

# 人口计生专栏

## 我市计生协会组织快速健康发展

本报讯(由光伟 熊林高 郑中华)我市计划生育协会自1986年成立以来,全市计生协会组织快速发展。目前,全市有各类协会组织3055个,发展会员80.02万名,会员小组5.8万个,会员联系户96万个,专兼职工作人员6420人。其中,市级协会1个,县级协会9个,乡镇级协会182个,村(居)计生协会2601个,流动人口协会285个,企业协会132个。近年来,我市计生协会坚持抓基层、打基础、创特色、育亮点,在村民自治、基层协会规范化建设、企业和流动人口协会组建、生育关怀示范基地建设等方面取得显著成效。省计生协会先后在我市召开了企业和流动人口协会、生育关怀、宣传工作和幸福家庭行动4个现场会,在全省总结推广我市的做法。市计生协会也多次受到国家、省计生协表彰。

## 泌河区人口计生委宣传服务进社区

本报讯(杨宏军 周永军)近期,泌河区人口计生委在贸易广场社区开展避孕药具免费发放进社区活动,工作人员向群众发放避孕药具和宣传资料,还提供“单独两孩”政策、生殖保健和优生优育知识咨询服务。活动当天,共开展咨询服务70余人次,发放避孕药具200盒,宣传资料500余份,受到了社区群众的欢迎。

## 光山县认真落实“单独两孩”政策

本报讯(光 轩)河南省“单独两孩”政策公布实施以来,光山县人口计生委精心组织,认真落实“单独两孩”政策。该县人口计生委充分利用报纸、电视、网络等平台,加强政策宣传;印发政策宣传折页2万余份;开展计生政策培训24次,参加培训600余人次。及时组织开展单独夫妇信息核查工作,加强出生人口信息统计管理。同时,全面推行一次性书面告知制度、免费代理代办制度、承诺责任制和首接负责制等,简化“单独两孩”办证流程,公开办证程序,主动为群众提供政策咨询服务,为符合“单独两孩”政策条件的夫妇提供免费孕检健康检查。

## 息县采取四项措施打击“两非”

本报讯(王秋菊 孟杰)今年以来,息县把综合治理出生人口性别比工作摆在重要议事日程,采取四项措施,重拳打击“两非”。该县加强对县内所有医疗保健、计生技术服务机构和终止妊娠药品销售、使用单位的管理,严格执行B超使用管理制度;建立完善综合治理出生人口性别比长效机制;利用电视、网络、报纸等媒体,宣传相关法律法规,净化生育环境,营造良好社会氛围;建立出生实名登记平台,加强出生人口信息监控,建立健全部门人口信息共享机制。

## 淮滨县推行“阳光计生”提高群众满意度

本报讯(朱青 马巨良)今年以来,淮滨县人口计生委坚持依法行政,积极构建“阳光计生”,不断提高群众的满意度。该县270余个行政村都设立了政务公开栏,做到人口和计划生育政策、法规长期公开,计生证件发放情况及时公开,落实计生惠民政策情况随时公开。简化办证程序,畅通便民渠道,实施一次性告知制度,及时将计生管理服务程序向社会公开。县人口计生委定期组织乡、村“两委”干部及计生专干进行培训,强化法律意识,提高政策水平。开展行风评议活动,加强社会监督,把群众意见作为计生工作人员年终考核的重要依据,提升职业道德水准。

## 白雀园镇推行“四个零”机制服务计生对象

本报讯(邹晓峰 彭锦生 刘正福)今年以来,光山县白雀园镇推出“四个零”机制,全力服务计生对象,提高服务效能。一是受理服务“零推托”,实行首接首问责任制,认真对待前来办事的每位群众。二是工作流程“零阻碍”,通过公开栏、标语、咨询服务台、计生专题讲座等多种形式,帮助群众了解计生政策,并告知各类计生事项的办理条件及程序。三是办理事项“零堆积”,实行限时办结制和服务承诺制,坚持做到第一时间受理、规定时限办结,切实提高办事效率。四是服务群众“零距离”,进一步规范工作人员行为,强化服务意识,确保群众满意。

## 庙仙乡扶持计生户发展养殖业

本报讯(何铸)今年以来,罗山县庙仙乡累计投资60万元,扶持83户计生户养猪,免费提供每户计生户供应3头猪仔和饲料,提供技术指导和服务。目前,249头猪仔已全部发放到计生户手中,长势良好,即将出栏,预计每户可增收4000元左右。该乡与罗山县豫东牧业专业合作社签订了养殖合同,合作社与83户计生户签订了技术服务合同,为计生户无偿提供猪仔培育、饲料调配、技术指导,定期组织开展科普讲座、培训、咨询等活动,并为计生户提供销售服务,签订生猪收购合同,消除计生户的后顾之忧。该乡还为每户计生户确定了帮扶单位和帮扶责任人,与之签订帮扶承诺书,切实保障帮扶效果。

# 商城县卫生局强力推进重点项目建设

统筹规划 整合资源 提升水平

本报讯(曹可成)今年以来,商城县卫生局以重点项目建设为抓手,统筹规划,整合资源,坚持监督管理、指导服务并举,进一步加强基层医疗卫生体系建设,提升基层医疗卫生整体水平。

储备谋划抓跟进,服务与指导同时。该局围绕“十二五”规划要求,立足商城县卫生系统基础设施现状,以县级医院、中医院、重大疾控设

施、卫生院建设为重点,瞄准对象,积极推介,有的放矢搞好项目策划,对项目土地、规划、环保、可研、人防、招投标等工作协调服务到位;科学谋划,积极争取,加强重点项目建设配套资金、周边环境等要素保障,确保卫生重点项目落地生根。

倒排工期抓进度,时间与任务同步。该县疾控

设施建设、卫生院建设等项目建设单位准时开工,实行倒排工期制,对项目进展指标进行量化,明确推进时间节点,卫生院建设实行月报制,疾控设施建设实行周报制,及时通报工程进展情况,确保工程如期完成。

工程建设抓质量,责任与权力同等。在项目建

设过程中,实行项目法人制、建设合同制、工程监理制、工程质量责任追究制和终身负责制,健全工程质量管理体系,落实责任、权力与义务“三位一体”,明确责任人员,细化管理流程,建设单位认真落实日检查、日记录,确保工程质量万无一失。该局不定期召开现场办公会、点评会,发现问题及时督察整改,完善项目动态管理和全程考核机制,确保重点项目建设质量。

## 健康快讯

### 省市疾控中心专家深入商城县督导工作

本报讯(曹丽)近日,省疾控中心地方病防治所和市疾控中心地病科专家深入商城县督导碘缺乏病防治工作。专家组对该县鲇鱼山乡欧楼村小学50名8-10岁学生甲状腺肿大进行超声检测,并采集其尿样及家中食用盐各50份,同时还采集该乡20名孕妇尿样及家庭食用盐。对采集的样品,市疾控中心将分别做检测分析并予以反馈,以促进、规范该县地方病防控工作。专家组对商城县在强化碘缺乏病宣传、监测,实施防治干预措施,实施科学补碘、改善碘营养状况等方面所取得的成绩给予了充分肯定。

### 我市举办卫生监督知识竞赛及技能比武

本报讯(贾震)11月7日,市卫生局、市卫生监督执法局联合举办了信阳市第二届卫生监督知识竞赛及技能比武活动。此次比武分理论考试、知识竞答、现场模拟执法、现场快速检测四部分进行。经过激烈角逐,光山县代表队获得了集体一等奖,新县、商城县代表队获得了集体二等奖;陈韬、姚斌等18名监督员分别获得个人一、二、三等奖。

### 市第四人民医院开展廉洁从医专题教育

本报讯(武鸣)11月6日,市第四人民医院举办廉洁从医暨治理医药购销领域不正之风专题教育。该院要求干部职工进一步增强政治意识、责任意识和服务意识,坚决抵制不现实象的诱惑,不断提高自身道德修养,坚决遏制医药购销领域不正之风,树立良好的职业道德,为医院健康发展提供坚实保证。

### 市肿瘤医院加强医德医风建设

本报讯(朱德君)近日,市肿瘤医院对医德、医风工作进行梳理,采取措施,提高患者的满意度。针对患者出院时科室与收费室之间流程不畅,农合、医保报销手续繁杂,程序处理慢、工作效率低等情况,该院要求各科室加快工作进度,改进服务态度,医保、农合报销时由科室工作人员全程陪同,尽可能缩短中间环节。该院还不断完善医疗环境,改善病人餐饮服务条件,确保病人饮食安全。该院行风建设领导小组成员经常进行巡查,发现问题及时纠正,力求达到患者及家属的满意。今年,该院患者满意度达到97%。

### 圣光潢川医药医疗器械孵化园招商会召开

本报讯(李健)为进一步宣传潢川县产业集聚区的良好投资环境,让产业同仁和社会各界进一步了解圣光潢川医药医疗器械孵化园发展状况,深入推动招商工作,11月6日,潢川县产业集聚区投资环境说明暨圣光潢川医药医疗器械孵化园招商会举行。招商会从项目发展目标、建设概况、发展优势、圣光集团发展概况和区域发展战略等方面,对圣光潢川医药医疗器械孵化园发展方案作了全面介绍。与会人员还参观了圣光潢川医药医疗器械孵化园建设与生产情况。

## 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7-9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。(石磊)



## 视觉新闻



马露,信阳职业技术学院附属医院内三科住院医师,在临床医疗及教学工作中刻苦钻研,对糖尿病及常见肺部疾病的诊治,尤其对II型糖尿病、糖尿病酮症酸中毒、低血糖昏迷、慢性阻塞性肺疾病、肺心病的诊断与处理有丰富的临床经验。对患者热情主动,耐心细致,经常对患者及其家属普及保健知识,赢得了患者的好评。图为马露正在给患者检查身体。

邓冬梅 朱晓红 摄



11月10日,平桥区疾控中心组织专业人员,对省疾控中心在平桥区随机抽取的3个居民小区、120户居民开展居民膳食暴露现场调查。此次调查包括问卷调查、医学体检和膳食调查三个部分,旨在收集居民膳食信息,建立居民膳食消费数据库,为开展食品安全风险评估提供数据支持。调查工作将持续到11月底。 翟磊 摄

## 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,秋天应该会比较舒服的季节。但近来,气温变化无常,使细菌、病毒像灰尘一样很容易被吹起传播,在人口密集的地方,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,天气转凉时为凉燥,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:一是润燥。多喝水,在房间里使用加湿器,使空气湿度保持在60%左右。

二是保暖。衣服增减要谨慎,尤其是在气温变化大的时候。

三是服用板蓝根。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,比如首家采用中药GAP基地药材生产,首家采用指纹图谱技术控制生产质量,首家采用“一步制粒”技术起效更迅速等。而白云山和中药全球首创的“家庭过期药品回收(免费更换)机制”,过期药品免费更换,率先在医药界实行绿色售后服务。(青华)

## 创建国家卫生城市 提高市民生活质量

# 健康生活方式

□李宇军

### 一、接种疫苗后请留观30分钟,有明显禁忌症的人不宜或暂缓接种疫苗

由于个体差异,少数人接种疫苗后可能产生一些不良反应,如皮肤注射局部出现轻度红肿、发热和周身不适等,一般在1-2天内消失,不会造成机体组织器官、功能损害。极少数人接种疫苗后会发生过敏反应,过敏性休克大多发生在半小时之内,如果不在医务人员监护范围之内就容易发生危险。

### 健康行为:

(1) 应到卫生行政部门认定合格的预防接种门诊进行预防接种。

(2) 在接种前,要向接种人员如实提供接种者的健康状况,以便接种人

员判断是否可以接种。

(3) 接种疫苗后不要立刻离开接种点,应在观察室留观30分钟后离开。

(4) 如发现接种后出现可疑情况,应立即咨询专业人员,必要时就医,以便得到及时、正确的处理。

### 二、饮酒应限量

无节制的饮酒,会使食欲下降,食物摄入量减少,以致发生多种营养素缺乏、急慢性酒精中毒、酒精性脂肪肝,严重时还会造成酒精性肝硬化。过量饮酒还会增加患高血压、中风和某

些癌症等疾病的风险,并可导致事故及暴力的增加,危害个人健康和社会安定,应该严禁酗酒。

### 健康行为:

(1) 成年男性一天饮酒的酒精量不超过25克,相当于啤酒750毫升,或葡萄酒250毫升,或38度的白酒75克,或高度白酒50克;成年女性一天饮酒的酒精量不超过15克,相当于啤酒450毫升,或葡萄酒150毫升,或38度的白酒50克。

(2) 儿童少年、准备怀孕的妇女、

孕妇和哺乳期妇女应忌酒。

(3) 正在服用可能会与酒精产生作用的药物的人、患有某些疾病(如高血压、高血脂、冠心病、糖尿病、肝脏疾病等)及对酒精敏感的人都不应饮酒。血尿酸过高的人不宜大量喝啤酒,以减少痛风症发作的危险。

(4) 倡导文明饮酒,不提倡过度劝酒,切忌一醉方休或借酒浇愁的不良饮酒习惯。

(5) 如要饮酒也尽量少喝,最好是饮用低度酒(如啤酒、葡萄酒或黄酒),

并限制在适当的饮酒量内。

(6) 喜欢喝白酒的人要尽可能选择低度白酒,忌空腹饮酒。

(7) 饮酒时不宜同时饮碳酸饮料。

(8) 不建议任何人出于预防心脏病的考虑开始饮酒或频繁饮酒。

(9) 饮酒后或者醉酒后驾驶机动车属于违法行为,要受到刑事处罚。

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。

