

人口计生专栏

省计生干部学院在我市开设教学点

本报讯(李岚 郑华)日前,省人口和计划生育干部学院在浉河区开设中专班教学点,开展集中授课活动。来自该区的基层计生干部共58人参加了此次培训。据了解,省人口和计划生育干部学院在浉河区中专学历教学点设置了农村经济综合管理专业,共14门课程,学期2年半,免费对乡村计划生育干部职工开展农村经济、计生管理、生殖保健、农业发展、基层计生技术服务等方面的培训,毕业后颁发中专学历文凭。此次集中授课为第一期培训。教学点的设置,有利于提高基层计生干部的知识理论水平和文化素养,对促进计生队伍建设、提高基层工作水平具有积极作用。

商城县着力构建和谐计生

本报讯(李荣前)近年来,商城县遵循“首问负责,快速办理,结果反馈”的中心思想,建立计生信访跟踪问责制度,妥善处理计生信访件,有效化解矛盾纠纷,使计生部门逐渐由管理型向服务型转变,努力构建和谐计生。“首问负责”,即信访件由谁接的由谁主要负责查,一问到底;“快速办理”,即接件人接件后要制定调查方案,核准事实真相,加快办理速度,举报线索应当日受理,当日呈批,三个工作日给予举报人答复;“结果反馈”,即案件核实后,应与举报人沟通,向举报人反馈调查结果,对不能立案的案件,应做好举报人思想疏导工作,使群众的举报都得到妥善处理。

光山县定期开展单独两孩政策培训

本报讯(刘萌萌)为了让群众更好地了解单独两孩政策,今年以来,光山县人口计生委采取有力措施,定期开展单独两孩政策培训,确保政策实施规范、有序。该县制定了宣传活动实施方案,成立学习宣传活动领导小组,要求各级计生干部充分发挥表率作用,积极主动参加学习活动,吃透新政策精神;每个月对各乡镇(街道)计生中心主任、统计员、流动人口管理员及各行村(街、居)计生专干进行专题学习培训,要求广大计生干部引导群众合理安排生育时间,倡导优生优育,为育龄群众提供优质服务;将单独两孩生育的条件、办事程序、所需材料、注意事项等内容编印成宣传提纲,发放到育龄群众手中;通过政务、村务公开栏,电子屏,手机,微信群,QQ群等平台及时公布新政策;对符合政策的生育对象,入户进行面对面宣传,确保政策家喻户晓。

淮滨县采取“二三四”工作法加强计生宣教

本报讯(孙静茹 马巨良)今年以来,淮滨县采取“二三四”工作法,开展形式多样的人口计生宣传活动,营造良好的社会氛围。该县要求计生工作人员树立群众意识和协作意识,强化责任,广泛、深入宣传计生政策和计生知识,抓好资金投入、队伍培训、设备保障“三个到位”,加强人口计生宣传教育阵地规范化建设,做到对计生专干培训经常化、制度化,不断提升队伍素质,为开展计生宣传活动提供有力保障,切实优化教育环境。注重将计生宣教活动与群众活动相结合,积极开展知识抢答、广场舞比赛等活动,让群众在快乐愉悦的氛围中学习人口计生政策和知识;与生殖健康、孕前优生知识普及等活动相结合,使育龄妇女在掌握相关知识的同时,享受到孕前优生咨询、妇女健康检查、孕产期保健等系列服务;与生育关怀活动相结合,搭建致富平台,帮助计生家庭创业致富;与婚育新风活动相结合,广泛开展“关爱女孩行动”、“幸福家庭创建”等活动,提升服务水平。

潘新镇认真做好孕前优生健康检查工作

本报讯(陈志伟 姚波)今年以来,罗山县潘新镇认真实施免费孕前优生健康检查项目,努力降低新生儿出生缺陷。该镇成立了由分管副镇长任组长的免费孕前优生健康检查项目领导小组,负责组织协调和监督指导工作,狠抓落实;设置优生健康教育宣传栏,发放教育材料,播放音像制品,举办优生知识讲座,组织优生知识问答及咨询活动,向计划怀孕夫妇宣传优生知识,增强其新生儿出生缺陷预防意识;及时准确了解育龄群众信息,填好《早孕随访记录表》,每周对各村孕前优生健康检查工作情况进行通报,并在年底进行目标责任考核。目前,该镇已对167对夫妇进行了孕前优生健康检查。

城东办事处加强计生工作目标管理

本报讯(郭鼎亮 黄河清)连日来,信阳工业城城东办事处按照年初制定的计生工作计划,逐条逐项对照检查,狠抓落实,切实加强计生工作目标管理。该办事处始终把落实目标责任作为完成全年计生工作任务的重点,通过持续开展婚育新风进万家活动,倡导婚育文明,促进社会和谐;充分发挥人口学校的作用,营造良好的优生优育氛围;在为常住育龄妇女提供优质服务的同时,把外来务工育龄妇女纳入管理和和服务范围,努力实现计生优质服务全覆盖。

联管联排联治联网联创 商城县卫生局推行“五联法”抓好安全生产

本报讯(彭三红)为确保全县卫生系统安全稳定,今年以来,商城县卫生局多措并举,推行安全生产工作联管、联排、联治、联网、联创“五联法”,努力构建和谐的医疗卫生服务环境。坚持“党政同责”,实现安全生产联管。该局认真研究制定安全生产总体规划,明确年度工作要点,建立健全安全生产责任体系,形成主要领导亲自抓、

分管领导具体抓、全体领导班子成员共同抓的良好局面;定期召开党委、支部会议,分析安全生产工作形势,协调解决相关问题。坚持“一岗双责”,实现安全隐患联排。该局切实加强公共卫生、医疗服务、单位内部的安全工作,要求各医疗卫生机构每月开展一次安全隐患自查、矛盾纠纷排查和特种人员筛查,将安全生产工作细化,全面排查安全隐患,对存在的共性问题进行联合整治。坚持科技先导,实现安全监控联网。该局要求全县所有医疗卫生机构全部安装视频监控,实行安全视频监控,对本单位技防系统的安全信息进行集中统一管理,并逐步与当地公安机关联网。

坚持目标管理,实现安全单位联创。该局每年与各医疗卫生单位签订目标责任书,要求各医疗卫生机构对照平安医院创建目标和要求,全面加强医院安全管理,严格落实各项医疗安全制度,不断规范医疗行为,努力提高诊疗质量,确保医疗安全;建立和完善突发医疗纠纷处理第三方调解机制,及时化解矛盾。

健康时评

长寿之道重在养“心”

日前,中国老年学会发布十大寿星排行榜,上榜的长寿老人平均年龄119.7岁,虽然来自7个省份、6个民族,却有着一个共同点,那就是不论贫富,面对人生都有一颗平常心,坦然面对,泰然处之。中医学认为,一个人精神愉快、性格开朗,就会阴阳平和,气血畅通;反之,就会正气虚弱,抗病能力下降。俗话说:“要活好,心别小。”老子说:“乐莫大于无忧,富莫大于知足。”简而言之,即知足者常乐,这是获取健康长寿的关键。善养生者不生“三气”:闲气、怨气和闷气。何谓闲气?生活中鸡毛蒜皮的小事,单位里的闲言碎语,买东西遇上缺斤短两……这些气就属于闲气,没必要。何谓怨气?拿自己或家人与别人比,比收入,比地位,比房子,比车子、比孩子……难免会出比

怨气,这也大可不必。家家都有本难念的经,谁的痛苦也不会总挂在嘴上。自己真的有那么不幸么?老这么想事儿,不幸恐怕真的会光顾呢!养生不可生的“三气”中,闷气是最伤人的,也是最要不得的。常生闷气,势必造成气滞血淤,疾病也会接踵而至。尤其是长时间生闷气,更会引发严重疾病,比如心脑血管疾病和癌症等。养生保健专家告诫人们:“一天笑三笑,远离病和药。”也许很多人并没有指望能够活到百岁,但是人人都想拥有健康。而快乐的情绪胜过世上一切灵丹妙药。正所谓“起得早,睡得好,七分饱,常跑跑,多笑笑,莫烦恼,天天忙,永不老。”要想健康长寿,就要重构恬淡的内心世界,不管面对顺境还是逆境,都能以平常心对待,保持乐观的心态,这样健康才能伴我们一生。

视觉新闻



尤云,信阳职业技术学院附属医院主治医师,宁夏医科大学硕士研究生毕业,从事肾内科临床医疗工作6年多,熟练掌握肾内科各种疑难杂症的诊断及治疗,对急性、慢性肾小球肾炎、肾病综合症、肾小管疾病、泌尿系感染、慢性肾衰竭、血液净化治疗等有着丰富的临床经验,在国家级、省级核心期刊上发表论文多篇,其良好的医德和精湛的技术赢得了众多患者的信赖。 邓冬梅 朱晓红 摄

“让患者重见光明是我最大的心愿”

——记固始县中医院眼科主任钱俊伟

“自己辛辛苦苦没有什么,能够让患者重见光明,就是医生最大的快乐和幸福,也是我最大的心愿!”固始县中医院眼科主任钱俊伟是这样理解自己的职业的,也是这样践行医生的职业操守的。固始县是河南省第一人口大县,患白内障的人比较多。很多病人家庭因病致贫、因病返贫。该县中医院眼科于2010年被县残联确定为白内障复明工程定点单位。钱俊伟作为眼科主任,开始带领团队主动助残。近年来,他带领医护人员走遍了全县33个乡镇、办事处,累计检查5万余人,查出白内障患者23000人,对13600位白内障患者进行了助残手术,帮助他们重见光明。虽然国家对此类患者补助的费用难以维持手术所需,但是钱俊伟始终克服困难,采取免费普

查、减免手术费用、为特困残疾人捐款等方式,积极投身到这项助残工作中,努力为白内障患者提供真情优质服务。胡族铺镇100岁老妇石彦娇家庭生活异常困难,双目患白内障失明。为给老人治病,钱俊伟向县红十字会捐款6000元现金,专门用于石彦娇老人的白内障手术治疗。通过手术治疗,老人的双眼视力恢复得很好。该镇迎水村84岁的五保老人黄中环,患白内障双目失明、行动不便,被一位志愿者送到钱俊伟面前,钱俊伟没有收取一分钱费用,成功地给他做了白内障手术。近年来,钱俊伟对农村学校的孩子们也给予了特别的关注,先后为141名弱视儿童进行了救助治疗,累计减免治疗费用26万元。看到段集镇庙山小学非常简陋,钱俊伟还拿出自己的积蓄3万余元,为小学捐赠了课桌150张、椅子200张。



今年以来,市妇幼保健院高度重视免费孕前优生健康检查和婚前健康检查工作,多形式、多渠道、全方位加大宣传力度,努力提高技术水平和服务质量,大大降低新生儿的出生缺陷率,提高出生人口素质,造福千家万户。图为近日该院医生正在为婚检对象填写检查结果。 本报记者 殷英 摄

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血液循环中。(石磊)



冬天感冒宜食“凉”

俗话说:“冬吃萝卜夏吃姜。”冬天外界气候虽冷,但人们穿得厚,住得暖,活动减少,食物也以辛辣、温阳类为主,热量较高,造成体内积热不能适当散发,很容易引起肺胃火盛。此时若外感风寒感冒,侵入体内反而会转化为热证。因此,按照中医“以凉胜热”的原则,冬天感冒其实应该选择诸如板蓝根颗粒之类的“凉性”感冒药。

广州白云山和记黄埔中药有限公司与中国工程院院士钟南山共建国家级呼吸疾病实验室,由钟南山院士亲自担纲,聚集全球医药精英,共同破译白云山板蓝根颗粒抗病毒机制。现代研究发现,板蓝根含有多种活性成分,不但可以杀灭病毒,还可多环节进行免疫调节。广州白云山更在这个抗病毒的“王牌”身上投入了一道又一道科技的力量,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产品质量,首家采用“一步制粒”技术生产,起效更迅速,质量更稳定,使广州白云山板蓝根不但成为一个防病毒的“盾牌”,更成为一个抗病毒的经典。目前,白云山板蓝根销量过亿,占有半数以上的市场份额,成为众多消费者的第一选择。在服务上,白云山和黄中药斥资8000万元,计划两年内在全国推出6600家“永不过期”的药店,广大消费者可放心购买,免费更换过期药物,这意味着白云山和黄中药将“永不过期”。(青华)

创建国家卫生城市 提高市民生活质量

健康生活方式

一、儿童家长或儿童监护人要按规定建立预防接种证并妥善保管。预防接种证是儿童预防接种的有效记录凭证。《中华人民共和国传染病防治法》明确规定:国家实行有计划的预防接种制度,国家对儿童实行预防接种证制度。健康行为:(1)儿童在出生后1个月内,儿童家长或监护人应携带儿童出生时医院提供的《新生儿首剂乙肝疫苗和卡介苗接种登记卡》到其居住地预防接种单位建立儿童预防接种证。

(2)在暂住地居住3个月及以上的儿童,由现居住地接种单位负责建立预防接种卡(簿)。如果没有或丢失了预防接种证,家长应到预防接种单位建立或补办预防接种证。(3)在暂住地居住3个月以下的流动儿童,可由现居住地接种单位提供接种证明。

(4)对那些未按规定接种国家免疫规划疫苗的漏种儿童,要劝其到当地疾病预防控制中心指定的预防接种门诊进行补种。(5)预防接种证要长期保存,孩子在入托入学和出国时都需要查验。二、预防和治疗有关病毒和细菌等感染,可以减少相关癌症发生

世界卫生组织公布,全世界有五分之一的癌症是由慢性感染引起的,例如人类乳头瘤病毒引起宫颈癌,乙肝病毒、丙肝病毒与肝癌发生有关,幽门螺旋杆菌与胃癌相关。(1)及时接种乙肝疫苗,预防乙肝病毒感染。感染乙肝病毒应进行正规的抗病毒治疗。

- (2)使用安全套可预防人类乳头瘤病毒感染。
- (3)养成良好的饮食卫生习惯,预防幽门螺旋杆菌感染。感染幽门螺旋杆菌应到医院进行正规治疗。

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。

