

我市持续发展医疗卫生事业

为百姓健康撑起保护伞

本报讯(记者 方慧玲)医疗卫生事业发展关系着广大群众的切身利益,关系着千万家庭的健康幸福,也是构建社会主义和谐社会的重要内容。今年以来,我市持续大力发展医疗卫生事业,为百姓健康撑起了绿色安全的保护伞。

医改工作深入推进。新农合制度

不断巩固完善。目前,全市参合农民550.69万人,参合率99.5%,超额完成省定目标任务;基本药物制度有效实施,前8个月,全市乡村两级医疗机构零差率销售药品2.9亿多元,让利群众0.89亿元,全市基本药物配送率在98%以上。

卫生项目加快实施。2013年我

市争取中央补助基层医疗基建项目78个,总投资1.64亿元,目前已竣工33个;2014年已申报中央补助投资卫生项目58个,总投资1.13亿元,规划建设面积5.44万平方米。市中心医院羊山分院项目确定了投资主体和方式,已正式启动,正在进行规划设计和前期准备,将于近期开工建设。

市传染病医院综合病房楼项目已完成投资1400万元,预计9月底完成主体工程。市第二人民医院综合病房楼项目已完成施工图、人防工程、勘察设计与工程监理招标,正在办理建设用地及工程建设规划许可证。

认真抓好疾病防控和卫生应急工作。我市各级各相关部门严格落实

艾滋病、H7N9、肺结核等重大传染病防治措施,全力做好重点传染病的防控工作,手足口病、发热伴血小板减少综合征等得到有效控制。

切实抓好医疗服务,构建和谐医患关系。全市医疗卫生机构通过开展环境综合整治、加强内部管理、提升业务素质、改进服务流程等工作,为患者提供了更加方便有效、可靠优质的诊疗服务。

市卫生部门表示,今后几个月,除继续做好上述工作外,还将按照全省统一要求,全面启动县级公立医院综合改革;尽快启动实施新农合大病保险工作,让农民早日得到实惠。

人口计生专栏

市人口计生委狠抓“逐级代办制”落实

本报讯(韩文斌 许云飞)为切实抓好“逐级代办制”的落实,日前,市人口计生委召开“逐级代办制”推进会。

会上,市人口计生委党组书记、主任曹光宇强调,要牢记服务,在全市人口计生系统实行“逐级代办制”,目的是减少群众办证奔波劳累之苦,解决群众“办证难”问题,让群众多些实惠,少些麻烦。各县区要采取措施,调动代办员的积极性,把好事办好、实事办实。

据统计,实行“逐级代办制”以来,全市人口计生部门累计为群众代办各类计生证明和手续43098件。

淮滨县全力打造“阳光计生”

本报讯(朱青 马巨良)连日来,淮滨县认真开展计生金秋“六项服务”,全力打造“阳光计生”。

该县开展青春期“阳光服务”,加大对贫困计划生育女孩家庭的帮扶力度;开展生育期“阳光服务”,及时提醒新婚夫妇办理一孩生育证,做好孕前综合干预和产后家庭随访工作;开展婴幼儿期“阳光服务”,指导哺乳期妇女及时采取长效避孕措施,并上门采集婴儿信息,提供婴幼儿保健咨询服务;开展节育期“阳光服务”,加强避孕节育知识宣传,提供生殖健康检查等服务;开展围绝经期“阳光服务”,对目标人群进行心理疏导,帮助她们平稳度过围绝经期;开展特殊家庭“阳光服务”,继续深入实施“生育关怀行动”,落实计划生育特别扶助等政策。

光山县抓好秋季计生工作

本报讯(卢慧 王明)为抓好秋季计生工作,日前,光山县召开秋季生殖健康进家庭服务活动第一次评比会,简要总结前段工作,安排下一阶段工作。

会议要求,各级各部门要坚决克服自满、厌倦、懈怠情绪,再鼓干劲,再添措施,持之以恒、毫不松懈地搞好秋季计生服务活动;要重点抓好孕前优生健康检查等工作 and 单独两孩政策、计划生育优惠政策的落实;要严格兑现奖惩,对力量不集中、进度迟缓的,予以通报批评,确保活动取得实效。

浉河区深入开展生殖健康进家庭活动

本报讯(李岚)连日来,浉河区广泛宣传新修订的《河南省人口与计划生育条例》,普及单独两孩政策,新奖扶、特扶政策和优生优教知识,积极为育龄群众提供生殖健康检查、免费孕前优生健康检查等计生服务,逐级为群众代办计生证明证件,完善计生资料、信息库,加强流动人口管理服务,深入开展秋季生殖健康进家庭服务活动。

邓湾乡扎实推进秋季计生服务活动

本报讯(钟业永 李志华)连日来,淮滨县邓湾乡创新计生管理服务机制,扎实推进秋季生殖健康进家庭优质服务活动。

该乡大力开展人口数据库信息质量检查,摸清已婚育龄妇女底数,清查人口出生漏统瞒报对象,查清康检和避孕措施落实情况等;严格责任,强化措施,实行手术实名上报制度,落实手术对象名单、施术医生、保户责任人实名制,及时落实避孕节育和补救措施,做到账证相符、账册相符、账账相符。

城东办事处规范计生台账管理

本报讯(邹鼎亮)连日来,信阳工业城城东办事处组织人员对计生台账逐一核实,查漏补缺,进一步规范台账管理,提高服务质量,夯实计生工作基础。

该办事处把计生台账各项指标任务细化分解,层层落实到位,保证信息完整、更新及时、数据真实可靠;统筹安排孕情见底、知识宣传、科技服务、政策落实、信息核对、优生筛查与指导等各项计生工作,不断提高服务水平。

双井办事处安排秋季计生服务活动

本报讯(熊伟颖)日前,浉河区双井办事处召开计划生育工作暨秋季计划生育优质服务活动动员大会,对上半年的相关工作进行分析和回顾,印发了秋季计划生育优质服务活动实施方案、办事处人口和计划生育工作量化考核方案,对扎实开展秋季生殖健康进家庭优质服务活动进行了动员和安排。

湖东办事处药具服务“三个一”活动受欢迎

本报讯(李洪胜 雷捷 胡荣光)今年以来,浉河区湖东办事处认真开展药具服务“三个一”活动,竭力为育龄群众提供方便快捷的药具服务,受到群众欢迎。

该办事处建好育龄人群避孕节育需求服务档案,做好日常随访服务,保障育龄人口获得安全、有效和适宜的避孕药具;巡回举办药具知识课堂,对已婚育龄妇女进行避孕药具知情选择知识的培训;向育龄群众免费发放一卡通,群众凭此卡每月可免费领取避孕药具。

潘新镇畅通计生服务“最后一公里”

本报讯(陈志伟 姚波)今年以来,罗山县潘新镇积极为群众提供快捷高效的优质服务,畅通服务群众“最后一公里”。

该镇向群众全面公开人口计生政策、办事程序和工作流程,建立健全全程代办服务机制,变“你找我办”为“我为你办”;将办证所需各种资料向群众一次性告之,简化办证程序,缩短审批时限;为群众提供多项健康检查服务,对部分贫困家庭进行走访慰问,开展特困救助活动,为计生家庭排忧解难。

健康每一天从爱牙开始

□丰景

随着经济的发展,我国居民的生活方式也发生了巨大的变化。有资料表明,当代人类45%的疾病和60%的死亡与不良生活方式有关。在我国,前10位死因中不良习惯和不健康生活方式占致病因素的45%。这些数据说明我国人民的健康正面临着不健康生活方式的威胁。因此在日常生活中学习、培养和建立健康的生活方式,以有效减少多种疾病的风险,已经刻不容缓!而且,改善人民群众健康的各种措施中,最应该关注、最经济有效、最简便易行的就是改变不健康的行为习惯,普及健康的生活方式。2014年全国“爱牙日”活动就是要让所有的人都懂得追求健康首要的是学习和坚持健康的生活方式,要让大家知道健康的生活方式从维护口腔健康开始。一颗牙就是一个器官,牙齿健康不仅关系到全身健康的诸多方面,同时也是现代人健康与文明的标志。牙齿一旦出现问题,将会对人们的正常生活造成极大的影响。我们必须把这些最基本的口腔健康之道告诉人们,将这把获取健康的金钥匙交到每个人的手中。告诉所有人:健康的每一天,从爱牙开始。

口腔健康是全身健康的重要组成部分

口腔健康直接或间接影响全身健康。口腔疾病如龋病、牙周病等会破坏牙齿硬组织和牙齿周围支持组织,除了影响咀嚼、说话等功能和美观外,还会导致社会交往困难和心理障碍。口腔炎症,尤其是牙周炎等可导致或加剧某些全身疾病如冠心病、糖尿病等,危害全身健康,影响生命质量。

养成良好的饮食习惯对维护口腔健康非常重要

饮食习惯与牙齿健康密切相关,口腔内存留的糖和碳水化合物等是导致龋病的主要原因之一。容易引起龋病的主要是蔗糖,其次为葡萄糖、淀粉等。如果经常摄入过多的含糖甜食或饮用过多的碳酸饮料而不能及时清洁口腔会导致牙齿脱矿,引发龋病或牙齿敏感。吃糖或饮用碳酸饮料的次数越多,牙齿受损风险越大,所以,应尽量减少每天吃糖的次数,少喝碳酸饮料,进食后应用清水或茶水漱口,晚上睡前刷牙后不再进食。

早晚须刷牙 饭后要漱口

刷牙能去除牙菌斑、软垢和食物残渣,保持口腔卫生,维护牙齿和牙周组织健康。刷牙之后,菌斑很快会在清洁的牙面上重新附着,不断形成,特别是夜间入睡后,唾液分泌减少,口腔自洁作用差,细菌更易生长。因此,每天至少要刷牙两次,晚上睡前刷牙更重要。饭后漱口可去除口腔内的食物残渣,保持口腔清洁。咀嚼无糖口香糖也可以刺激唾液分泌,降低口腔酸度,有助于口气清新,牙齿清洁。

提倡使用含氟牙膏预防龋病

牙膏是辅助刷牙的一种制剂,可增强刷牙的摩擦力,帮助去除食物残渣、软垢和牙菌斑,有助于消除或减轻口腔异味,使口气清新。成人每次刷牙只需用大约1克(长度约1厘米)的膏体即可。如果在牙膏膏体中加入其他有效成分,如氟化物、抗菌药物、控制牙石和抗敏感的化学物质,则分别具有防龋、减少牙菌斑、抑制牙石形成和抗敏感的作用。

含氟牙膏有明确的防龋效果,其在世界范围的广泛应用是龋病发病率大幅度下降的主要原因之一。使用含氟牙膏刷牙是安全、有效的防龋措施,特别适合有患龋倾向的儿童和老年人。但应注意:牙膏不是药,只能预防口腔疾病或缓解症状,不能治疗口腔疾病,有了口腔疾病还是应该及时就医。

应定期进行口腔健康检查

龋病和牙周病等口腔疾病常是缓慢发生的。早期多无明显症状,一般不易察觉,等到出现疼痛等不适症状时可能已经到了疾病的中晚期,治疗起来更为复杂,患者也会遭受更大的痛苦,花费更多的费用,治疗效果还不一定十分满意。因此,定期进行口腔健康检查(每年至少一次)不但能及时发现、治疗口腔疾病,还有助于医生根据情况采取措施预防和控制口腔疾病的发展。

出现口腔问题,及早就医是关键

常见的口腔疾病,如龋病、牙周病的发生都比较隐蔽,早期几乎没有明显症状,一般不易察觉,等到出现疼痛等不适症状时可能已经到了疾病的中晚期,治疗起来很复杂,患者也会遭受更大的痛苦,花费更多的费用,治疗效果还不一定十分满意。因此,出现口腔不适,及早就医是关键。

牙菌斑、食物残渣、软垢在牙面上附着沉积,与唾液中的矿物质结合,逐渐钙化形成牙石。牙石表面粗糙,对牙龈造成不良刺激,又有利于新的牙菌斑附着,是引起牙周疾病的一种促进因素。自我口腔保健方法只能清除牙菌斑,不能去除牙石。因此需定期到医院由口腔医生进行洁牙,最好每年一次。洁牙是由口腔医生使用洁牙器械,清除眼缘周围眼上和眼下部位沉积的牙石以及牙菌斑。洁牙过程中可能会有轻微的出血,洁牙之后也可能出现短暂的牙齿敏感,但一般不会伤及牙龈和牙齿,更不会造成牙缝稀疏和牙齿松动。定期洁牙能够保持牙齿坚固和牙周健康。

失牙是老年人常见的口腔问题。牙齿缺失易发生咀嚼困难、食物嵌塞、对颌牙伸长、邻牙倾斜等。因此,不论失牙多少,都应及时进行义齿修复,修复一般在拔牙2个月至3个月后进行。修复前应治疗余留牙的疾病,必要时对牙槽骨和软组织进行修整,保证修复质量。

视觉新闻



陈鸿志,信阳职业技术学院附属医院妇产科主治医师,对妇产科常见病、多发病及各种疑难杂症有丰富的临床经验,尤其擅长宫外孕保守治疗及无痛人流术,在国家级、省级刊物上发表论文10余篇,获市级科研成果奖2项,以良好的服务和精湛的技术赢得众多患者赞誉。图为陈鸿志(中)在为青年医生讲解病例。

邓冬梅 朱晓红 摄



近日,信阳华夏医院在三五八家属院开展义诊活动,共为278名群众进行了免费诊疗。据了解,该院每周都会组织医护人员深入社区开展这样的义诊活动,将优质医疗服务送到群众的家门口,受到群众的一致好评。图为该院医护人员为群众测量血压。

本报记者 殷英 摄

什么是成分献血

献血除了捐献全血以外,还有一种方式,就是献血者只献血液中的一部分,这就是成分献血。

目前我国成分献血主要是捐献血小板。输血会给病人带来或轻或重的免疫反应。只给病人输入治病需要的

血液成分,可以降低输血的副作用和取得最佳的疗效。

人体内的血小板7天至9天就会更新一次,捐献一个治疗量的血小板,健康人只要两天就可以恢复原来的水平。经常捐献血小板,还能很好地降低

血液粘稠度。



秋天谨防凉燥感冒

对人们来说,摆脱夏日的酷暑,秋风吹来倍感凉爽,秋季应该会比较舒服的季节。但近日,气温变化无常,使漂浮在空气中的细菌、病毒非常容易像灰尘一样吹起传播,在人口密集的地方,这种细菌和病毒的密度会加大。专家提醒:这一时期,凉燥感冒的发病率会大大升高。

按照中医来说,燥是秋天的主气,分为温燥和凉燥两种。初秋、暑热时为

温燥,一般人们的感受是口、鼻、舌干燥,但这时候人体阳气抗细菌病毒能力也强,因此发病并不太明显;深秋时,天气转凉为凉燥,寒气大,人体阳气随气温下降而抗病毒能力也下降,人们会出现感冒的症状:恶寒发热、头疼、鼻子堵、鼻干、嗓子干等。

防治凉燥感冒有三法。一、润燥。多喝水,在房间里使用加湿器,使空气湿度保持在60%左右。二、保暖。衣

服增减要谨慎,尤其是在气温变化大的时候。三、服用板蓝根。广州白云山板蓝根是专门抗击病毒的王牌药,2003年力克非典病毒被称为“抗击SARS的勇士”,2004年、2005年多次在北方抗击流感中发挥重要作用。原因在于白云山板蓝根集众多科技成果于一身,首家采用中药GAP基地药材生产,首家运用指纹图谱技术控制生产质量,首家采用“一步制粒”技术起效更迅速。而且,白云山和黄全球首创的“家庭过期药品回收(免费更换)机制”,为群众免费换新过期药品,推行绿色售后服务。(青华)

创建国家卫生城市 提高市民生活质量

□李宇军

一、糖尿病患者应进行自我血糖监测

监测血糖可以了解饮食控制、运动治疗和药物治疗的效果并指导对治疗方案的调整。

健康行为:

(1)注射胰岛素或使用促胰岛素分泌剂的患者应每日监测血糖1次至4次。

(2)1型糖尿病患者应每日至少监测血糖3次至4次。

(3)生病时或剧烈运动之前应增加监测次数。

(4)生病或血糖>20mmol/L(>360mg/dl)时,应同时测定血酮或尿酮体。

(5)检测时间:每餐前、餐后2小时、睡前,如有空腹高血糖,应监测夜间的血糖。

(6)血糖控制良好或稳定的患者应每周监测1天至2天。

(7)血糖控制差/不稳定的患者或患有其他急性病者应每日监测直到血糖得到控制。

二、糖尿病患者应遵医嘱服药,并定期随访病情

糖尿病是一种复杂的慢性病,需

要在正规医疗机构专业医生的指导下治疗,血糖控制不佳,可引发并发症,造成严重后果。目前各基层医疗卫生服务机构对辖区35岁以上糖尿病患者开展免费规范化管理。

健康行为:

(1)糖尿病患者应按医生的指导用药,不可自作主张,擅自用药。

(2)糖尿病患者血糖正常仍要继续服药,不可自行停药或减药。

(3)糖尿病患者参加糖尿病规范化管理,接受社区医师的定期随访和定期体检。

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。

