

人口计生专栏

市计生委获“完成责任目标优秀单位”称号

本报讯(熊林高 王奎)日前,市人口计生委被市人民政府授予2013年度完成责任目标优秀单位和目标管理工作先进单位称号。至此,该委已连续4年荣获此称号。

2013年,全市人口计生各项工作取得了新的进展。一是省下达的各项工作目标全部完成。二是创“国优”、“省优”工作取得新进展,商城县被评为全国计划生育优质服务县。目前,我市已有5个“国优”县区、4个“省优”县。三是多项工作受到上级充分肯定。市人口计生委荣获省政府风行风建设、平安建设、网站建设、依法行政先进单位等荣誉称号19项,其中省级8项,市级11项;有14人关于人口计生工作的文章,13人的书法、摄影、美术作品获得国家、省人口计生委一二等奖;共13人被评省、市先进工作者。各县区人口计生委共获得市级以上各类创先争优荣誉称号176项。

泌河区推进3G人口信息平台应用

本报讯(李 斌 周永军)为进一步加强人口计生服务管理工作,连日来,泌河区人口计生委全力推进3G人口信息平台在全区的应用。据了解,该平台以智能手机为载体,通过3G网络将工作人员采集的各种人口信息与河南省人口计生信息管理系统(MIS)数据对接,使人口数据能够及时、准确采集、上报,确保人口信息采集“零误差”、信息共享“零时差”、便民服务“零距离”。

商城县帮计生困难家庭子女圆上学梦

本报讯(雷 刚)近日,商城县举行2014年度计划生育“幸福圆梦”行动助学金发放仪式,现场为60名高中生、27名大学生发放助学金19.5万元。

为帮助计划生育困难家庭子女完成学业,该县建立了计划生育“幸福圆梦”行动资金管理专项账户,专款专用;要求计生部门工作人员当好“第一知情人”、“第一帮扶人”,积极畅通资助渠道,确保每一位计划生育困难家庭学生都能够及早受助。2009年以来,该县共资助计划生育家庭高中生503名、大学生327名,发放助学金131万元。

罗山县扎实推进秋季计生集中服务活动

本报讯(肖光富)日前,罗山县采取措施,扎实推进秋季计生集中服务活动。会议要求,全县上下要统一思想,扎实工作,集中精力,加大力度,做到时间与任务同步,力争在农村秋收大忙之前完成既定工作任务;要加强督查,定期通报,督促后进,确保活动取得实效。

徐集乡切实做好计划生育工作

本报讯(丁昌铭)今年以来,固始县徐集乡切实做好计划生育工作,着力为全乡17村、1个居委会的3000多名已婚育龄妇女提供避孕节育全程服务、生殖系统感染干预服务、出生缺陷干预服务,受到群众欢迎。该乡还采取发放宣传资料、展示图片、提供咨询指导等方式,开展计划生育宣传服务活动20多次,广泛宣传计划生育政策和生殖保健、优生优育、避孕节育知识。

朱堂乡掀起秋季计生服务活动高潮

本报讯(孙晓雷 吕浩)连日来,罗山县朱堂乡积极行动,迅速掀起秋季计划生育优质服务活动高潮。

该乡制定详细活动实施方案、奖惩措施和考评细则,实行乡、村两级分包工作责任制和责任追究制,狠抓责任落实,确保奖惩到位;大力开展优生优育、生殖健康知识宣传教育活动,提高育龄群众的自我保健意识和能力;推行避孕节育新方法,扩大药具发放点,提高育龄群众参与知情避孕节育的积极性、主动性。

董家河镇秋季生殖健康进家庭活动重实效

本报讯(李虎 张伟)为确保秋季生殖健康进家庭活动取得实效,连日来,泌河区董家河镇广泛宣传计划生育法律法规、生殖健康、优生优育、艾滋病防治等知识,认真落实便民利民服务措施,做好人口摸底排查工作,严格实行通报制度,制定奖惩措施,扎实推进活动开展。

河凤桥乡开展计生“幸福圆梦”助学活动

本报讯(夏润熙)今年以来,商城县河凤桥乡及早谋划,精心组织,扎实开展计生“幸福圆梦”助学活动。

该乡认真安排,广泛宣传“幸福圆梦”活动的资助条件、标准,摸清申报资助对象的身份信息、就读情况、报考院校及专业情况,对符合助学条件的2名学子各资助资金5000元。

期思镇扎实推进秋季计生集中服务活动

本报讯(任 伟)连日来,淮滨县期思镇积极谋划,采取有力措施,扎实推进秋季计生集中服务活动。

该镇对计划生育秋季集中活动进行周密安排,制定详细实施方案、奖惩措施和考评细则;采取包片责任制,明确规定镇党政班子成员是计划生育工作的主要负责人,驻村干部、村支书、村主任是第一责任人,层层签订责任书,严格奖惩;做好宣传发动,营造良好氛围;抓好人口信息核查、长效节育措施落实、已婚育龄妇女单月健康检查、社会抚养费征收、流动人口管理等重点工作的落实。

加强麻疹防控 保护儿童健康

我市召开重点县区麻疹防控座谈会

本报讯(李宇军)为进一步加强麻疹防控,保护儿童健康,近日,市疾控中心召开重点县区麻疹防控座谈会。市疾控中心副主任孟凡俊、副主任张士强,光山县和潢川县疾控中心主任及免疫规划科科长参加座谈会。

会议通报了当前全市麻疹疫情,对光山县、潢川县今年麻疹发病率较高的情况进行了深入剖析,并指出了存在的主要问题。一是经过麻疹查漏补种,光山县和潢川县麻疹发病病例不仅没有下降,反而明显上升,表明

这两个县区麻疹查漏补种工作不彻底;二是两县上半年发生的麻疹确诊病例多数由县外的医疗机构报告,本县区报告数为零,提示两县监测系统不敏感;三是两县8月龄至14岁儿童的确诊病例中,麻疹疫苗免疫史为零

或不足,表明基础免疫工作不扎实;四是儿童预防接种信息系统中光山县和潢川县的麻疹疫苗接种率均较低,说明麻疹高发的主要原因是常规免疫工作没做好;五是两县部分麻疹发病儿童未纳入儿童预防接种信息

系统管理,说明底子不清,没纳入管理范围的儿童依然存在。

会议要求,各县区特别是光山县和潢川县疾控中心要切实抓好常规免疫工作,提高疫苗接种率;建立健全预防接种预警机制,通过预警分析及时发现接种率较低的地区及出现问题的环节,切实采取查漏补种等措施,高水平、高质量做好预防接种工作;摸清适龄儿童底数,确保适龄儿童均纳入管理范围;加强预防接种门诊规范化建设,狠抓对接种单位的管理,提高免疫规划服务质量;及时解决麻疹防控工作中存在的问题,查漏补缺。

市第五人民医院开展庆中秋系列活动

本报讯(郑登科)连日来,市第五人民医院组织广大干部职工开展庆中秋系列活动,丰富他们的业余文化生活。

该院以“感恩、团圆、欢度中秋”为主题,组织青年干部职工开展中秋签名寄语活动,积极弘扬中华民族优秀传统文化和共产党好、社会主义好、改革开放好、伟大祖国好、各族人民好的时代主

旋律,营造文明、和谐的节日氛围;结合创卫工作,组织白衣使者志愿服务开展环境卫生大清扫活动,清除卫生死角,为群众创造优美、洁净就医环境;结合“三好一满意”活动,为住院患者送去节日祝福,不断提高工作效率和质量,提高群众满意率,进一步改善医患关系,展现新时期医护人员的良好形象。

视觉新闻



刘宪,信阳职业技术学院附属医院妇产科副主任医师,从事妇产科临床工作20余年,先后在武汉协和医学院、省人民医院进修学习,对妇产科常见病及疑难杂症、急危重症的诊疗有丰富的临床经验,多次在国家级、省级刊物上发表论文,其良好的医德医风、娴熟的操作技能得到广大患者好评。
邓冬梅 朱晓红 摄



日前,平桥区卫生局、区疾控中心、区妇幼保健院等单位组织干部职工参加应急无偿献血活动,共献血10800 CC。图为献血现场。
杨非 蔡丽娟 摄



近日,信阳不孕不育医院对全院医、护、技工作人员进行了徒手心肺复苏急救知识技能操作考核。该院院长那晓勇现场指导并讲解要点。图为考核现场。
本报记者 黄宁 摄

健康快讯

市红十字会负责人到联系点慰问教师

本报讯(记者 殷英)教师节期间,市红十字会常务副会长周大典、秘书长张孔华等一行,到联系点泌河区游河乡新区中心校慰问教师,为他们送去节日祝福,并勉励老师们能够扎根农村、恪尽职守、辛勤耕耘,不断提高教学质量,为促进农村教育事业发展发挥更大的作用。

光山县关注民营医院建设

本报讯(李 勇)日前,光山县县委书记文宗锋,县委常委、常务副县长刘敬州,副县长陈恺带领县卫生、县规划、县国土等部门的负责同志,深入该县糖尿病医院、眼科医院和妇女儿童医院等民营医院现场办公,解决民营医院建设中存在的问题,并要求相关职能部门对民营医院多给予政策指导,搞好服务。

市第一人民医院着力营造良好就医环境

本报讯(何 帅)近日,根据市文明办和市卫生局的统一安排,市第一人民医院认真开展环境卫生清扫、关心困难病人等一系列活动,着力为广大患者营造温馨、舒适、整洁的就医环境。

健康随笔

妈妈 请别喂我“汤泡饭”

殷英

有些孩子不喜欢吃干米饭,父母就想出了个办法,用鸡汤、鱼汤、排骨汤泡米饭,做成“汤泡饭”给孩子吃,认为这样吃营养健康好极了!殊不知,长此以往,反而会使宝宝营养不良,并养成不肯咀嚼的坏习惯。

许多研究表明,人在进食时,牙齿“粉碎机”和唾液能将食物进行初步分解和消化,便于下一步胃肠消化吸收。

而吃“汤泡饭”时,饭和汤水混在一起,食物在口腔内还未嚼烂,就顺着汤水滑到胃里了,影响孩子对食物的消化吸收,时间长了容易让孩子养成囫圇吞枣的不良饮食习惯,甚至引发胃肠道疾病。

另外,用汤泡过的饭,容量会增加,孩子吃了以后很容易感到胀饱,每餐相应的摄入量就会减少,这样会使孩子一直处于半饥饿状态,影响孩子生长发育。

俗话说,“汤泡饭,嚼不烂。”其实,“汤泡饭”并不如大家想象的那么容易消化,相反,长期吃还会导致消化机能减退,从而引发各种疾病。

因此,为了孩子的健康,妈妈们别再让孩子吃“汤泡饭”了,要把给宝宝吃的饭煮得软烂些,菜也要切成小丁,宝宝吃饭时不要着急和催促,让孩子养成细嚼慢咽的习惯。希望每个宝宝都能健康成长!

为什么经常献血可以降低血脂

有些人的血脂长期处于较高的水平,俗称“血稠”。“血稠”的结果就是脂肪一层层附着在人体的血管壁上,最后导致动脉硬化,血管弹性降低,形成心脑血管病。

而经常按定期限献血,减少了体内一部分粘稠的血液,再通过

正常的饮水,填充了血容量,使血液自然稀释,血脂就会随着下降,也就减轻了动脉硬化隐患。(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、急慢性胆囊炎、胆管炎。然而近日走访药店的过程中发现,就是这样一种常备药,居然多数厂家还在用“糖衣片”这样相对落后的剂型。

随后致电询问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。他说,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”,就是因为“糖衣片”生产成本低、对生产技术要求低、产品线更新换代费用高这“两低一高”造成

的。张总工程师介绍,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,同时也更有利于糖尿病患者等忌糖病人服用。

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产品榜首,

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

李宇军

一、糖尿病对健康危害严重,糖尿病的高危人群应定期检查血糖,尽早发现糖尿病

糖尿病是由于胰岛素分泌及(或)作用缺陷引起的以血糖升高为特征的代谢病,可分为1型、2型,其他特殊类型及妊娠糖尿病4种。长期血糖控制不佳的糖尿病患者,可伴发各种器官,尤其是眼、心、血管、肾、神经损害或器官功能不全或衰竭,导致残疾或者早亡,对健康危害严重。糖尿病患者可能出现的症状包括:口渴和口干、多饮、多尿、多食、体重下降(上述症状就是常说的“三多一少”)、疲倦和视力模糊。但有些2型糖尿病患者很少有症状或根本没有症状。糖尿

健康生活方式

病的诊断必须依靠血糖测定。符合以下任何一个条件的人,可以诊断为糖尿病:
有糖尿病症状者,同时任何时间血糖 $\geq 11.1\text{mmol/L}$ (200mg/dl),
空腹血糖(FPG) $\geq 7.0\text{mmol/L}$ (126mg/dl),
口服葡萄糖耐量试验(OGTT)2小时血糖水平 $\geq 11.1\text{mmol/L}$ (200mg/dl)。
健康行为:
(1)判断自己是否为糖尿病高危人群。根据自己的情况,请核对以下问题,并在自己存在项目前面的“□”

上打钩:
□年龄 ≥ 45 岁。
□曾被告知是空腹血糖受损(IFG)者和/或糖耐量低减者或糖耐量受损(IGT)。
□我的BMI值超过24。
□我的父母或兄弟姐妹有糖尿病。
□我在怀孕时有糖尿病,或至少生过一个出生体重4kg以上的婴儿。
□我的血压在140mmHg/90mmHg或更高,或曾被医生告知我有高血压,或我有心血管病。

□我的高密度脂蛋白胆固醇偏低,和/或我的甘油三酯偏高,曾被医生告知我有高甘油三酯血症。
□我一周运动不到3次。
如果在某个项目中打钩,说明患糖尿病的风险增加,是糖尿病的高危人群,应定期检查血糖水平,以尽早发现糖尿病。
二、吸烟有害健康。
烟草烟雾中含有7000多种化学物质和化合物,其中数百种有毒,至少70种致癌,如常说的:甲醛、氯乙烯、苯并芘、多环芳烃、亚硝基甲苯及

神等。吸烟者患各种癌症(尤其是肺癌)、心脏病、呼吸系统疾病、中风及其他致死性疾病的风险显著增高。我国每年死于吸烟相关疾病的人数超过120万,2005年中国人群的前8位死因中的6种与烟草使用有关。

健康行为:
(1)不吸烟;(2)不敬烟;(3)不送烟;(4)吸烟者尽早戒烟。

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

