

人口计生专栏

市计生系统开展宪法日宣传活动

本报讯(韩文斌 李强)日前,市人口计生委办公室向各县区人口计生部门印发了《关于在全市人口计生系统开展国家宪法日暨全国法治宣传日系列宣传教育活动的通知(以下简称《通知》),要求全市人口计生系统认真开展国家宪法日暨全国法治宣传日系列宣传教育活动。

《通知》明确了此次宣教活动的主题,即“大力弘扬法治精神,共筑伟大中国梦”。明确了活动时间:从2014年11月底开始,到12月底结束。明确了宣传的重点为深入学习宣传党的十八届四中全会和习近平总书记关于全面推进依法治国的重要论述精神;大力宣传党的十八届四中全会通过的《中共中央关于全面推进依法治国若干重大问题的决定》,宣传十二届全国人大常委会第十一次会议关于设立国家宪法日的决定;集中开展宪法学习宣传教育活动,同时,宣传新修订的《河南省人口与计划生育条例》。

泌水区推进计生药具服务均等化

本报讯(杨宏君 李晨光)今年以来,泌水区积极推进计生药具服务均等化,满足育龄群众日益增长的避孕节育和生殖健康需求。

该区健全完善乡级药管员例会制度,采取以会代训的形式,分期分批对区、乡、村药管员进行培训。开展药具发放进机关、进乡村、进社区、进企业“四进”活动,并依托流动人口信息平台 and 全国计划生育药具业务管理信息系统,实现“双向管理、信息互通、资源共享”。在辖区主要街道、商场、车站以及流动人口、农民工集聚地,安装自助式套套机和二代身份证计划生育免费药具发放机,定时、按需补充安全套;在各单位家属院、物业小区设置免费发放药具箱,居民和流动人口可在门卫室登记领取;向群众发放免费药具服务联系卡,计生管理员根据需求送药具上门。制定安全套自助发放机使用管理办法,实行统一模式、分级管理、岗位练兵、目标考核,加强监管,严禁免费药具流入市场。

淮滨县多措并举建设“五型计生”

本报讯(孙静茹 马巨良)近年来,淮滨县积极探索新型计生发展模式,采取多种措施,建设“五型计生”,丰富服务内涵。

该县推行政务公开,建设“阳光计生”,督促基层单位及时、准确地公开计生法律法规、奖励优惠政策,更新工作动态。开展优质服务,深化“温馨计生”,推行免费孕前健康检查“全覆盖、零距离”服务,出台便民举措,简化办证程序,实行全程代办制。坚持依法行政,打造“公平计生”,开展计生法律法规培训,提高执法人员的守法意识和执法能力,做到文明执法、公正执法;认真开展社会抚养费征收和行政许可案卷评查工作,进一步规范生育审批制度,完善打击“两非”机制和流动人口管理机制,实现流动人口管理服务均等化。落实扶持政策,实现“惠民计生”,努力做到3个“百分百”,即农村部分计划生育家庭奖励扶助对象和特别扶助对象资格确认准确率达100%,农村独生子女中考加分资格审查合格率达100%,各项计划生育家庭奖励、救助资金落实率达100%。拓宽监督渠道,体现“民主计生”,广泛听取群众对计生工作的意见和建议,认真查摆问题,及时有效整改。

罗山县积极宣传“世界艾滋病日”

本报讯(姚波)连日来,罗山县人口计生委、计生协、卫生局联合行动,认真开展第27个“世界艾滋病日”宣传服务活动。

该县通过设立咨询台、悬挂横幅、张贴宣传画、发放资料、展出板报等形式,广泛宣传艾滋病预防知识;结合生殖健康检查月活动,向育龄妇女发放艾滋病防治宣传品,开展妇科病普查普治活动;举办预防艾滋病知识讲座,抽调技术服务人员组成关爱农民工服务队,深入辖区大型企业和建筑工地,为外来务工人员免费进行健康检查,并发放宣传小册子和安全套。

魏岗乡抓好孕优生健康检查工作

本报讯(蔡大恒)今年以来,潢川县魏岗乡采取多项措施,全力抓好免费孕优生健康检查工作。

该乡一是派出计生工作人员进村入户,向育龄妇女面对面宣传优生知识,并免费发放宣传彩页。二是利用农村广播,采取出动宣传车、在集市设宣传点等方式,广泛宣传免费孕优生健康检查相关信息。三是利用节假日及农忙期间大量外出务工育龄妇女返乡的时机,组织计生人员为她们提供全方位的免费孕优生健康检查服务。

项店镇亲情化计生服务暖人心

本报讯(徐英 甄霞)今年以来,息县项店镇开展“零距离”随访亲情化计生服务活动,受到育龄群众的欢迎。

该镇建立村级育龄妇女孕情随访记录登记制度,做到随访“村不漏户,户不漏人”,全面提升计生服务水平;把落实避孕节育措施作为减少计划外怀孕、稳定低生育水平的突破口,组织计生工作人员进村入户和育龄妇女促膝谈心,向她们推荐最适合的避孕措施;将随访服务与宣传计生法律法规、普及优生优育知识相结合,做到动态管理,为育龄群众提供全程服务。

中草药铺就致富路

淮滨县大力发展中药材产业

□韩浩 李鹏

这几天,喜获板蓝根丰收的淮滨县金堡中草药种植专业合作社负责人李金锋忙得不可开交。

“全归功于县委、县政府的大力支持和乡、村干部的全力帮助,今年种植板蓝根效益好,俺流转了400亩土地,成立了淮滨县金堡中草药种植专业合作社,又协调资金40万元,购买了化肥、种子。现在正是板蓝根收获季节,一年4茬,叶子可收600斤,根500斤,亩收入可达7000元,年收入可达300万元。”说到今年种植

中药材的收益,李金锋高兴得合不拢嘴。在淮滨县像李金锋这样靠种植中药材发家致富的农民有很多。

淮滨县大部分地区处于行洪滩区,如何把土地合理利用起来,发挥最大的经济效益,一直是该县委、县政府最为关注的问题。近年来,该县把中药材种植作为调整产业结构、促进经济发展、增加农民收入的重点产业来培育,通过成立合作社、流转土地、建立基地,带动农户大力发展中药材产业。

“政府帮助规划、协调土地,采取土地流转、租赁的方式,提供种植技

术、市场信息,协调资金。”该县县委书记吴刚说,“我们要让中药材种植成为老百姓致富的‘主打项目’。”

该县王家岗乡农民熊俊伟也是通过种植中药材实现了自己的致富梦。他所在的金河滩中药材种植专业合作社主要种植猫爪草、半夏、桔梗等药材,面积达2000亩,今年收益2000多万元。

李金锋、熊俊伟这些当地的种药材种植大户不但自己大面积种植中药材,还积极带动其他农民加入中药材种植专业合作社,拓宽了他们致富的门路。种植中药材使当地农民的腰包越来越鼓,他

们种植中药材的积极性空前高涨。目前,中药材种植已成为该县农民增收致富新的增长点,全县有8000

多户村民参与了猫爪草、半夏、板蓝根、白芍等中药材种植,面积达3万亩。这些药材收获后,可增收2亿元。

编者语:信阳中医药文化底蕴深厚,中医药资源丰富。近年来,我市结合各地现有药材产品资源优势,不断加大扶持力度,重点培育和发展新县“银杏”、“苦参”,商城县“桔梗”、“苦参”、“栀子”、“茯苓”,光山县“辛夷”、“国槐”、“穿心莲”、“杜仲”,淮滨县“猫爪草”,息县“息半夏”,固始县“天麻”、“杜仲”、“金银花”,平桥区“天麻”、“柴胡”、“苍术”、“半枝莲”、“金银花”,浉河区“夏枯草”、“百合”、“千里光”等地道中药材,中药材种植在全市已形成较强的发展态势。根据资源优势 and 市场需求,大力开发中药材产业,无疑成为当前和今后信阳推进农业产业化经营、促进农民增收的又一途径。

健康快讯

我市开展健康教育专业技能培训

本报讯(疾宣)近日,我市开展健康教育专业技能培训。培训内容与健康教育工作方法与技巧、摄影技术知识、健康教育基础数据收集整理与上报等。此次培训,对加强我市健康教育专业队伍建设,全面提升专业技术人员基础理论知识和技能,起到了积极作用。

光山县人民医院举办演讲比赛

本报讯(李勇)日前,一场别开生面的以“学习《弟子规》,树立正确人生观”为主题的演讲比赛在光山县人民医院举行。该院近40位医务工作者紧密结合日常工作、生活实际及学习《弟子规》的亲身体会,或娓娓道来,或慷慨激昂,用生动的语言、身边的故事,颂扬了中华民族传统美德。

丰集镇卫生院重视培养青年医生

本报讯(曹可成 许峰)近年来,商城县丰集镇卫生院非常重视对青年医生的培养,积极为青年医生争取学习进修指标,提高他们的综合素质和诊疗水平;每月拿出专项资金,对青年医生进行生活补助;统筹单位住房,优先解决青年医生的住宿问题,确保引得进、留得住人才。

市肿瘤医院为患者提供个性化服务

本报讯(朱德君)“凡在市肿瘤医院就诊的患者,均能得到医院各学科专家共同会诊。专家将从疾病本身出发,以提高疗效及患者生活质量为目标,制定出适合患者的治疗方案。”市肿瘤医院相关负责同志这样向记者介绍。

近年来,市肿瘤医院改变单学科、简单化、程序化治疗方式,积极探索建立以“专科、专病为中心”的多学科联合诊疗体系,取得了良好效果,受到患者的欢迎。

病人入院后首先由经治医师进行初步检查筛选,诊断明确后提出会诊意见,然后每周由业务院长主持,对新入院的肿瘤病人进行联合会诊,各临床科室针对

疾病提出意见,各专家针对病人的不同情况发表诊疗意见,提出个性化的治疗方案。针对重点疑难病人,相关科室主任还要进行专题讨论。通过联合会诊,该院各专科、各专业专家可以取长补短,年轻医生亦可得到快速成长,进一步开放医学眼界;病人将进一步了解自己的病情,知道是否需要手术、放疗、化疗、微创治疗或联合治疗。

“联合会诊、个性化服务”诊疗体系已成为该院创新诊疗和管理模式的“得意之作”,不但可以实现科学检查,正确诊断,系统、规范、适时、适度治疗,取得更好的诊疗效果,还能降低医疗费用,减轻患者负担。

创新点评模式 提高处方质量

信阳职业技术学院附属医院举办首届处方点评终评会

本报讯(邓冬梅 朱晓红)为提高处方质量,促进合理用药,保障医疗安全,日前,信阳职业技术学院附属医院举办首届处方点评终评会。将之前检查中发现的具有代表性的问题处方、有争议评价处方和需要各科室注意的处方逐一分析、讨论、评价。

此次处方终评以每月处方点评、检查,门诊处方抗菌药物分析工作为基础,由该院临床各科主任担任评委,各科

室、各专业可根据各自特点进行学科互补,不仅解决了很多有争议的处方书写问题,还对药物临床使用的适宜性进行了深入探讨,提高了各临床科室对处方正确书写的认识,促进了各科室合理用药。

这种新的处方点评模式也获得了该院临床各科主任的好评。他们在终评中认真做好记录,并在会后邀请该院药理学专业人员进行处方

方书写和合理用药培训,对存在的问题及时整改,有的甚至还将评价中出现的处方书写及用药注意事项贴在自己的办公桌旁,时时学习。

通过处方点评,该院一些常见的处方书写问题得到及时解决,处方质量明显提高。下一步,该院还将把处方点评的范围扩大,对特定药物或治疗特定疾病的药物使用情况进行点评,将处方点评工作常态化。



许华娟,信阳职业技术学院附属医院心血管内科主治医师,曾是信阳市急诊医学协会会员,10年来一直工作在临床一线,积累了丰富的临床经验,擅长对高血压,心血管内科常见病、多发病及心血管急危重症的诊治;注重对患者进行院外康复指导,提高了患者的生活质量,降低其再入院率,获得广大患者的好评。图为许华娟(左一)正在带教学生。邓冬梅 朱晓红 摄

献血无损健康,只需一点勇气

从血量上看:正常成人总血量约占体重的8%左右,大约4000毫升至5000毫升,献血一次200毫升至400毫升不足全部血量的10%。科学测定,健康人一次失血10%以下极少引起症状。无数献血者实践证明,健康人适量献血不会影响健康。

从血循环上看:人体约有20%的血液存于肝、脾等器官内,偶有失血,这些储存的血液,会迅速补充血容量,在短时间内恢复

正常,不会影响正常的血循环和血压。

从新陈代谢上看:同任何生物一样,人的血液是不断新陈代谢的。一般每4个月红细胞要更新一次,献血会刺激造血功能,促进新陈代谢。增加新生细胞,有利于身体健康。(石磊)



专家支三招,教你防流感

伴随着冬季的到来,流感也迎来了“高发期”。这一时节,天气开始变得寒冷,大风、大雪将会出现,特别容易引发呼吸道疾病,患感冒的人比平时多好几倍。那么在冬季,我们该怎样预防流感呢?日前,来自国家呼吸疾病重点实验室的专家给支了三招。

第一招——多喝水,充分休息
对人体来说,水分的摄入可以调节体温。同时,水的流动性大,能随血液循环迅速分布全身,不仅使代谢过程中

生的热在体内迅速均匀分布,还可使感冒病毒及其代谢产物被稀释,通过循环运送到外环境中。

第二招——中药抗病毒,提高免疫力
在流感多发季节,可适当服用一些药物,抗病毒防流感。西药对人体的副作用较大,所以建议大家选择中成药,切忌滥用抗生素,因为普通感冒多为病毒感染,而抗生素主要是针对细菌而不是病毒,不仅不会治好感冒,反而会降低人体的抗病能力。大家可选用一

些质量信得过的名牌中成药,比如白云山的板蓝根冲剂,采用GAP基地药材和指纹图谱质量技术,具有抑制多种流感病毒的作用,可提高机体免疫力,将感冒病毒挡在体外。

第三招——坚持锻炼,开窗通风
由于气温下降,很多人减少了户外运动量,这样往往不利于感冒的防治。户外运动应该坚持,但是要适度。早晚可在户外散步,增强血液循环,提高免疫功能。病毒主要通过空气飞沫经呼吸道传染,而空气不流通的话则容易导致病毒在室内大量存留,所以通风是最好的消毒。(青华)

创建国家卫生城市 提高市民生活质量

健康生活方式

□李守军

一、注意饮食和饮水卫生,不吃不洁或半生食物

肠道传染病的病原体借粪便排出体外,污染水和食物,如果进食受到污染的食物或饮用受污染的水就容易感染疾病。

- 健康行为:
- (1) 饮用煮开过的水或经过消毒处理过的水。
 - (2) 不购买没有正规标识、过期的或包装破损的食品。
 - (3) 生和熟的食物要分开处理,不用同一案板和刀具,以免交叉污染。

- (4) 食物储藏要防虫防尘,不用报纸、不洁的纸张或物品包裹食物。
- (5) 不吃不洁或半生食物,生吃瓜果要彻底洗净。
- (6) 冰箱储存的熟食品要彻底加热才可食用。
- (7) 烹调食物前、饭前都要洗手。

二、积极进行脑卒中的康复,改善预后和生活质量

脑血管病后遗症严重影响患者的生活质量。其中以偏瘫最常见,危害最大。脑卒中发病后6个月内是患者功能康复的关键时期,应积极开展功能康复,尽可能恢复或补偿患者缺损的功

能,增强其参与社会生活的能力,同时避免原发病的复发。

健康行为:
(1) 采取现代康复技术和我国传统康复技术相结合的方法,包括运动疗法、作业疗法、语言疗法、心理疗法、针灸、推拿等康复训练。

- (2) 建议患者每周至少3次,每次至少30分钟至45分钟的功能训练。
- (3) 脑卒中患者家属要密切配合接受辅导,支持和督促患者进行康复运动。

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。

