

# 平桥区:扎实做好卫生系统安全维稳工作 商城县:“四个加强”保障农牧民身体健康

**本报讯(杨非)**连日来,平桥区采取多项措施,扎实做好卫生系统安全维稳工作。  
严格安全管理。该区要求辖区各医疗卫生机构严格执行诊疗、护理技术规范,落实好各项医疗核心制度,做好患者巡查工作,避免医疗差错,防范医患纠纷;全面排查安全隐患,做好重点科室、要害部位和特种设备的安全管理工作,杜绝各类安全事故

的发生。  
落实信访职责。该区督促辖区各医疗卫生机构加大矛盾纠纷排查化解力度,制定处置预案,早发现、早解决单位内部的不稳定因素,并做好艾滋病等特殊群体的维稳工作。  
强化卫生监督。该区结合创建国家卫生城市工作,开展卫生监督专项检查整治行动,加强对公共场所和餐饮服务单位的管理,让群众和游客有

一个安全放心的消费环境。  
加强应急值守。该区卫生局实行24小时值班制度和报告制度,畅通信息渠道,同时做好卫生应急物资储备,一旦发生突发公共卫生事件,确保做到及时报告、有效处置。

**又讯(曹丽萍 曹可成)**为保障全县农牧民身体健康,今年以来,商城县认真落实“早发现、早治疗、早处理”防

治措施,做到“四个加强”,扎实开展布鲁氏菌病(以下简称“布病”)的监测防控工作。

加强防控宣传。该县组织疾控工作人员深入各乡镇、村、组,发放宣传资料和宣传画,开展布病防控知识问卷调查,面对面地对农牧民进行布病防治知识宣传教育,使布病防控知识知晓率和健康防护行为形成率提高到80%以上。

加强疫情管理。该县疾控工作人员在对既往病人进行随访的同时,做好对重点人群的调查和血检工作,及时对新发病例进行处理,查清感染来源、发病人数及发病原因。目前,该县共采集高危人群血清400余份,对检测结果为阳性的人员,指导其及时就医。

加强部门联系。该县疾控部门和畜牧等部门建立疫情互通制度,共同开展高危人群筛查和畜间布病排查工作,确保疫情随时通报、共同调处。目前,该县共完成100份动物血清采集检测工作,对筛查出有疫病的动物和养殖场(点)进行了规范处理。

加强人员培训。该县依托布病监测项目,认真培训乡村两级医务人员,扎实做好布病鉴别诊断、转诊等工作,并积极为该病易感人群提供防控知识指导。

## 人口计生专栏

### 市计生委推进“逐级代办制”落实

**本报讯(韩文斌 许云飞)**日前,市人口计生委召开“逐级代办制”现场会,总结实施“逐级代办制”以来取得的成绩,查找存在的问题,交流经验,进一步推进“逐级代办制”的落实。

会议强调,实施“逐级代办制”就是群众动嘴,干部跑腿,这项工作是指令性的工作,不是指导性的工作,必须要搞,而且一定要搞好。实施“逐级代办制”,总的工作量没有变,而是发生了转移,把办证奔波受累的问题从群众身上转移到代办员身上。全市人口计生系统要认真学习先进经验,取长补短;要切实解决关键环节存在的问题,做好一次性告知、主动收集资料、反馈代办结果、提升代办员能力、搞好经费保障等工作;重心要下移,加强对村级代办员的业务培训、指导,同时加强督导检查。

### 潢川县计生系统庆国庆活动丰富多彩

**本报讯(王龙)**连日来,潢川县人口计生系统组织开展了丰富多彩的活动,庆祝新中国成立65周年。

该县计生委、计生协组织全体干部职工上国情知识教育课,进一步激发大家的爱国热情;召开庆祝新中国成立65周年暨“双争”活动表彰会,对在创先争优活动中表现突出的3个优秀乡镇协会和5名优秀个人进行了通报表扬和奖励;组织开展演讲比赛活动,使计生工作人员和广大群众了解和计划生育相关政策;开展“生育关怀”行动,组织人员深入乡村,帮扶计生困难家庭;加强艾滋病预防等知识宣传,免费发放避孕药具。

### 平桥区计生委纪念《公开信》发表34周年

**本报讯(王志杰)**日前,平桥区计生委开展宣传活动,纪念《中共中央关于控制我国人口增长问题致全体共产党员、共青团员的公开信》发表34周年。

活动中,该委举办了文艺演出,精心制作了图文并茂、新颖别致的计划生育宣传版面20余块,向群众发放计划生育宣传传单600余份,接受群众咨询190人次,为150多名群众进行了免费健康检查,赠送避孕药具200余盒。

### 泌阳县治理计生“两乱”行为

**本报讯(李岚 周永军)**近日,泌阳县强化措施,治理计生乱收费、乱罚款“两乱”行为。

该区加大督查力度,按照近年来办理生育证的人员名单,逐一向其询问在办证过程中是否存在乱收费、乱罚款问题;推行“三替”工作法,落实“逐级代办制”,规范12种计生证明、证件的办理流程,公开收费和免费项目;建立健全各项规章制度,完善工作机制,堵塞工作漏洞,对存在的问题及时进行整改,切实规范计生行政行为。

### 淮滨县“五步”走活“计生棋”

**本报讯(朱青 马巨良)**今年以来,淮滨县创新流动人口管理模式,强化工作措施,通过“五步”,走活流动人口服务管理“一盘棋”。

该县一是细化信息管理,重新印制了更具人性化的流动人口流入、流出登记表,下发到全县18个乡镇,进一步完善流动人口管理档案;二是实现信息共享,建立完善流动人口网上信息收集交换制度,形成信息共享、管理共生的管理新模式,落实流动人口区域协作、双向管理责任;三是免费办理证件,为流动人口提供方便快捷的办证“一条龙”服务;四是增强服务意识,坚持“公平对待、热情公道、文明用语、微笑服务”的原则,为群众提供温馨服务;五是加强综合治理,建立长效机制,形成齐抓共管、统筹管理、服务共享的工作格局。

### 息县开展计生宣传服务活动

**本报讯(王秋菊 甄霞)**近日,息县开展大型人口计生宣传服务活动,广泛宣传计划生育法律法规,生殖健康、优生优育、避孕节育等相关知识,同时,设立基层文明执法、生殖健康、生育文化咨询台和健康体检义诊服务台,为群众义诊,耐心解答群众提出的问题。此次活动,该县共展出宣传展板80块,悬挂大型横幅100多条,为300多名群众进行了免费健康体检,发放计生宣传品2000余份、避孕药具200多盒。

### 莽张镇着力为群众提供优质计生服务

**本报讯(肖光富 刘文斗)**今年以来,罗山县莽张镇积极创新工作方法,实行“主任接待日”制度,着力为广大育龄群众提供优质人口计生服务。

该镇组织人口计生工作分管领导,计生中心主任、副主任轮流值班,热情接待来访群众,提供政策宣传咨询服务;指导、帮助群众办理各种计划生育证明、证件;指导符合条件的对象及时申报奖扶、特扶、双女绝育户养老保险、计生家庭新农保补贴等;落实参加国家免费孕前优生健康检查项目的人数,免费接送计划生育手术对象;严肃查处人口计生工作中的违法、违纪、违规行为,维护好群众的合法权益。

### 城东办事处不断提升计生服务水平

**本报讯(胡斌 郭鼎亮)**连日来,信阳工业城城东办事处以开展计生优质服务活动为契机,提高工作标准,狠抓窗口服务,规范台账管理,不断提升计生服务水平。

该办事处加大对计生政策、法规的宣传力度,努力把计生各项优惠政策落到实处;增设计生服务窗口,实行“一站式”服务;组织计生工作人员进村入户,全面了解、掌握育龄群众的生育、节育、健康状况,有的放矢地增加服务内容、采取服务措施,规范台账管理,提高服务质量,夯实计生工作基础。

## 视觉新闻



孙抗,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均具有丰富的临床经验,尤其擅长不孕不育症等的微创治疗,先后在国家级、省级刊物上发表论文十余篇;积极致力于围产期保健和女性健康宣传教育工作,具有高度的敬业精神和强烈的责任心,深得病人及家属的好评。

邓冬梅 朱晓红 摄



日前,河南省卫生计生委举行第二批省级紧急医学救援队培训暨授旗仪式。市中心医院作为省级紧急医学救援队之一(全省地市级医院仅有5家)参加了仪式。

杨竞 摄



近日,市肿瘤医院开展心肺复苏技术比武活动,努力提高全院医务人员的业务素质和技术水平。图为该院医务人员正在比赛。

朱德君 摄

## 我市举办乡村医生中医药知识与技能培训班

**本报讯(唐显东 彭长红)**为进一步提高乡村医生的中医药知识与技能水平,提升基层中医药服务能力,今年8月份以来,我市分2批对浉河区、平桥区,各管理区、开发区的150名乡村医生进行了中医药知识与技能培训。

本次培训分集中学习和临床实践两个阶段,旨在宣传和普及中医药知识,推广中医药适宜技术。培训内容包括

括中医药基础理论知识,针灸理疗、推拿按摩、刮痧、拔罐、艾灸等技术,具有很强的针对性和实用性。

为确保培训活动取得实效,市卫生局印发了《关于组织开展乡村医生中医药知识与技能培训的通知》,并对培训工作进行了统一安排。培训结束后,市卫生局还对每位学员进行了问卷调查和考核,为考核合格的学员颁发培训证书。

## 健康快讯

### 市传染病医院综合病房楼封顶

**本报讯(薛明 张特)**日前,市传染病医院综合病房楼正式封顶,这标志着市政府2013年度及2014年度“十件实事”之一的市传染病医院综合病房楼项目主体工程施工顺利完成。

### 光山县积极开展秋季无偿献血活动

**本报讯(潘明生)**近日,光山县启动公民无偿献血应急预案,积极开展秋季无偿献血活动。此次活动共采集血液59200ml,有40多位热心公民被招募为造血干细胞捐献志愿者。

### 息县加强医疗机构院内感染控制管理

**本报讯(薛运华 陈俊材)**日前,息县召开医疗卫生机构院内感染控制管理专项培训会,对县直医疗卫生机构和各乡镇卫生院相关负责同志和工作人员共计130余人进行了为期2天的培训。

## 血液在人体的储存

正常情况下,人体的血液并不全部参与流动,而是有约25%储存在脾、肝和皮肤里,人们称这些组织为人体的“血库”。

它们对生命活动非常重要,可根据需要自动调整血液循环的血量。

脾脏:人体最大的“血库”,里面有很多血窦,可储存约500毫升血液。当体内需要血液时,脾脏会不断收缩,把血液挤出送到血管中。

肝脏:里面有个大血窦,血管也很丰富,能储存大量血液。

皮肤:里面有大量的毛细血管和小静脉,平时血液流动缓慢,人体需要时可快速释放参与到血液循环中。

(李磊)



## 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,秋季应该还是比较舒服的季节。但近日,气温变化无常,细菌、病毒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能力也下降,人们会出现感冒的症状。

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,白云山和全球首创的“家庭过期药品回收(免费更换)机制”,为群众免费更换过期药品,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

□李守军

### 一、主动进行关节柔韧性活动和抗阻力锻炼,维持和提高关节功能

肌肉关节功能随着人们年龄的增长而减退,但也与日常活动的多少有关,即用进废退。

肌肉和关节功能活动可以分为两类:一类为针对基本运动功能的练习,如抗阻力活动,关节柔韧性活动等。抗阻力活动,指特定肌肉群参与、对抗一定阻力的重复用力过程。普通人的抗阻力活动主要针对身体的大肌肉群,包括上肢、肩、胸、背、腰、腹、臀、下肢。另一类为结合日常生活活

动所设计的功能练习,如上下台阶、步行、前后踱步、抬抬重物、伸够高物、蹲起、坐起、弯腰、转体、踮脚伸颈望远等。

**健康行为:**  
(1)骨关节疾患或其他有关疾患的病人参加运动应咨询专科医生。  
(2)关节的柔韧性练习可以结合日常活动或有氧运动进行,每周2次-3次。

(3)肌肉关节不宜过于频繁屈曲和伸展。  
(4)抗阻力活动可以每周2次-3次,每次重复8次-20次。  
(5)阻力负荷可以采用哑铃、水瓶、沙袋、弹力带等健身器械,也可以是肢体和躯干自身的重量(如俯卧撑、引体向上等)。

**二、被动吸烟有害健康**  
被动吸烟又称吸二手烟,是指不

吸烟者吸入吸烟者呼出的烟雾。二手烟中含有多种有害物质,能使非吸烟者的冠心病风险增加25%-30%,肺癌风险提高20%-30%,可以导致新生儿猝死综合征、中耳炎、低出生体重等。即使短暂接触二手烟,也会导致呼吸道损伤,诱发哮喘频繁发作;增加血液粘稠度,伤害血管内膜,引起冠状动脉供血不足,增加心脏病发作的危险等。

**健康行为:**  
(1)不在室内公共场所、工作场所和公共交通工具上吸烟。  
(2)不在家庭里吸烟。  
(3)依据公共场所禁烟法规,抵制二手烟。

**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。

