



健康信阳 微信公众账号

市中心医院 微信公众账号

健康新闻服务热线:15188553832 13839781529

2016年9月15日 星期四

策划:祁倩 责编:韦海俊 审读:庭军 组版:徐冉

电话:15803767199 邮箱:qi-qian@163.com



健康信阳进行时

——来自一线记者的“微报告”



为弘扬雷锋精神,9月13日下午,市卫计委组织志愿者到阳光嘉苑社区开展“中秋·关爱”志愿服务活动,慰问空巢老人和困难家庭,并在社区门口免费为群众义诊。

本报记者 李宇 戴子翔 摄



9月13日,浙河区谭家河乡田冲村正在开展健康服务进万家秋季优质服务月活动。开展此项活动以来,该乡组织卫生技术人员、乡村医生与全科医生服务团队,深入18个村居,做好普通人群健康档案的新建和纠错更新,突出做好0-6岁儿童、孕产妇、65岁以上老年人、慢性病、重症精神病等七类重点人群健康管理和随访服务。

彭延斌 摄

进入秋季 当心隐翅虫皮炎

□姜其学

隐翅虫皮炎,是一种由人体接触隐翅虫毒液后引起的急性皮肤炎症。隐翅虫属昆虫纲、鞘翅目、隐翅虫科,是一种蚁形小飞虫,种类很多,其中有致病作用的是毒隐翅虫。后者白天栖居于阴暗潮湿处,有趋光性,夜间在灯光处飞行。隐翅虫身体各处均含有毒素,当其停留于皮肤上受压或被拍打、压碎时,即释放强酸性毒液(pH1-2)灼伤皮肤,数小时后出现皮肤损害。

本病多见于夏、秋季。信阳地区,秋季的发病率远高于夏季,以暴露部位多见,如面、颈、胸、四肢等部位。皮损多呈条状、斑片状或点簇状水肿性红斑,其上密集有针头大小的丘疹、水疱及脓疱,部分损害中心可融合成片,表面稍下陷呈灰褐色,抓破可致糜烂和结痂。轻者有痒痛和烧灼感,重症疼痛较明显,如果皮损严重及范围广泛者,可引起头痛、发热、局部淋巴结肿大等相应症状。病程约1-2周,痊愈后常留有暂时性色素沉着。

防治措施:搞好环境卫生,消灭居所周围隐翅虫孳生地。关好纱门纱窗,隐翅虫有明显的趋光性,所以要不开灯睡觉。当隐翅虫附着于皮肤时,不要用手揉搓或拍打,最好用嘴吹掉或用器物拨掉,及时用肥皂水洗净皮肤,局部涂抹炉甘石洗剂,症状严重者需对症治疗。

(作者单位:信阳职业技术学院附属医院)

老人遇上这种牙疼该怎么办

“哎哟,疼死我了,快帮我看看牙吧,两天都没怎么吃东西了,太疼了……”近日,家住浉河区的刘建军老人捂着嘴来到信阳名洲牙科医院。刘建军老人有4颗牙齿缺失,每天靠假牙来维持日常饮食。最近,牙龈发炎红肿严重,一戴上假牙就疼得要命。

在老人做了系统的检查后,信阳名洲牙科医院种植科主任王忠斌告诉刘建军,根据他的情况,假牙不能再继续佩戴,采取无痛种植牙是他目前最佳的修复方式。

种植牙采用微创无痛技术,3-4毫米微小切口,减少了肿痛和出血量,与传统种植牙相比,能将创伤程度降低到最小,全部过程只需5-10分钟,大幅度缩短了种植牙时间,降低了感染率,种植位置准确,成功率高。种植牙可以增加咀嚼功能,保持身体健康。

名洲牙科的专家还告诉笔者,做种植牙一般是没有年龄上的限制的,老年人也可以种植。在国外就曾有80岁老人成功种植假牙的病例。但是有一部分人需在医生的指导下控制好慢性疾病,等身体状况较好的时候再做种植牙,如糖尿病、高血压等老年人常见的慢性病。只要这些疾病控制好,一般都可以做种植牙。

(袁野)

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。输血会给人带来较轻或重的免疫反应。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,并取得最佳的疗效。人体内的血小板7天至9天就会更新一次,捐献一个治疗量的血小板,健康人只要2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黏稠度。

(刘荣蕾)



针对留守老人养老问题,王集村在县、乡的支持下,把村委会空闲办公室和农村闲置的民房改建成4个互助幸福院。互助幸福院以老人自我管理、互助照顾为主,采取自我选择、协议互助、来去自由的管理模式。此外,村里为每个互助幸福院配备了一名专业护理人员。

记者了解到,近年来,我市敬老养老事业快速发展,新增城乡社区养老服务设施69所,新增社会养老机构4家,新增床位656张。城镇居民基础养老金月人均提高到78元,城乡低保对象年补助标准分别提高到不低于2700元和1380元,农村五保对象集中供养、分散供养标准分别提高到不低于3800元和2800元。与此同时,我市还创新了居家养老服务中心、互助养老等模式,老年人的晚年生活更有保障。

中小学校 课间活动缤纷多彩

“原地踏步走,一二三四五六七八,二二三四五六七八;伸展运动,预备……”9月8日上午9点50分,伴随着悠扬的旋律,平桥区二小的学生排着整齐的队列,在校内操场上做广播体操。

“课间操是我们学校的特色,每天两次,上午9点40到10点10分,下午4点50到5点10分。这里面不但有广播体操、眼保健操,还有音乐、体育老师自己编创的课间操。比如,我们将太极和舞龙结合在一起,编成了《舞龙太极》;我们结合儿童的喜好,编创了《小苹果》《最炫民族风》《爸爸妈妈爱我》《爸爸去哪儿》等时尚的课间操。”平桥区二小副校长谭枫楠告诉记者,每学期,学校的课间操都会有变化,这样,学生就会有新鲜感。下一步,学校还准备将武术引进校园,更好地锻炼学生的体魄。

走在校园里,记者看到墙上处处张贴着“为学生的终身发展奠基,为学生的健康成长给力”“每天锻炼一小时,健康生活一辈子”等鼓舞人心的标语,彰显了对



平昌关镇敬老院老人正在摘自己种植的冬瓜。 本报记者 戴子翔 摄

或打纸牌、聊家常、看电视,其乐融融。

81岁的王凯兰老人,今年3月份到服务中心居住,如今已经习惯了这里闲适安静的生活。“这个地方真不错,又安空气又好,有人照顾,有这么多人可以拉家常,还可以吃自己种的菜。”王凯兰告诉记者,老伴已经过世,她不会音乐、体育老师自己编创的课间操。比如,我们将太极和舞龙结合在一起,编成了《舞龙太极》;我们结合儿童的喜好,编创了《小苹果》《最炫民族风》《爸爸妈妈爱我》《爸爸去哪儿》等时尚的课间操。”平桥区二小副校长谭枫楠告诉记者,每学期,学校的课间操都会有变化,这样,学生就会有新鲜感。下一步,学校还准备将武术引进校园,更好地锻炼学生的体魄。

记者了解到,平昌关镇居家养老服务中,有14位是家人送来的,每月需交纳1000元养老费,其余6位都是优质医疗资源下沉,有效推动了分级诊疗的落地,较好地满足了全市各级群众日益增长的医疗服务需求。

在息县人民医院,记者见到了正在交费的赵女士。赵女士生病住院,应交费3800元,医院实际只收了赵女士1380元。“这个是我们县里弄得综合支付,可以先报销后交费。我只需交新农合报销后的自费部分就可以了,又方便又好使。”对于息县创新的综合支付,赵女士十分称赞。综合支付,不仅减轻了患者负担,更得到了党中央和国务院的关注,成为我市医疗改革的一大亮点。

记者了解到,目前,我市城乡居民大病保险制度已实现全覆盖,相比2010年,新农合和城镇居民医保财政补助标准增长216.7%,减轻了群众看病负担,提升了群众健康水平。



图为平桥区二小学生正在做眼保健操。

本报记者 袁野 摄

□本报记者 曹新俊

健康事关你我他,事关国家与民族的未来。近年来,随着经济社会的快速发展,群众越来越追求健康,对健康的要求也越来越高。党中央和国务院提出建设“健康中国”的目标,制定了“健康中国2030”规划纲要,习近平总书记在今年的全国卫生与健康大会上强调“要把人民健康放在优先发展的战略地位”,顺应民众关切,对健康中国建设做出全面部署,切实为群众健康保驾护航。

在今年年初我市“两会”上,市委、市政府提出了建设“健康信阳”,积极推进医疗与养老、保健、休闲相结合的健康产业发展;积极深化县级公立医院综合改革,大力支持社会办医,强化基层卫生服务能力建设等。

连日来,记者一行深入我市医院、敬老院、中小学校等地,详细了解“健康信阳”建设情况。

医疗机构 服务体系不断完善

“你看,这是我们医疗区,3号病房楼规划10层,已于7月2日封顶;1号综合门诊楼规划4层,已于8月18日封顶;2号楼规划10层,和3号楼对称,目前正在施工中,计划10月底封顶……”昨日,在河南圣德医院项目施工现场,医院总经理程红向记者介绍项目建设进度。

河南圣德医院是一所现代化大型民营综合医院,位于我市羊山新区新三路中段,新二十四大街东侧。项目建成后,将进一步加强我市医疗服务体系建设,有力推进我市医疗卫生体制改革。

河南圣德医院项目,只是我市完善医疗基础设施建设的

信阳市中心医院优秀护士光荣榜



魏晶晶 NICU主管护师

从事儿科护理工作15年,在平凡的岗位上默默奉献,经常加班加点,将满腔的热情投入到儿科护理事业中。孩子纯真的眼神,求助的哭声,强烈的皮肤饥渴感,使我深深懂得护理工作不仅是用双手机械地忙碌,更要用心、用情、用爱,去面对每一位患儿。耐心与病人家属沟通,多次得到患儿家长的好评,并多次被评为医院及科室先进工作者、医院优秀护士,作为科室护理质控小组成员,能够主动协助护士长做好护理质量监督工作,得到了科室领导及同事的一致好评。



9月3日至10日,固始县人民医院组织专家深入各乡镇开展“义诊活动下基层”“健康大讲堂”等活动。专家们详细地为当地群众讲授健康知识,提高群众的健康意识,培养正确的就医理念,并开展义诊活动,为群众提供健康咨询服务。

本报记者 李宇 袁野 摄