

2015,健康与您同在

本刊编辑部

马去雄风在,羊来福气生。在2015年新春即将到来之际,《健康新闻》版与您如约相见

过去的一年,我们有许多努力,也有许多收获。努力换来的是经验,拼搏换来的是成果,汗水换来的是业绩,勤劳换来的是收获。

2015年,《健康新闻》版将继续定位于市委、市政府卫生信息的权威发布平台,全市卫生部门、医院的宣传阵地,广大人民群众的健康顾问。在做好卫生、健康新闻报道的同时,我们力求在新闻、生动上下功夫,让读者喜闻乐见,努力提高传播影响力,争做信阳卫生宣传的排头兵。

2015年,我们在继续做好《健康快讯》(人口计生专栏)《视觉新闻》《健康时评》《无偿献血知识宣传》等栏目的同时,将新开辟《专家档案》《舌尖上的安全》《护士风采》《健康之路》《名院长》等栏目,加强健康传播,服务百姓民生。

精益求精是我们不懈的追求。在今后的日子里,我们将不断地根据您的需要对版面进行调整。我们期待,我们努力的方向与您目光关注的方向越来越一致。我们期待您一如既往的关爱与帮助。

2015,健康与您同在。

切实提高参合农民受益水平

我市召开2014年度新农合运行分析会

本报讯(记者 秦旭)近日,市卫计委召开2014年度新农合运行分析会,对全市新农合运行情况进行了全面分析,并对2015年主要工作进行了部署。

会上,市卫计委有关负责同志回顾总结了2014年度新农合工作,充分肯定我市新农合工作取得的成绩,并对2015年新农合工作提出明确要求。各县区分别汇报了本辖区新农合运行情况及存在的问题,并提出了改进措施和合理化建议;市级新农合技术专家组专家对全市新农合工作存在的问题进行了分析和指导。

总结成绩,正视问题,增强做好新农合

工作的责任感和紧迫感。会议指出,2014年,我市新农合基金总支付率为94.09%,新农合基金运行安全平稳。全市参合农民550.69万人,参合率99.55%,受益水平逐步提高。定点医疗机构管理进一步加强,管理经办机构服务能力进一步提高。新农合大病保险工作顺利启动,无须再次缴费,年度合规自费累计1.5万元以上均可再获补偿封顶线达30万元的大病保险二次报销。农村居民重大疾病保障病种扩大到35种,保障水平进一步提高,实行了阑尾炎、剖宫产等25种常见病种新农合定额补偿报销,引导患者常见病、多发病在基层就医。对全市

2755名新农合肾透析病人进行了全面摸底调研,为缓解这部分患者“因病致贫、因病返贫”问题提供了科学决策依据。各县区坚持新农合月分析,市级坚持季度分析、总结、检查、督导、通报等制度,配合省、市、县三级开展全市、村两级定点医疗机构新农合专项治理和涉及民生资金专项检查督导工作。

统一思想,提高能力,强化监管,切实提高参合农民实际受益水平。会议要求,加快2015年度新农合筹资进度,确保参合率稳中有升;深入开展新农合支付方式改革工作;强力推进新农合按病种分组分类

付费工作;开展“新农合政策落实监管年”活动,强化监管,规范定点医疗机构服务行为。

加强领导,严肃纪律,狠抓落实,确保新农合各项工作落到实处。会议强调,各相关部门要认真践行党的群众路线,在开展新农合工作中要做到“四个有”,即“心中有党要忠诚”“心中有民做公仆”“心中有责有担当”“心中有戒守规矩”,始终严格要求自己,加强道德修养,认认真真做事、清清白白做人,使新农合成为惠及全市农民的民生工程、满意工程,努力推动我市新农合工作再上新台阶。

解决特困患者就医之难

市疾病应急救助基金为首批34名“无主”急救患者买单

本报讯(王琨 严珂)近日,根据“分级管理、分级负责”的原则,经过公安、民政等有关部门的审核认定,我市首批34名“三无”人员和无力支付相应费用的特困急救患者得到市疾病应急救助基金的救助,总金额51万余元。

疾病应急救助基金是市政府设立的,用于在信阳市行政区域内发生的急重危伤病、需要急救但身份不明确或无力支付相应费用的患者。根据河南省卫计委等5部门印发的《河南省疾病应急救助制度实施办法》,市政府成立了信阳市疾病应急救助基金监督管理委员会及办公室,明确各相关部门职责,形成常态化的工作机制。该基金作为特困人员医疗救助的补充,对享受救助的人员范围、申报

条件及申报程序均有明确的规定:“三无”人员由公安部门认定,特困人员由民政部门认定,且仅用于这两类人员医保、保险等报销后的急救费用。医疗机构对其紧急救治所发生的费用,可向疾病应急救助基金申请补助。每半年,由医疗机构统一申报,基金监管办抽调专家进行审核,经基金监管委审核通过后方可享受救助。《基金管理办法》同时规定,骗取救助基金,将受到严肃处理。该基金由审计部门、人大代表、政协委员和新闻媒体进行监督。

疾病应急救助工作的开展,为我市“三无”人员和无力支付相应费用的人员带来了福音,缓解了医院院的垫资压力,解除了医务人员的后顾之忧。



专家档案

夏雪,信阳职业技术学院附属医院内科住院医师,2011年毕业于新乡医学院,参加工作以来,凭着对工作的满腔热情和认真负责的工作态度,熟练掌握了高血压、冠心病、心力衰竭、心脏瓣膜病等常见心血管疾病的诊治。工作之余,潜心钻研业务,不断提高自身业务水平。热情帮助患者,积极参加医院义诊活动,为患者普及健康保健知识,得到患者的信赖与好评。

邓冬梅 朱晓红 摄

人口计生专栏

省卫计委督察组到平桥区督察工作

本报讯(钟凯 王志杰)近日,省卫生计生委第七督察组到平桥区督察人口和计划生育重大政策落实情况。督察组到平桥区近年来在人口和计划生育工作中创新服务手段、认真贯彻落实各项重大政策给予了肯定,并对下一步工作提出具体要求:以机构改革为契机,全面加强人口和计划生育队伍建设;以均等化为目标,建立流动人口计生服务体系;以全员人口信息核查为基础,加强信息化管理;以综合治理为手段,大力开展出生人口性别比治理工作;以国家免费孕前优生健康检查项目为带动,提供优质服务;以维护群众利益为目的,做好利益导向工作。

浉河区加强流动人口计生服务

本报讯(李岚)春节临近,外出流动人口返乡进入高峰期,浉河区人口计生委积极开展宣传、服务、慰问活动。一是在火车站广场举行了“情暖流动人口、构建和谐计生”大型主题宣传服务活动。二是组织各计划生育服务中心(计生办)工作人员,对外出流动人口家庭生活状况进行调查统计,并开展走访慰问活动。三是保证各个服务窗口能够提供优质的生殖健康、证件办理、便民维权等服务。

罗山县做好计生奖扶对象核查工作

本报讯(姚波)近期,罗山县人口计生委扎实开展好计生家庭奖扶、特扶对象摸底核查工作。该委采取电话约访、上门询问等方式,做好往年奖扶、特扶对象年审,以及2015年新等奖扶、特扶对象资格确认、全员复查审核、个案上报等工作;结合发放计生奖扶、特扶宣传年画,进村入户,宣讲奖扶、特扶政策,并对相关证件进行认真核对、登记,确保所有计生奖扶、特扶对象符合政策;切实做好奖扶对象的摸底、申报、评议、审核、公示等工作,严防瞒报、漏报,确保上报数据规范准确。

淮滨县人口计生委倾心服务育龄群众

本报讯(朱青 马巨良)为做到避孕药具发放服务的广覆盖、全覆盖,今年以来,淮滨县人口计生委积极做好服务人群、服务空间、服务时间等三方面的延伸工作。一是延伸服务人群。在继续做好户籍地育龄群众避孕药具发放服务的同时,加强辖区流动人口、残疾人、下岗失业等人员的药具发放和随访服务工作。二是延伸服务空间。在坚持上门服务的基础上,在县城建立计生药具发放点。三是延伸服务时间。实行“服务承诺制”,公开服务承诺内容、免费药具品种和领取途径,公布服务热线及举报电话,为群众提供24小时无障碍服务。

爱心捐衣 传递温暖



李岚 杨梅 文/图

去年入冬以来,部分无亲属照顾的流浪救助病人出现了缺少棉衣的情况,为了让这些特殊的病人感受到信阳市精神病院这个大家庭的温暖,1月中旬,该院向全院干部职工发出倡议:将家中不穿的棉衣捐献给病人。

一方有难八方支援。倡议发出后,得到了该院广大干部职工的热烈响应,大家纷纷将家中不穿的旧衣物清洗干净捐赠出来,有的甚至将今冬买的新棉衣也带到医院捐献给病人。截至目前,已捐赠棉衣70余件,及时解决了流浪救助病人的御寒问题,用爱心温暖了病人的身心。

哪些情况下暂时不能献血

- 1.半月内拔牙或其他小手术者。
- 2.妇女月经前后三天及月经失调、妊娠期、流产后未孕六个月、分娩及哺乳期未孕一年者。
- 3.感冒、急性肠胃病病愈未一周者,急性泌尿道感染病愈未一个月者,肺炎病愈未三个月者。
- 4.某些传染病:如痢疾病愈未

满半年者,伤寒病愈未一年者,布氏杆菌病愈未两年者,疟疾病愈未三年者。

(石磊)



心理门诊

莫被微信“绑架”了

张晓非

小李得了“微信强迫症”,他总是时不时地看手机微信,看看朋友圈有些什么新鲜事情发生。如果是自己发了照片,就更加迫不及待地希望看到朋友们作何评论。如果哪天没有任何信息,他就会焦躁,感觉到“无比失落”。现在许多人同小李一样,被手机网络“绑架”了。网络给人们带来便利的同时也带来了各种各样的“病”和“瘾”,如果过度依赖,会影响我们的身心健康。

微信中自我欣赏,窥探他人

在紧张的社会生活节奏中,每个人都在芸芸众生中“寻找自己”,渴望获得别人的肯定和认可。微信作为一种简单

而快捷的社交方式,让我们从他人的认可中获得自我满足感。人们潜意识中的好奇心,都有窥探他人的天性,而浏览微博、微信给人们提供了一个观察他人思想和行踪的途径。这正是微信朋友圈“看客”们乐此不疲、沉浸其中的内心感受。

微信也会忧心劳神

由于微信中信息泛滥,也会制造“心理垃圾”,如果我们须臾不离手机,形成对微信的心理依赖,必然会给我们的身心带来困扰。最显著的就是时间的“碎片感”,容易引起“注意力不集中”“强迫症”等心理问题。现在不少人每天在微信群里“群聊”,占用了大量的时间,同时也劳心耗神,且“成瘾”行为已形成强迫思维。

莫被微信绑架当“信奴”

首先,不妨给微信朋友圈来个清扫,果断屏蔽“垃圾制造者”,把影响自己内心情绪的微信好友删除。其次,调节自己的心态。不妨放下手机,出去走走,放空自己,给自己的心灵世界留一个清静淡定的空间。其实,生活中有太多比玩手机、刷朋友圈更重要的事情,比如面对面地交流,维护好网络线下的朋友圈。总而言之,克服“微信强迫症”最根本的办法就是法除躁修炼自己,不断给自己充电,培养自己面对社会的真实自信,回归到社会现实中,经常与人正面沟通。微信只是我们的社交方式之一,适可而止,切忌天天耗在微信里。

创建国家卫生城市 提高市民生活质量

李宇军

一、癌症是可以预防的

远离癌症,要从改变不健康生活方式做起。世界卫生组织认为,癌症也是一种生活方式疾病,坚持不吸烟、健康饮食、适量运动的生活方式和防治有关的感染,可预防40%的癌症,倡导健康生活方式,远离危险因素是预防癌症的第一要务。

健康行为:

- (1)戒烟限酒。
- (2)适量运动。
- (3)保持正常体重。
- (4)接种乙肝病毒疫苗。
- (5)改善居室通风条件。

健康生活方式

- (6)成年妇女经常进行乳房自查、定期做宫颈细胞学检查。
- (7)加强劳动保护,减少与致癌物的职业性接触。
- (8)避免长时间强烈阳光照射。
- (9)保持周围环境卫生,减少污染。

二、保持良好生活习惯

提高身体抗病能力,可降低呼吸道感染病感染的可能性。积极锻炼身体,可增强体质,有效提高自身免疫系统的活力;

规律的生活作息和均衡的膳食可提高人体自身的抗病能力。当人体受凉时,呼吸道血管收缩,血液供应减少,局部抵抗力下降,病毒容易侵入。

健康行为:

- (1)应遵循“循序渐进、持之以恒”的锻炼原则,根据个人情况选择合适的锻炼方式,如散步、慢跑等。
- (2)保持正常的生活规律,避免过度劳累,保证充足的睡眠,减轻心理压力,以

提高机体抵御疾病的能力。

(3)注意均衡饮食,适度增加营养,少吃辛辣食物,多吃清淡、易消化和富含维生素的水果、蔬菜等食物。

(4)根据天气变化适时增减衣服,避免受凉。

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。



热烈祝贺《信报楼市》周刊创刊

信阳市老城房地产开发有限公司

金色依居66折限量发售,实景现房3900元起

地址:茶韵路与茗阳路交汇处向南500米 电话:0376-6563999