

# 人口计生专栏

## 市人口计生委推行“逐级代办制”

本报讯(韩文斌 许云飞)近日,市人口计生委印发《关于在全市人口计生系统实行“逐级代办制”的意见》(以下简称《意见》),在全市人口计生系统推行计划生育便民服务“逐级代办制”,减少群众奔波之苦,切实解决群众“办证难”问题。

《意见》对代办范围、代办要求、代办时间等作了明确规定,将生育证、奖扶和四项手术证明等共计16种证明纳入代办范围。《意见》要求,各县区要遵循法治、自愿、无偿、高效的原则,规范代办程序,对群众申请办理的事项进行逐级代办;公开代办员的联系方式,做好宣传工作,加强对县、乡、村计生工作人员的业务培训,明确责任,奖优惩劣。市人口计生委将采取明察暗访等形式对各县区落实此项工作情况进行检查。

## 平桥区人口计生委情系留守儿童

本报讯(王志杰)连日来,平桥区人口计生委积极开展关爱留守儿童活动,让留守儿童度过一个平安、快乐、有意义的暑假。

该区人口计生委要求辖区各村(居)开放人口学校、图书室,为留守儿童提供读书和活动场所;邀请在职、退休教师,大学生村官指导留守儿童完成暑假作业,阅读儿童读物,组织开展丰富多彩的文体娱乐活动;细心照顾留守儿童的生活,开展以防溺水、防电、防火等为主要内容的安全教育。

## 罗山县全面落实计生惠民政策

本报讯(姚波)今年以来,罗山县抢抓机遇,将计划生育利益导向工作作为提升优质服务水平和群众满意度的一项重要内容,通过强化“四个保障”,全面落实各项计生惠民政策。

该县强化领导保障,成立计划生育利益导向工作领导小组,确保“四权分离”机制有效运行。强化宣传保障,利用广播电视、宣传册、宣传栏、标语牌和横幅等,广泛宣传各种奖励优惠政策、符合条件、奖励标准及申报程序等,使符合条件对象能够及时了解、及时申报、及时享受政策。强化政策保障,按照有关规定对申报对象严格把关,主动接受群众监督,确保不错报、不漏报。强化资金保障,严格按照要求,在每年年初将各种奖扶政策所需资金纳入县财政预算,及时拨付到位。

## 淮滨县开展计生“三评”活动

本报讯(朱青 马巨良)为切实加强政风行风建设,着力解决人口计生突出问题,树立人口计生工作者良好形象,近日,淮滨县开展“请党员干部评计生”、“下评上”和“请群众评计生”的“三评”活动。

为确保“三评”活动取得实效,该县制定下发了《“三评”活动实施方案》,明确评议的目的、范围、内容、时间及有关要求;召开“三评”工作培训会,组织全县计生干部认真学习省、市、县有关文件精神;对评议内容通过各种形式进行公开,公布政风行风投诉热线电话,设立意见箱,并聘请了18名政风行风监督员,接受社会监督,广纳群众意见;将“三评”活动开展情况纳入年终目标管理考核,对违反评议纪律并造成不良影响的予以扣分处理。

## 光山县开展秋季计生服务活动

本报讯(李祥意 卢慧 王明)为推进秋季生殖健康进家庭优质服务活动的深入开展,8月18日,光山县召开秋季生殖健康进家庭优质服务活动动员会议。

会议要求,提高认识,确保做到人口警钟常鸣、人口问题常议、人口发展常抓;明确任务,抓住工作重点,夯实基层基础,持续开展好生殖健康进家庭优质服务活动;落实责任,坚持党政“一把手”亲自抓、负总责,不断强化目标管理责任制,坚决落实“一票否决”制,确保计生工作责任到位、措施到位、投入到位、落实到位。

## 潘新镇“五送”计生服务进家庭

本报讯(陈志伟 姚波)今年以来,罗山县潘新镇建立健全长效工作机制,开展“五送”计生服务进家庭活动。

该镇送健康教育进家庭,向育龄群众广泛宣传优生、避孕、节育、生殖健康等知识,开设基层干部课堂、新婚课堂、丈夫课堂、避孕节育课堂等,进村入户为育龄群众提供面对面、一对一的个性指导和服务;送康检访视进家庭,为已婚育龄群众提供康检等服务,采集他们的婚姻、孕情、生育、节育信息,指导他们落实避孕节育措施;送健康关爱进家庭,为已婚育龄妇女提供咨询、优生优育指导和孕产期保健等服务;送节育关怀进家庭,对已婚育龄群众进行“知情教育、知情选择、免费服务、规范随访”的避孕节育全程服务;送维权服务进家庭,广泛宣传计划生育法律法规,全面落实计生优惠政策。

## 上石桥镇为群众提供计生代办服务

本报讯(李林)连日来,商城县上石桥镇认真落实有关要求,积极为群众提供计生代办服务。

该镇组织人员集中学习相关文件,修正计生服务大厅代办示意图,发放宣传手册,将新增代办服务项目发至各村委会,并在村级计生政务公开栏上进行公开;坚持依法办事、群众自愿、免费办理、当天办结的原则,认真落实“逐级代办制”,提升育龄群众的满意度。

# 全力做好防控工作 切实保障群众健康

## 平桥区多措并举抓好秋季传染病防控工作

本报讯(程磊)秋季是肠道、呼吸道等传染病的高发季节。为预防和控制秋季传染病的暴发和流行,切实保障人民群众身体健康,连日来,平桥区积极落实各项疾病预防控制措

施,扎实做好秋季传染病防控工作。加强疫情监测工作。该区按照《突发公共卫生事件与传染病疫情监测信息报告管理办法》的要求,扎实做好疫情的收集、核实、报告、追踪、

随访等工作,动态监控、随时掌握辖区内突发公共卫生事件和传染病疫情。

做好各项应急准备。该区积极开展健康宣传教育。该区结合开展相关业务培训和卫生应急演练,完善应急预案,储备应急所需的试剂、

消杀药品、防护用品,确保突发疫情时人员到位、反应迅速、处置有效。

开展健康宣传教育。该区结合开展国家卫生城市工作,充分利用广播、电视、报刊、宣传单、宣传栏等,广

泛宣传传染病防控知识,增强群众的防病意识;要求卫生部门加强与教育部门的沟通,密切配合,做好辖区各学校的健康教育工作,在师生中普及秋季传染病防控知识,引导他们养成良好的卫生习惯。

强化疫苗预防接种。该区采取有效措施,认真做好流感等相关疫苗的预防接种工作;通过加强宣传,正面引导,动员家长们按时带孩子到预防接种门诊接种疫苗;同时,进一步规范疫苗的供应渠道,保障疫苗接种安全有效。

# 展现良好风貌 提升服务水平

## 我市举办妇幼健康技能竞赛

本报讯(曾宪国 李太兰)近日,市卫生局、市人口计生委、市总工会联合举办妇幼健康技能竞赛。来自全市14个医疗保健机构的56名选手分别参加了“围产保健”、“儿童保健”、“妇女保健”、“计划生育技术服务”4个项目的市级竞赛。

经过1天的激烈角逐,市第一人民医院副主任医师张彦冬、市中心医院副主任医师徐海元、市第二人民医院副主任医师姜平平、罗山县计划生育服务站主治医师丰淑娅4人分别获得4个项目的第一名;市中心医院的刘中梅、潘伟等8人获得二等奖;新县苏河镇的裴慧娟等12人获得三等奖;息县孙庙乡的王建梅等32人获得优秀奖。平桥区、罗山县、光山县分别获得团体一、二、三等奖。

根据竞赛方案,此次竞赛的一、二、三等奖获得者将被市卫生局、市人口计生委、市总工会联合授予“全市妇幼健康服务技能标兵”称号。其中,个人成绩获得第一名并符合相关规定的4位选手,将作为候选人按照相关程序申报“信阳市五一劳动奖章”。

张彦冬、徐海元、姜平平、丰淑娅和平桥区妇幼保健院医师苏娜、新县苏河镇卫生院医师裴慧娟、淮滨县妇幼保健院主治医师石昌侠、平桥区龙井乡计划生育服务中心主治医师张玲莉8人将代表我市参加全省竞赛。

此次竞赛的成功举办,极大地激发了我市广大妇幼健康服务工作人员钻研业务的热情,充分展现了他们勤奋学习、精通业务、爱岗敬业、积极向上的精神风貌,对提升全市妇幼健康服务水平具有积极的促进作用。

## 健康快讯

### 我市举办第二届疾控岗位练兵活动

本报讯(李磊)近日,我市举办第二届疾病预防控制中心岗位练兵和大比武活动,进一步推进“我的中国梦”主题教育实践活动和“河南共青团青春点亮行动”的深入开展,提高全市疾控人员的专业技能和综合素质,增强疾病预防控制中心工作能力,展示疾控系统良好的精神风貌。

### 济南军区医院情系老区献爱心

本报讯(吕继富 高代清 马珂)8月份以来,解放军第91中心医院等济南军区8家医院积极开展支援大别山区“送医工程”活动,派出8个医疗队,近百名专家分别到我市23个乡镇卫生院,为群众义诊,免费发放药品,宣传健康知识,培训医务人员,并在各乡镇卫生院设立专家门诊,为病人会诊,指导开展手术。目前,济南军区医院派出的医疗队在市共义诊群众6438人次,举办学术讲座10场,培训乡村两级医务人员540名。我市还从23家被帮扶的乡镇卫生院选出50名医生到这8家医院进行为期1年的免费培训。

### 淮滨县农合办努力提高办事效率

本报讯(王彦站)今年以来,淮滨县农合办努力提高办事效率,坚决治理工作人员慵懒、散漫等现象,解决门难进、脸难看、话难听、事难办等问题。

该县农合办实行“一站式”服务,变被动为主动,做到小额补偿立即办、大额补偿限期办、报销手续简化办、特困患者优先办。简化转诊手续,县内转诊患者持县医院转诊单到县农合办即可办理转诊手续;外出农民工患者可直接就地治疗,只需通过电话向县农合办备案且出院前补办手续,即可报销治病费用。提高支付效率,1万元以下的小额报销,由派驻的银行工作人员进行现金即时支付;大额报销要求在15日内完成结账,电子转账到住院患者银行账户,无需群众跑第二趟。

### 市中医院开办减少医疗纠纷法律知识讲座

本报讯(张军)日前,市中医院开办“认真学习法律法规,减少医疗纠纷”法律知识讲座,特邀市医监办主任沈伟担任主讲,为该院150余名医护人员进行培训。

培训中,沈伟介绍了医疗纠纷产生的原因,指出只有不断提高医疗质量,改善医德医风,才是防范医疗纠纷的根本。同时,他详细讲解了《医疗事故处理条例》和《侵权责任法》中有关医疗损害责任的内容。

## 视觉新闻



赵立霞,信阳职业技术学院附属医院妇产科主任、主任医师,坚守妇产科临床教学一线30余年,熟练掌握妇科各种腹腔镜及宫腔镜手术,尤其擅长宫颈锥切、卵巢囊肿、子宫肌瘤等疑难复杂病例的手术治疗;带领团队积极发展新技术新项目,填补了医院多项技术空白;先后在国家级医学期刊上发表论文30余篇,编著4部,主持研究课题2项,获市科学技术进步奖二等奖。图为赵立霞(中)正在工作。  
邓冬梅 朱晓红 摄



宽敞明亮的候诊大厅,温馨舒适的就医环境,优质贴心的医疗服务……近年来,商城县汪岗乡卫生院从患者的利益出发,从改善医疗环境入手,斥资131万元新建了门诊大楼,同时完善科室设置,引进先进诊疗设备,切实提高整体服务水平,获得群众的一致好评。图为患者在舒适整洁的诊室里就诊。  
本报记者 殷英 摄

## 献血无损健康,只需一点勇气

从血量上看:正常成人总血量约占体重的8%左右,大约4000毫升-5000毫升,献血一次200毫升-400毫升不足全部血量的10%。

科学测定,健康人一次失血10%以下极少引起症状。无数献血者实践证明,健康人适量献血不会影响健康。

从血循环上看:人体约有20%的血液存于肝、脾等器官内,偶有失血,这些储存的血液,会迅速补充血容量,在短时间内恢复正常,不会影响正常的血循环和血压。

从新陈代谢上看:同任何生物一样,人的血液是不断新陈代谢的。一般每4个月红细胞要更新一次,献血会刺激造血功能,促进新陈代谢。增加新生细胞,有利于身体健康。  
(石磊)



## 消炎利胆片首选“薄膜衣片”

消炎利胆片是人们日常生活中的常备药,它的功效主要是清热、祛湿、利胆,用于肝胆湿热引起的口苦、肋痛、急性慢性胆囊炎、胆管炎。然而就是这样一个常备药,居然多数厂家还在用像“糖衣片”这样相对落后的剂型。

国内最大的消炎利胆片生产厂商,广州白云山和黄中药的张总工程师说,国内大多数厂家生产的消炎利胆片之

所以仍然选择“糖衣片”,就是因“糖衣片”生产成本低、对生产技术要求低、产品更新换代费用高这“两低一高”造成的。张总工介绍,广州白云山和黄中药早已将消炎利胆片的剂型由“糖衣片”升级换代为“薄膜衣片”,原因就在于跟“糖衣片”相比,“薄膜衣片”大大提高了药物的溶出度、生物利用度、药物保存的有效期,同时也更利于糖尿病等

忌糖病人服用。  
广州白云山和黄中药有限公司生产的白云山消炎利胆片,20多年来产销量一直稳居同类品种榜首,被医药界推崇为目前治疗急性、慢性胆囊炎、胆道炎的首选药物,并列入国家基本药物目录。另外,该公司连续8年投入大量人力、物力在全国范围内开展家庭过期药品回收更换活动,为帮助消费者提高安全用药意识而不断努力。(咨询白云山消炎利胆片更多疗效及免费更换药品,请拨打免费热线8008302398)  
(青华)

# 创建国家卫生城市 提高市民生活质量

□李守军

### 一、足量饮水,合理选择饮料

水是膳食的重要组成部分,是一切生命必需的物质,在生命活动中发挥着重要功能。在温和气候条件下,轻体力劳动的成年人每日最少饮水1200ml。  
饮水不足或过多都会对人体健康带来危害。  
健康行为:  
(1)在周围环境温度大约为温和气候条件下,一般成年人每天应喝够1200毫升水(约6杯)。  
(2)饮水应少量多次,每次1杯,

在半小时内喝完,勿急饮。  
(3)养成主动喝水的习惯,不要感到口渴时再喝。  
(4)饮水最好选择白开水,少喝含糖饮料。  
(5)在晨起空腹、睡前2小时可喝一杯温开水。  
(6)热天户外活动和运动后,及时补充足量的饮水,注意补充淡盐水,或适量饮用含矿物质和维生素的

运动型饮料。  
(7)不宜喝生水 and 反复加热的水。  
(8)可以适量饮茶,对人体健康有益。但不易长期大量饮用浓茶,一般空腹和睡前也不应饮浓茶。  
(9)饮用饮料后应用清水漱口,避免高糖和高酸度饮料对牙齿的损害。  
二、高血压患者应坚持家庭自测血压  
自测血压可以提供特殊时间的

血压水平和变化规律,有助于了解血压波动情况。  
健康行为:  
(1)尽量选择经过专业认证合格的便于操作的全自动电子血压计。  
(2)测量前休息5分钟,避免情绪激动、劳累、吸烟、喝茶、饮酒、喝咖啡等。  
(3)测量时采取平卧位或坐位,上肢、心脏和血压计保持同一水平。  
(4)每次测量两遍,取平均值。

温馨提示:创建国家卫生城市健康教育宣传资料请在信阳市卫生局网站健康教育栏目中下载。



## 健康生活方式