

深化医药卫生改革 打造区域医疗中心

2018年全市卫生计生工作会议召开



会议现场。 本报记者 刘彩霞 摄

本报讯(记者 杨三川)3月19日,我市2018年卫生计生工作会议在市三院召开。

市卫计委党组书记、主任吴书清及各各县区卫计委有关负责同志、民营医院协会会长、我市首届十大“最美卫计人”等参加会议。

会议传达了市委经济工作会议和全省卫生计生工作会议会议精神,简要回顾了2017年卫生计生工作,部署2018年各项任务,进一步动员全市卫生计生系统干部职工振奋精神、奋发有为、开拓进取、攻坚克难,开创健康漯河建设新局面。

会议宣读了副市长栗社臣发来的贺信。贺信中,栗社臣代表市政府向长期奋战在卫生计生战线上,为守护群众健康而志于职守、无私奉献的广大卫生计生工作者表示衷心的感谢和诚挚的问候。

栗社臣指出,卫生计生工作关系人民群众健康、关系千家万户幸福。2017

年度,市卫计委以办人民满意的卫生计生事业为己任,以健康漯河建设为统领,深入推进公立医院各项改革,不断加强医疗卫生机构基础设施和服务能力建设,继续深化计划生育服务管理改革,加强公共卫生均等化服务,圆满完成了各项目标任务。我市被国务院医改办确定为公立医院综合改革首批国家级示范城市,连续第八次荣获“全国无偿献血先进城市”称号,群众满意的卫生计生工作局面初步呈现。

他强调,希望全市卫计、医疗工作者按照市委、市政府打造健康漯河的奋斗目标,开拓创新,团结奋进,继续巩固医改成果,整合扩充优质卫生计生资源,持续推进城乡基层服务体系标准化建设,不断满足群众医疗健康服务需求;维护行业大局安全稳定,构建和谐医患关系,努力为群众提供安全有效、方便价廉的医疗卫生服务,为健康漯河建设做出新的更大的贡献。

会议表彰了2017年度人口和计划生育工作先进单位——临颖县、舞阳县、郾城区以及2017年度目标管理先进单位——临颖县卫计委、舞阳县卫计委、源汇区卫计委、召陵区卫计委、市一院、市中医院、市二院、市中心血站。会上,王卫峰等我市首届“最美卫计人”获奖者上台领奖。

随后,临颖县卫计委、舞阳县卫计委代表,市中心医院、市中医院、市二院代表分别做了典型发言。

会上,吴书清做全市卫生计生工作报告。他说,过去的一年,我市卫生计生系统干部职工改革创新,务实发展,医药卫生体制改革取得新突破,医疗服务水平持续提升,基本公共卫生服务全面落实,重大传染病防控有力有序,计划生育服务能力不断提高,呈现出了单项工作有特色、重点工作有亮点、整体工作有提升的发展态势。

2018年,全市卫计系统将认真贯彻党的十九大会议精神,以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,全面落实市委经济工作会议和全省卫生计生工作会议会议精神,切实把人民健康放在优先发展的战略地位,不断增强推进健康漯河建设的使命感和责任感,具体做好以下方面:

坚持“一个方针”。即贯彻新时代卫生与健康工作方针,以基层为重点,以改革创新为动力,预防为主,中西医并重,将健康融入所有政策,人民共建共享。

围绕“两大目标”。一是全面推进健康漯河建设。以全市卫生与健康大会为契机,落实《“健康漯河2030”规划纲要》《漯河市“十三五”区域卫生规划》,以普及健康生活、优化健康服务、完善健康保障、建设健康环境、发展健康产业为重点,加快推进健康漯河

建设。二是继续完善城乡医疗卫生服务体系。抓龙头。完成市中心医院教学实训综合楼基本建设项目,开工建设市中心医院西院区分院综合楼、市中心血站迁建、市卫生计生监督局新建等项目。强基层。加快推进召陵区中医院综合病房楼、郾城区妇幼保健院业务用房项目建设,改善县区医疗卫生机构基础设施。固网底。全市新规划的社区卫生服务中心要全部完成规范化建设,同时强化乡镇卫生院和村卫生室标准化建设。

打好“三场战役”。人民群众是发展的主体、稳定的基石,要准确把握群众利益的诉求点,打好民生工程攻坚战、打好安全稳定保卫战、打好健康扶贫持久战。

强化“四种能力”。做好新时代卫生计生工作,要勇于转作风,强化工作执行力;善于用人才,强化队伍战斗力;善于搞督查,强化目标导向力;善于抓宣传,强化舆论感召力。

实施“五大工程”,做到“五个争先”。2018年是我市区域性医疗中心建设的开局之年,全市卫计系统要以健康漯河建设为主线,以深化医改为抓手,强力推进健康促进、综合医改、学科建设、行风建设、智慧医疗五大工程,力争在疾病预防、制度建设、区域医疗中心建设、医疗服务、信息化建设五个方面走在全省前列。

吴书清强调,2018年是决胜全面建成小康社会、实施“十三五”规划承上启下的关键一年。九层之台,起于累土;千里之行,始于足下。全市卫计系统将更加紧密地团结在以习近平同志为核心的党中央周围,以真抓实干的实劲、常抓的韧劲、锐意进取的劲头,不断开创新时代卫生计生工作新局面,为建设健康漯河谱写新篇章。

新三院·新形象

春分到来 养生“四防”

春分节气,气温回暖,此时是一些春季常见病的高发期,因此一定要提高警惕,做好养生保健工作,防止疾病的发生。

1.上火。春天虽气候适宜,但风多雨少,人体内的水分易通过出汗、呼吸而大量丢失。加上天气变化反复无常,不能保持人体新陈代谢的平衡和稳定,导致生理机能失调,出现咽喉干燥疼痛、嘴唇干裂、大便干燥等症。

对策:生活要有规律,注意劳逸结合,适当休息;多吃蔬菜、水果,忌吃辛辣食物;多喝水,促进体内“致热物质”从尿、汗中排出。

2.“春困”。这主要与天气、工作、饮食、睡眠、运动不和谐有关,有时出现这种现象也是亚健康的表现。

对策:在春季应当要调整好作息时间,早睡早起,每天清晨稍作轻度运动。另外,上班族应当保持办公室内空气流通,控制自我情绪,增加人际交往。

3.哮喘。春暖花开,让一些特别“敏感”的人遭了殃。过敏性哮喘患者会发生支气管痉挛,导致哮喘病复发。此外,天气忽冷忽热导致感冒,也是引发哮喘的原因之一。

对策:要注意保暖和及时增减衣物,避免受凉感冒以及冷空气刺激诱发哮喘。为避免交叉感染,哮喘病人应尽量不去人群聚集的地方,对花粉及植物过敏者不要到花园及植物园,严重花粉过敏者,可考虑异地预防。

4.皮炎。随着气温升高,各种春季皮炎的发病率呈上升趋势。春季

皮炎是一种光感性皮肤病,主要致病原因是皮肤对阳光中的紫外线过敏。同时,不少人在踏青后容易患上季节性皮炎,这种病好发于春、秋季,女性多见,是一种季节性反复发作、由花粉等引起的一种接触性皮炎。

对策:适当外用防晒保护皮肤;不要用含光感物质较多的化妆品;多吃富含维生素A的食物及新鲜蔬菜和水果,油菜、菠菜、莴苣、无花果等尽量少食或不食;常清洗床单、被罩,勤晒被子、衣服。



专家链接

万红新, 皮肤性病科副主任医师, 门诊部主任, 专长: 荨麻疹、湿疹、各种皮肤病及性病的诊疗。

坐诊科室: 门诊楼二楼皮肤科(全天应诊)
联系电话: 0395-3130401

漯河市第三人民医院
(市妇幼保健院)
健康关爱 来自三院
地址: 沙北黄山路与辽河路交叉口
健康热线: 3134198

老爸老妈俱乐部

微信课堂再开班 金牌会员免费学

本报讯(记者 李江曼)春暖花开,老爸老妈俱乐部2018年第一期微信课堂将于近期开班,本次课程将在去年基础之上全面升级,完善教学内容,加大课程容量,更好地满足老爸老妈对智能手机使用的需求。

自去年老爸老妈俱乐部微信课堂活动结束之后,就有会员诉工作人员,自己经过学习会简单地发信息了,但还想学习微信支付等功能。应大家的要求,本次微信课堂将调整授课模式,实行“测试分班,小班教学”,即报名后对学员的智能机使用水平进行测试,根据测试结果进行分班,针对不同班别设计课程内容。因此,无论您是智能机零基础,还是略通一二,都可以学有所获。

另外,本次课程针对老爸老妈

俱乐部金牌会员开展免费学习活动,凡老爸老妈俱乐部金牌会员可报名后持证免费上课,普通会员仅需交场地、授课和讲义等成本费用即可。为保证学习效果,本次课程限额20人。

时间:每周二和周四下午
地点:报名结束后统一通知
报名电话:15039571679

温馨提示:上课请带一部有流量、能上网的智能手机,且注册过微信号。如果您也想报名微信课堂但还不是老爸老妈俱乐部会员,欢迎拨打3170858、15039571679咨询报名。

报名地址:新闻大厦一楼大厅西面老爸老妈俱乐部接待处。



漯河市精神病医院

精神分裂症的早期症状

精神分裂症早期症状一般不是很明显,等到患者有明显异常到医院确诊时,往往已错失最佳治疗时机。那该如何知道是否属于精神分裂症呢?

生活中,人所说的痴傻、哭笑无常、神经兮兮等词汇都是对精神分裂症患者的典型写照。因此,生活中我们要充分认识它的严重性,并在患者出现这些异常征兆时及时送医治疗。一般需要做以下几方面的比较来确认是否患有精神分裂症:现在与过去比;本人与他人比;是否符合当地的习俗和规范;是否符合客观现实;是否有不可理喻的行为表现;整个精神活动是否协调统一。

如果患者性格突变,并与正常人存在很大差异,就要关注其精神活动是否存在异常,并到有条件的专科医院寻求诊断。如果您对精神分裂症还有任何疑问,都可免费咨询在线专家,获取专业解答和调治建议。

关注精神健康 构建心的和谐
漯河市精神病医院(河南省精神病医院合作医院)
地址: 沙北黄山路(原西环路) 乘36路公交车到
医院东院区 柳林山北路与沙北路交叉口东南角, 乘36路公交车到

向身边好人学习 弘扬社会正能量

漯河医专二附院举办向身边好人学习暨2017年度“最美卫计人”事迹报告交流会

本报讯(文/图 记者 刘彩霞)三月是学习雷锋月。在雷锋精神的激励下,全市卫计系统涌现出了一大批最美卫计人,他们时刻都在发挥着雷锋精神,传承着道德的力量。3月16日下午,漯河医专二附院(市五院、市骨科医院)举办向身边好人学习暨2017年度“最美卫计人”事迹报告交流会。近300名医护人员齐聚一堂,讲述身边好人故事,共同学习医院4位“最美卫计人”的先进事迹,弘扬榜样力量。

该院党委书记韩红军在致辞中表示,时代的进步需要健康向上的道德风尚来引领,社会的发展需要道德楷模的力量来推动,希望与会的同志认真聆听最美卫计人的事迹分享,以他们为榜样,爱岗敬业、无私奉献,为医院的发展添砖加瓦。

报告会上,荣获2017年度季评“最美卫计人”称号的胡中华、刘红杰、吕彩霞、吕粉云4位同志依次走上讲台,用朴实无华的语言讲述了她们经历的故事,现场聆听的医护人员也深切感受到了她们在一次次生命攸关的紧急时刻的担当与大爱,会场不断响起一次又一次的热烈掌声。

随后,多名基层医务工作者发表了自己的感想感言。“作为一名护理人员,他们能在紧急时刻以自己的专业特长不顾一切施救一个危在旦夕的

生命,这是每一个医护人员值得去学习的,我为有这样的同事、姐妹感到无比的光荣和自豪。”急诊科护士徐景莲说。

市卫计委调研员赵建国在讲话中,对胡中华、刘红杰等4位季评“最美卫计人”予以充分的肯定和鼓励。他指出,2017年,市卫计委在全国地市级卫计系统率先开展评选“最美卫计人”活动,取得了丰硕成果。此次漯河医专二附院率先在全市卫生计生系统开展“最美卫计人”先进事迹报告会,更让大家看到了她们身上的光彩和平凡中的伟大。他表示,今后要继续开展评选“最美卫计人”活动,同时挑选出最具代表性的“最美卫计人”在全市卫计系统巡讲,让先进事迹走近大家身边,让更多的人感受、学习、传播正能量。

据了解,漯河医专二附院历来注重文化建设,历经70年的发展,医院无论是在规模、管理还是医疗技术、服务等方面均取得了长足进步。医院长期对职工进行人文素质培训,组织职工学习传统文化、开展拓展训练、参观革命教育基地等,增强职工的凝聚力、向心力。同时,为丰富职工业余文化生活,营造浓厚文化氛围,该院开设了书画培训班、摄影培训班、新闻写作培训班、英语培训班等,医院还在全市卫计系统率先开展为职工



报告会现场。

父母免费健康体检,激发干部职工的集体认同感和自豪感。

“一花独放不是春,百花齐放春满园”。漯河医专二附院于2009年成立志愿者服务队,职工注册志愿者占全院职工总数的95%以上。多年来,志愿服务队一直秉承奉献、友爱、互助、进步的志愿者精神,定期开展各类义诊、义务劳动、帮扶活动。同时,院内每季度在全院职工中开展诚信服务明星表彰活动,形成了全体人

员人人学先进、人人争先进、人人当先进的良好氛围。

此次报告会的成功举办,将进一步激励漯河医专二附院全体干部职工干事创业的热情,积极恪守“团结、创新、敬业、奉献”的医院文化精神。下一步,医院还将继续加强队伍建设,塑造团队精神,以患者和群众的根本利益为指向,通过优质服务来承载、践行工作职责,用大爱精诚、文明胸怀助推医院事业发展。

了解肝癌 做到早发现早预防

健康的肝脏,大约只需要1/4就可以保证机体的正常功能。在肝癌早期,肝功能往往是够用的,也没有特别明显的不适症状,所以很可能察觉不到。总之,要确定有没有肝癌,还是需要靠平时的体检和进一步的检查。

肝癌偏爱以下4种人:
1.得过乙肝的人。在我国,约有90%的肝癌患者都曾感染过乙肝病毒。但不是说得了乙肝就一定会发展成肝癌,凡是感染过乙肝或丙肝病毒的人,一定记得定期体检,多留意自己的肝脏状况。

2.有肝硬化的人:肝硬化的下一步往往就是肝癌,尤其是已经查出肝硬化的患者。

3.40岁以上的人群:肝癌的高发年龄在40岁以后,分别是40岁以上男性

和50岁以上的女性,男性的发病率高于女性。

4.爱喝酒的人:长期喝酒的人容易得酒精肝,在它的基础上很有可能发展成肝硬化,再进一步就是肝癌。
对于前两类人,建议每6个月做一次腹部B超检查+血清甲胎蛋白(AFP)检查。对于后两类人,建议每年常规体检一次。

另外,肝癌虽不是遗传病,但会有一些家族聚集现象。如果家里有患肝癌的亲戚也要多留心,定期体检。不良的生活方式也是引发肝癌的重要因素,所以大家要从点滴做起。

1.注射疫苗,预防乙肝。没有乙肝、丙肝、肝硬化等肝病的人,得肝癌的可能性比较小,因此建议注射疫苗来保护自己。接种后产生的抗体,保

护效果通常能持续20年以上。如果以前没有接种过疫苗,建议先检查乙肝两对半。

2.戒掉最伤肝的习惯——酗酒。长期过量饮酒对肝脏的伤害很大,会引发酒精性肝炎或肝病复发,即使经过救治得到很快恢复,其所造成的肝损害是不可逆转的,多数患者从此便埋下了肝硬化、肝癌的祸根。饮酒一定要科学、有节制,如果有慢性肝病者则一定要戒酒。

3.不吃发霉变质的食物。霉变食物中含有致癌物“黄曲霉毒素”,它是一种毒性极强的物质,作为人体的排毒器官,肝脏负责将人体的有毒物质分解转化,当毒素多到肝脏无法分解的时候,就会留在肝脏中。肝脏中堆积太多的有毒物质势必会伤害肝细胞,时间久了,

肝细胞就会死亡。

4.定期体检。由于肝癌无法治愈,早发现早处理才是最好的办法,所以,定期体检才能更好地发现、预防肝癌。
(更多健康教育知识请关注漯河健康教育微信) 健康教育所

疾病预防

健康科普知识
主办:漯河市疾病预防控制中心
漯河市健康教育所

产后如何促进盆底肌修复

在门诊中,常接诊这样的女性患者,一阵咳嗽或大笑后就会引发漏尿。专家介绍,这些患者多因怀孕及生产过程造成盆底肌损伤。

女性在妊娠、分娩过程中,对盆底肌多少会有损害,因此,产后促进盆底肌修复很有必要。除了到医院进行电刺激治疗等,在家进行如下锻炼,也有利于修复盆底肌。

激活练习 端坐于床上,将小球放在会阴部,坐在球上做压球动作,反复收紧放松,速度由慢到

快,尝试激活盆底肌。
腹式呼吸 平躺在床上,屈腿屈膝,深吸时将腹部鼓起至最大程度,呼气时将腹部肌肉收紧至最大程度。

夹臀训练 平躺在床上,屈腿屈膝,吸气放松,呼气夹紧臀部,吸气再慢慢放松。

骨盆运动 平躺在床上,屈腿屈膝,吸气时腰部慢慢抬高离床面,胸廓臀部不离床面,然后呼气,臀部肛门收紧,腰部向下压床面。

据《广州日报》