓好行风建设。进一步规范各级各类医疗机构合理检查、合理用药、合理收费,全力纠正行业不正之风。实施医疗机构“十大指标”监管,推进医院管理创新,优化服务流程,落实便民措施,为群众提供安全、有效、方便、价廉的医疗卫生服务。  
五是全面做好其他各项工作。年终将近,全市卫生系统各单位要对今年的工作进行认真梳理,采取更有力的工作措施,确保今年各项工作任务顺利完成。同时要提前做好明年及今后一个时期卫生工作的谋划和安排,为推动卫生事业的持续快速发展、服务全市经济社会发展的大局作出新的更大的贡献。

# 息县卫生局 加强卫生管理工作 切实提高服务水平

本报讯(记者 唐耀兵 通讯员 薛运华)今年以来,息县卫生局重点加强七项卫生管理工作,切实提高了卫生服务水平。  
该局一是加强规范管理。制订医疗服务纲要,开展临床路径试点工作,加强对医疗检查和用药的监测管理,规范诊疗用药行为。  
二是加强精细管理。建立健全各项规章制度,坚持专业化管理的理念和思维,变粗放型、低成本经营为精细化、高效益型经营,转变医院发展模式。  
三是加强质量管理。建立和完善医院管理的责任追究制度,增强了医护人员的质量意识,促进了医疗机构综合管理水平提高。  
四是加强财务管理。加强了会计工作站的人员力量,加大各医疗机构收支情况的监管力度。强化内审力度,建立会计

工作站每月审核制、固定资金审批制、内部审计制、项目资金监管制,杜绝跑冒滴漏和一切违法违纪行为的发生,确保项目资金安全有效运行。  
五是加强绩效管理。严格执行绩效考核办法及绩效工作分配方案,根据不同岗位制订不同考核标准,考核结果作为发放工资、评优评先的依据。  
六是加强文化管理。将“以人为本”的服务理念落实到医疗服务的各个环节,制订《医务人员行为准则》,印制的《构建和谐医患关系手册》、《河南省便民惠民医疗服务40条》达到人手一册。  
七是加强质量管理。规范了用药和医疗行为。开展了礼仪培训、志愿者服务、感动服务、道歉服务活动,建立了首诊负责制、首席质量负责制、医患纠纷责任追究制等一系列构建和谐医患关系的制度,效果显著。



为贯彻落实党的十七届六中全会和省九次党代会精神,连日来,淮滨县人民医院青年志愿者服务队进社区、进乡村、进家庭,深入基层,认真开展医疗服务“四进”活动,受到广泛好评。图为志愿者开展医疗服务时的情景。 本报记者 唐耀兵

# 市中心医院张郁秋 荣获“全国护理用品创新大赛”三等奖

本报讯(杨竞)日前,全国护理用品创新大赛在开封市隆重举行,市中心医院介入放疗科张郁秋同志申报的“约束性加压袋”荣获三等奖,获得科技部批准的“介入医疗器械创新奖”证书及奖金1万元,这也是信阳市唯一进入决赛并获奖的项目。  
此次参加“全国护理用品创新大赛”决赛的28项护理创新用品,是从各省、市1000多项参赛作品层层选拔出来的。

市中心医院共有16项作品参加信阳市初赛评审,每一个创新项目都思路新颖,创意独特,贴近临床。该院张郁秋申报的“约束性加压袋”在获得信阳市大赛一等奖之后,代表信阳参加省级比赛并进入全国决赛。经过赛前认真的准备,赛中严谨详实的产品介绍和真人演示,参赛项目“约束性加压袋”最终得到大赛评委的一致好评,荣获大赛三等奖。



近日,市第一人民医院暨市妇幼保健院携手郑州大学三附院暨河南省妇幼保健院的专家,在阳光宾馆举办了一期孕妈妈培训班,数十名准妈妈准爸爸参加了这次培训。培训班全面介绍了孕产保健知识以及宝宝营养健康常识。图为准妈妈们在培训班上学习为宝宝穿衣服的情景。 卢元芳 摄

# 如何办理用血费用报销手续

石磊

一、需要提供的证明材料  
1.献血者本人用血费用报销需提供:①献血证;②身份证;③出院证或诊断证明;④输血费用清单;⑤输血费用发票。  
2.家庭成员用血费用报销需提供:①献血证;②献血者和用血者身份证;③献血者与用血者关系证明(结婚证、户口本或派出所证明);④出院证或诊断证明;⑤输血费用清单;⑥输血费用发票。  
医疗单位出院证或诊断证明、献血证、身份证、户口本、结

婚证的原件和复印件同时提供,用血费用清单和用血费用发票用于医保报销,可以提供复印件。  
二、报销地点及时间  
18个县的用血费用报销手续,由市中心血站的工作人员定期到各县的人民医院血库办理。逢单月的15日到罗山,16日到息县,17日到淮滨县,18日到固始县。逢双月的15日到光山,16日到潢川县,17日到新县,18日到商城县。  
2.信阳市区的用血费用报销手续在市中心血站办理,正常上班时间随时随到。



在“三好一满意”活动中,信阳职业技术学院附属医院不断加强基础医疗质量管理,有效提高了医务人员的医疗风险意识和安全责任意识。因为医务科长李皓(左二)在病区指导临床医生按照《河南省病历书写基本规范实施细则》规范书写病历的情景。 邓冬梅 朱晓红 摄

# 常见病健康知识普及

吕维富 程宏明

如何摆脱失眠的痛苦  
失眠是很常见的症状,它可分为三种形式,即入睡困难、凌晨早醒和睡眠时间缩短。它会使人无精打采、无力、精神沮丧、工作效率低下、失去生活信心,个人甚至出现自杀倾向。但如何才能解除失眠的痛苦呢?  
1.正确认识失眠。部分患者的失眠经久难愈或加重,常由于他们对失眠感到过分紧张、恐惧。这种心理状态势必反过来加重失眠,形成恶性循环。首先我们应该认识到,睡眠不但是一种生理需要,也是一种生理的自然过程,是大脑的一种保护性反射。就是说当你的大脑疲劳到一定程度时,没有任何力量能阻挡你进入睡眠。国外的专家做过这样的试验,即不断地用推肩膀或其它的刺激来阻止被试验者入睡,世界上睡眠时间最长达114小时,但这位受试者最终在任何刺激下也站着睡着了。  
2.寻找病因,排除干扰。失眠是由于大脑皮层神经细胞的兴奋和抑制两个活动过程中的平衡发生了紊乱,睡眠的习惯规律被打乱所致。大多由于精神紧张、情绪不稳、药物(包括烟、酒、安眠药或糖等)影响,外界不良刺激、环境的变迁、不安全感以及某些慢性疾病等原因所致。治疗失眠首先应冷静分析,寻找原因进行有效的病因治疗,排除外来干扰,并提高改造和适应环境的能力。

度时,没有任何力量能阻挡你进入睡眠。国外的专家做过这样的试验,即不断地用推肩膀或其它的刺激来阻止被试验者入睡,世界上睡眠时间最长达114小时,但这位受试者最终在任何刺激下也站着睡着了。  
2.寻找病因,排除干扰。失眠是由于大脑皮层神经细胞的兴奋和抑制两个活动过程中的平衡发生了紊乱,睡眠的习惯规律被打乱所致。大多由于精神紧张、情绪不稳、药物(包括烟、酒、安眠药或糖等)影响,外界不良刺激、环境的变迁、不安全感以及某些慢性疾病等原因所致。治疗失眠首先应冷静分析,寻找原因进行有效的病因治疗,排除外来干扰,并提高改造和适应环境的能力。

3.创造良好的睡眠环境。卧室宜安静、舒适、幽暗、避风、通风良好、温度适宜及清洁卫生,且有绝对的安全感。  
4.注意调节情绪和培养良好的生活习惯。注意按时睡觉、工作和学习,逐步形成条件反射,养成有规律的作息时间。晚饭后不饮茶及兴奋性饮料,睡前半小时放下紧张的学习,避免做能带刺激性的事情,不看惊险小说、电视、电影。上床前用热水洗脚,上床后思想放松,不焦虑、不害怕、不担心。按摩睡眠穴(凤池与翳风之间),也有助于睡眠。  
5.合理使用安眠药。使用药物的目的是为了重建睡眠的正常节律,既不要害怕成瘾,也不应该完全依赖,应该在非药物无效的情况下,对顽固性失眠者

间断使用药物。使用时间宜短,剂量宜小不宜大,且两种药物交替或搭配使用。  
6.对入睡后易醒的患者,白天应不睡或少睡。可在阳光下适当地做些体力活动,这是因为在阳光下和白天劳动有助于校正“生物钟”。如果睡眠中途醒了,不要睁眼和说话,更不要起床,可轻轻地翻身再睡。亦可白天服小剂量的五味子糖浆、咖啡、绿茶等。  
7.适当地参加文娱活动,加强体育锻炼。体育锻炼可增加大脑的供血,调节紧张的神经,解除烦恼,保持乐观的情绪,增加体质对环境的适应能力。锻炼身体可以代替许多药物。对失眠者来讲,这一点尤为重要。



# 人口计生专栏

## 我市流动人口 计生服务管理“一盘棋”工作取得明显进展

本报讯(张永高 熊林高)为实现国家提出的流动人口计生服务管理“一盘棋”工作目标,今年以来,我市加大流动人口计生服务管理工作力度,选准突破口,从多个方面积极推进,流动人口计生服务管理“一盘棋”工作取得明显进展。  
一是企业和流动人口计生协会建设取得明显成效。目前,全市已在上海、杭州、深圳等地共建立流动人口计生协会653个,发展会员120152人;企业计生协会210个,

发展会员18025人。我市企业和流动人口计生协会建设受到省计生协会的充分肯定,今年5月份,全省企业和流动人口计生协会建设现场会在商城县召开,我市在会上作了经验介绍。  
二是坚持抓好“六个一”、“五关爱”,流动人口计生服务管理“一盘棋”工作格局正逐步形成。今年上半年,全国政协副主席陈宗兴来我市调研,对我市流动人口计生服务管理工作给予了高度评价。

## 固始县人口计生委 强力推进人口计生依法行政工作

本报讯(李法春)今年以来,固始县人口计生委把强力推进人口计生依法行政工作作为全面提升计生服务管理水平的关键环节来抓,有力促进了人口计生工作的和谐发展。  
固始县人口计生委一是在全县推广应用“计划生育行政执法管理系统”,同时,采取定期开展行政执法监督检查制度,推进办案质量,禁止网外办案,保证征收案件网上办理工作有序开展;二是进一步明确社会抚养费征收主体,对各乡镇实施计划生育征收和行政

处罚进行委托,签订委托书;三是制订了《关于城镇居民违法生育案件办理的补充规定》,对委机关各股室及二级单位的职责和工作运转程序予以明确;四是结合基层文明执法专项治理活动,县纪委、财政、审计、人口计生等部门,联合就社会抚养费的征收管理工作不定期进行专项检查;五是认真践行“四家工作法”,坚持以群众工作统揽计生信访工作,消化矛盾,解决问题。截至目前,信访总量较上年同期有明显下降,实现了全县计生信访秩序的持续好转。

## 息县人口计生委 采取多种形式开展生殖保健服务

本报讯(甄霞)今年以来,息县人口计生委以人为本,积极探索多种形式开展生殖保健服务。  
该县人口计生委一是定期聘请专家在文化广场开展大型生殖保健知识咨询活动。在关爱女性健康的同时,还关注青少年及男性生殖保健问题;二是抓住为育龄妇女面

面宣传生殖保健知识,提供计生咨询服务;三是充分利用悄悄话室,解答广大群众在生殖健康、优生优育等方面的“难言之隐”,为她们提供亲情化咨询服务;四是在人口学校开展计生有奖竞猜活动,整个活动集娱乐性、知识性、趣味性于一体,让群众在享受文化大餐的同时,获得计生方面的知识,受到群众的好评。

## 潢川县伞陂镇 进一步加大计生工作力度

本报讯(陈彦明)今年以来,潢川县伞陂镇进一步加大计生工作力度,多管齐下,齐抓共管,严格执法,使计生工作取得新成绩。  
拉网排查,遵法执纪。该镇定期召开各村党支部书记会议,汇总各村摸底情况。对违反计生法律法规的行为一经发现,立即登记台账并跟踪追查,对其依法征收社会抚养费,督促其完善相关手续。实行干部带头,对违反计生法律法规的镇、村干部从严查处。  
齐抓共管,协同推进。该镇充分发挥部门联动的作用,镇派出所

严把“户口”关,镇计生站严把“办证”关,村委会严把“证明”关,镇政府严把“盖章”关,形成全镇上下齐抓共管、齐心协力推进计生工作的良好态势。  
强化督导,确保实效。该镇要求包村的镇领导把所包村的计生工作督导作为一项中心工作,常抓不懈。定期对村“二室一校”的设施状况进行检查,督促村专干对计生流动人口台账等相关资料及时完善,对四项手术实施情况和社会抚养费征收情况进行督导,以确保计生整体工作上台阶、上水平。

## 商城县计生稽查大队 推进乡镇干部职工计生规范化管理

本报讯(熊伟 李文勇)今年以来,商城县计生稽查大队积极延伸服务触角,把乡镇干部职工计生规范化管理作为重点工作来抓,全面落实三项措施。  
该县计生稽查大队一是建立完善的台账资料和电子信息档案。按照“三对照”(对照乡镇干部职工名册、工资表、上级业务主管单位人事档案)和八类人员(离婚、未婚、丧偶、判刑、不孕症、子宫切除、女扎、男扎)标准,排查应纳入管理

人员。二是利用3月份、9月份生殖健康服务月的机会,集中服务,更新健康人员底数,及时完善新婚、新参加工作和工作调离人员的台账资料,重点监控长期外出和停薪留职人员的双向管理。三是强化康检责任。制订乡镇单位康检工作全程督导责任和相关的奖惩程序。  
目前,该县各单位纳入计生管理的已婚育龄妇女有4000余人,康检率达99.8%,初步实现各乡镇干部职工计生工作全覆盖。

## 信阳工业城城东办事处 扎实开展计生优质服务工作

本报讯(彭道银)日前,信阳工业城城东办事处针对农村育龄群众发放“便民服务联络卡”。做到群众有事随叫随到,使群众居住比较分散、距离计生办路途远、辖区企业务工人员的特点,开通了24小时全天候便民服务热线并实施“无休日”工作制,扎实开展计生优质服务工作,同时为

育龄群众发放“便民服务联络卡”。做到群众有事随叫随到,使群众居住比较分散、距离计生办路途远、辖区企业务工人员的特点,开通了24小时全天候便民服务热线并实施“无休日”工作制,扎实开展计生优质服务工作,同时为