

全市住建领域 开展安全生产治本攻坚三年行动

6月14日,全市住建领域安全生产治本攻坚三年行动工作推进会召开。会上宣读了《漯河市住建领域安全生产治本攻坚三年行动实施方案(2024—2026年)》,听取了全市住建领域2024年上半年安全生产管理工作汇报。

会议要求,要统筹抓好安全生产治本攻坚三年行动工作,定期组织召开安全生产专题会议,分析研判难点问题,建立完善长效机制。要从安全理念、安全责任、安全规划、安全法治、安全标准、安全科技、安全工程和安全素质八个方面出发,

补短板、强弱项,切实提高风险隐患排查整改质量,加快推进安全生产治理体系和治理能力现代化,推动高质量发展和高水平安全良性互动。

要深入开展住建领域安全生产专项整治,紧盯建筑施工、专业化物管小区、自建房、消防通道、充电基础设施、危大工程、特种设备、地下有限空间等重点环节。要坚持常态化督导,在查思想、查制度、查机械设备、查安全卫生设施、查安全教育及培训、查生产人员行为、查施工防护、查伤亡事故处理上

发力,强化源头管控,突出问题导向,实行隐患排查治理闭环管理,做到排查不留死角、治理不留后患。

要建立健全工作机制,完善市、县(区)两级联动和业务科室、县区交叉监督检查,加强层级之间协作配合、协调联动,形成信息化、共享化、规范化、法治化机制,保障三年行动任务高质量完成。

要坚持“三下沉、两融合、三覆盖、两提升”的总体思路,形成住建领域安全生产管理服务化、专业化、标准化新格局。

不间断培育省级安全文明标准化示范工地,丰富房屋市政工程安全生产管理经验;持续深化“红色物业”实践,完善住宅物业管理,促进物业管理有效融入基层治理,实现安全生产各项工作亮点纷呈。

要扎实开展日常安全宣教活动,向群众普及自建房、高层建筑、建筑施工及住宅小区防火防汛等安全生产应急知识,加强安全监管力量,营造全面管理、全员参与、全过程预防的安全文化氛围。

孟明阳

多部门联合排查整治 充电设施领域安全隐患

近日,市住建局与市发改委、市城市管理局、市市场监管局、市消防救援支队、国网漯河供电公司等单位组成专项检查小组,在全市充电设施领域开展安全隐患排查整治专项行动。

此次专项行动重点对全市新能源汽车公共和专用充(换)电基础设施、居民住宅小区充电设施及场所、机关事业单位自用充电设施等可能存在的安全隐患进行排查整治。

专项检查小组首先对全市加油站(气)站充电设施、郾城区公共充电设施开展全面安全隐患排查整治,并建立了动态监管台账。相关人员介绍了充电设施建设运营情况、充电设备的使用方法、站内

安全管理制度、应急预案等。检查组实地检查了充电场所消防安全措施落实情况,重点检查了充电场所消防报警、监控设备和消防设施配备等情况及消防通道是否畅通、充电设备计量检定标识是否齐全,并督促相关企业落实主体责任,及时提供备案信息,主动通过国家强制检定工作计量业务管理系统公共服务平台申请计量检定,确保运营的充电设备量值准确可靠。

截至目前,专项检查小组已对30座公共充电站进行了全面检查,发现存在问题的场站17座。检查组已对问题进行汇总分类,要求各场站限期整改。

贾鹤

我市举行公租房集中分配活动

本报讯(记者 杨旭)6月18日至20日,市住房保障中心举行2024年度公租房集中分配活动。

6月18日上午,在市民之家一楼东大厅,不少市民在志愿者的引导下登记、选房,现场秩序井然。市民李先生一家获得住房保障资格已有很长时间,但一直没有选到满意的房子。“这次活动提供的房源

很多,我提前做了一些功课,也到现场看过房子。今天一大早就和家人在门外等着了。在工作人员的引导下,我们很快选到了心仪的房子。”李先生言语间满是喜悦。

据了解,此次活动共提供2000余套公租房,面向2018年7月至2024年5月20日期间获得住房保障资格但未选房

的家庭。房源主要分布在郾城区幸福小镇二期,召陵区蓝爵世家、东城怡和家园、亿博公寓,经济技术开发区福民香榭园、创业花园,有一居室、一室一厅、两室一厅、三室两厅等户型供选择。

年初以来,市住房保障中心多渠道筹集公租房资源。公租房集中分配活动开展前两周,市住房保障中心通过官

网、微信公众号、抖音号等发布房源信息,方便市民提前了解房源户型、周边配套情况等。

截至6月19日下午5点,已有60余户家庭选到了心仪的房子。“包括公示期,这些家庭在选房后的15天内就能办理入住手续。”市住房保障中心副主任宋磊说。

深化审批改革 优化营商环境

6月17日下午,市住建局牵头组织召开漯河市深化工程建设项目审批制度改革和优化办理建筑许可营商环境工作推进会。各县区(功能区)工改办、市直各工改成员单位业务负责人以及工改综合窗口人员等40余人参加会议。

会议指出,各县区、各部门要进一步提高对工改工作重要性的认识,巩固成绩,持续提升。要增强创新意识,以“小切口”推动“大变化”,聚焦经营主体难点、堵点、痛点问题,不断深化重

点领域和关键环节改革,提升经营主体和人民群众办事满意度。

持续优化审批流程。围绕项目审批全过程,精准厘清各阶段审批事项和其他类型事项的办理流程、时限要求,对工程建设项目审批流程进行梳理再造。全市各县区(功能区)和市直相关单位统一使用工程建设项目审批流程图,打造标准化、规范化、便利化的审批服务业务体系。

加快推动审批数字化改革。进一步完善我市工程建设项目审批管理系统

“四电”功能模块,推进电子印章和电子签名应用,加快推广电子材料和电子证照“减材料”应用,实现电子材料一次生成、多方复用、一库管理、互认共享。

规范第三方技术服务管理。完善并规范工程建设项目审批第三方技术服务事项管理办法和服务成果考评办法,规范第三方技术执业行为,压缩服务时间,降低服务收费,提升服务水平。加快“漯河市网上中介服务超市”工改专区建设,推动形成诚实守信、公开公平、竞争有序、收费

合理、服务高效的第三方技术服务市场秩序。

持续整治“体外循环”“隐性审批”。结合省级工改系统成绩单,发挥二期工改系统监管统计功能,监督指导各县区(功能区)、各部门进行线上审批,推动实现“流程之外无审批”。持续推进全流程审批向数字化转型,大力推行施工图数字化审查,推动申报材料、审批结果电子化,用电子证照取代纸质证照,逐步实现全程数字化,堵塞线下审批漏洞。

高照明

高血压患者的日常保健

如果您不幸患了高血压,千万不要着急。科学安排每天24小时生活、注意保健,即使严重高血压患者也会增强药物治疗效果。

缓慢起床:早晨醒来不要急于起床,可先在床上保持仰卧姿势,活动一下四肢和头部、颈部,使肢体肌肉和血管平滑肌恢复适当张力,以适应起床时的体位变化,避免引起头晕。然后,慢慢坐起,稍

微活动几次上肢再下床。这样做不会引起血压较大波动。

温水洗漱:过热、过凉的水都会刺激皮肤感受器,引起周围血管收缩进而影响血压。30℃至35℃的温水洗脸、漱口最为适宜。

饮一杯水:漱口后饮白开水一杯,既有冲洗胃肠道的作用,又可稀释血液、降低血液黏稠度、畅通血循环,同时促进代

谢、降低血压。

适当晨练:高血压病人不宜激烈运动,跑步、登山均不可取,只适宜散步、做柔软体操、打太极拳等舒缓运动。散步、柔软体操等运动可增强血管收缩能力,缓解全身小动脉紧张。

耐心排便:切忌排便急躁、屏气用力,否则有脑出血的危险。如有习惯性便秘,要多吃蔬菜、水果等富含纤维素的食物,也可用些缓泻药以克服排便困难。

早餐清淡:早餐不可过饱,也不可不吃。中午小睡:午饭要丰盛些,有荤有素,但不宜油腻、不可过饱。餐后稍稍活动一会儿,并小睡半小时至1小时。若不能小睡,可坐在沙发上闭目养神,也能降压。

晚餐宜少:晚餐宜吃易消化的食物,除干饭外,应配些汤类。不要怕夜间多尿而不敢饮水或食粥。进水量不足可导致夜间血液黏稠形成血栓。

娱乐有节:睡前看电视不要超过两个小时;下棋、打扑克、打麻将要限制时间、控制情绪,不可过于激动。切记不要赌钱,因为劣性娱乐会使血压升高。不要随意发脾气,保持良好心情。

安全洗澡:每周最少洗澡一次,但要特别注意安全。在大浴池中洗澡要防止跌倒,且水温不能过高、浸泡时间不能过长。

睡前泡脚:要按时就寝。上床前用温水泡脚,然后按摩双足及双下肢,促进血液循环。尽量自然入睡,少用或不用安眠药。

召陵区疾控中心提供

国家慢性病综合防控示范区创建进行时

召陵区创建国家慢性病综合防控示范区领导小组办公室(宣)

相约六院·健康相伴

您了解心脏康复吗

提起心脏康复,不少人觉得:“得了心脏病,长期吃药维持就行。”“给心脏装了支架、做了搭桥、换了瓣膜之后就没事了。”“心脏手术后应该静养,避免活动。”……然而,事实真的是这样吗?回归社会、回到正常生活对患者来说十分重要。心脏康复在防治心血管疾病发生、发展过程中发挥着重要作用。

什么是心脏康复?心脏康复指通过一系列的康复评估、运动疗法、饮食疗法、心理疗法、生活方式改变、规律服药、定期监测各项指标和接受健康指导等手段,提高心血管病人日常生活能力和生活质量,使其回归正常生活,并预防心血管疾病再次发生。

为什么要进行心脏康复?临床研究表明,规范的心脏康复可以减轻心血管患者症状,延缓疾病进一步发展,降低急性缺血性冠脉事件的再发生率和再住院率。心脏康复还能明显提高患者生活质量,降低血脂、降压,减少心肌梗死事件发生,并帮助患者控制体重、改善体力、摆脱抑郁和焦虑等。预防心脏病再次发生的方法之一就是积极参加心脏康复项目。心脏康复非常实用、重要。

哪些人适合心脏康复?各类慢性心血管疾病患者、心脏神经官能症患者等,在医生的指导下都可以接受心脏康复治疗,如冠心病、心绞痛、冠状动脉搭桥外科手术后、冠脉支架介入术后、

无症状的心肌缺血、急性心肌梗死后、冠状动脉微血管疾病、心脏瓣膜修复或置换术后、心脏移植或心肺移植、高血压病、慢性稳定性心力衰竭、心脏神经官能症等。合并糖尿病、高脂血症、痛风、单纯性肥胖以及运动能力降低的患者也适合接受心脏康复治疗。

如何进行心脏康复?心脏康复包括三个阶段,分别为I期康复(院内康复期)、II期康复(院外康复早期)、III期康复(家庭康复)。医生将在专业精准评估的基础上,为患者开出五大康复处方。

药物处方。在医生指导下进行有效的药物治疗是心血管疾病治疗的基石。药物处方规范化在干预心血管疾病危险因素、延缓疾病进展和改善预后方面影响巨大。

运动处方。运动是心脏康复的核心要素。医生在对心血管疾病患者进行综合评估(如心肺联合运动测试、六分钟步行试验等)后以运动处方(如有氧运动、抗阻运动等)的形式制订系统化、个性化运动方案。中医传统运动在心脏康复领域具有不可替代性,如太极拳、八段锦、五禽戏等具有锻炼心肺功能、调和脏腑、通达气血的功效。需要注意的是,患者应到医院心脏康复科进行专业的评估,拿到适合自己的运动处方,在科学指导下运动。

营养处方:膳食营养是影响心血管

疾病的主要环境因素之一。科学合理的膳食营养能有效降低心血管疾病发生率。

心理处方。心脏病患者往往会有对疾病的恐惧、对健康的担心,常常出现焦虑、失眠等症状。患者的心理疾病

如果没有及时发现并治疗,心脏疾病往往会加重或者出现其他症状。所以,心脏病患者要及时进行心理干预。

戒烟处方:戒烟可以降低心血管疾病发生和死亡风险。

市六院提供



专家链接

巩芸,市六院(市中心血管病医院)心血管内科二病区主任、副主任医师,省医师协会心血管内科专业分会首届心力衰竭学组委员,市医学会第二届全科医学专业委员会副主任委员。她先后在北京阜外医院心衰病区、北京安贞医院急重症病区进修,擅长冠心病、心绞痛、心肌梗死、心律失常、心肌炎、高血压、高脂血症及老年病的诊治,在治疗心血管急危重症及终末期心衰上具有丰富经验。



图片新闻



6月18日,市二院举办2024年度护理技能大赛。本次比赛分为理论测试和技能操作考核两部分。其中,技能操作考核包含单人心肺复苏术和密闭式静脉输液技术两项。

莫敬敬 摄



“初步统计,2023年全国乡镇卫生院向村卫生室派驻医师超过20万人次,有效提升了村级医疗卫生服务水平。”在6月18日举行的国家卫生健康委新闻发布会上,国家卫生健康委基层司司长傅卫说。

新华社发 朱慧卿 作