

为群众安全合理用药保驾护航

——市卫生健康委亮点工作系列报道之一

■本报记者 尹晓玉

“今天听了专业药师的用药指导受益匪浅。以后生病可不敢乱吃药了，得在医生和药师的指导下用药。”近日，“健康基层行·药师在行动”乡村振兴文明实践志愿服务舞蹈站活动开展，在舞阳县贾湖广场咨询用药指导的刘大爷说。

2024年，我市药政工作紧紧围绕人民群众用药需求，深入落实国家基本药物制度，提升医疗机构合理用药水平，开展公众用药科普宣教，着力为群众办实事、办好事，各项工作均取得较好的成绩。全省“健康基层行·药师在行动”乡村振兴文明实践志愿服务启动仪式在舞阳县举行，60余名药政专家、资深药师围绕药物政策、合理用药等问题开展集中培训、现场讲解、健康义诊等活动，推动我市医疗机构药事管理和药学服务能力不断提升。

持续强化国家基本药物的主导地位。

常态化开展基本药物使用监测，组织全市医疗机构依托河南省药品和高值医用耗材使用监测系统完成我市药品使用数据采集统计工作。督促各级公立医疗机构全面配备、优先使用基本药物，并定期通报药品配备和使用情况，督促各级医疗机构逐步提高基本药物配备使用比例，规范上下级医疗机构内用药衔接工作。截至目前，我市三级、二级、基层医疗机构基本药物配备品种占比和使用金额占比均高于上级要求。

短缺药品供应保障进一步加强。积极协调相关单位建立短缺药品联动会商机制，及时掌握药品供需动态，加强与我市药品生产企业沟通，推动企业增加短缺药品生产供应。利用国家短缺药品直报系统加强药品使用监测和信息预警，及时监测药品供应情况，强化药品供应保障。同时，规范我市医疗机构短缺药品采购、储备和使用管理，确保临床用药需求。

“三医”协同发展和治理走深走实。2024年，我市以体制机制改革创新为动力，学习福建省三明医改经验，建立医疗、医保、医药协同发展和治理工作推进机制，并与相关部门密切配合、同向发力，推动医保、医疗、医药“三医”联动改革；优化医保支付方式，引导医疗机构合理用药、合理诊疗；常态化落地执行国家集采药品中选结果，减轻群众用药负担；开展“虚报冒领、骗取套取医保基金”专项整治，打击欺诈骗保行为，确保医保基金安全运行。

为公立医院高质量发展赋能。据

统计，2024年，全市公立医院医疗费用增幅较2023年同期明显降低；药品收入占医疗收入的比例为22.24%，较2023年同期下降4.49个百分点；医疗服务收入（不含药品、耗材、检验、化验收入）占医疗收入的比例为32.76%，较2023年同期增长3.58个百分点；百元医疗收入（不含药品收入）消耗的卫生材料费较2023年同期降低0.63元；住院次均费用增幅和门诊次均费用增幅较2023年均有明显降低；平均住院日为8.32天，同比下降0.25天。公立医院收支结构不断优化，有效减轻了群众就医负担。



漯河医专二附院成为中原骨质疏松症规范化诊疗基地

1月5日，中原骨质疏松症规范化诊疗基地建设项目授牌仪式在郑州举行。河南省医学会骨质疏松和骨矿盐疾病分会主任委员、郑州大学第一附属医院骨科主任医师刘宏建为漯河医专二附院（漯河市骨科医院、漯河市立医院）授牌。该院成为中原骨质疏松症规范化诊疗基地。

据悉，骨质疏松症是一种常见的代谢性骨病，患病率逐年上升，尤其在中老年人中更为常见。骨质疏松

症导致的骨折等问题给患者及家庭带来了沉重的心理负担和经济负担。实施骨质疏松症规范化诊疗基地建设项目，旨在提升我省骨质疏松症高危人群筛查率，不断提高骨质疏松症规范化预防与诊疗水平；积极开展骨质疏松症早期筛查，倡导早诊早治，并及时进行个性化健康干预。

为了提高市民对骨质疏松症的认识，增强防治意识、降低骨折风险，2024年4月，漯河医专二附院

成立我市首家骨质疏松诊疗中心。骨质疏松诊疗中心拥有先进的诊疗设备，如双能X线骨密度仪、超声骨密度检测仪等，确保诊断的准确性和可靠性。

作为漯河市骨质疏松与骨矿盐疾病学会主委单位，漯河医专二附院目前承担中央引导地方科研项目——老年骨质疏松性骨折的系统预防和综合治疗、漯河市重大科技创新专项计划——老年骨质疏松症及其脆性

骨折三级防控体系建立。成为中原骨质疏松症规范化诊疗基地后，该院专家团队将根据患者的具体情况制订个性化的诊疗方案，进一步强化治疗效果。同时，开展骨质疏松症的公众教育和科普宣传，提高人们对骨质疏松症的关注度，并定期举办相关科普活动，为广大市民讲解专业的骨质疏松症防治知识，使市民及早发现早期症状，及时采取针对性的预防或治疗措施。

刘旭 袁锦钰

TCT能发现什么

TCT (ThinPrep Cytologic Test, 液基薄层细胞检测)即采用液基薄层细胞检测系统检测宫颈细胞并进行细胞学分类诊断。它是国际上较先进的一种宫颈癌细胞学检查技术。与传统的宫颈涂片检查相比，TCT技术具有更强的敏感性和特异性，能够更加准确地发现宫颈细胞的异常变化，可用于宫颈癌的早期筛查。

TCT能发现以下问题：
1. 宫颈细胞异常。TCT能够识别宫颈细胞的形态改变，包括细胞大小、形状和核的变化。这些可能是癌前病变的信号。

2. 低级别鳞状上皮内病变

(LSIL)。这是宫颈癌前病变的一种，TCT可以检测到这种病变，从而及时进行干预。

3. 高级别鳞状上皮内病变(HSIL)。这是更严重的宫颈病变。TCT的高敏感性有助于早期发现此种病变，以防止发展成宫颈癌。

4. 宫颈糜烂。TCT能够检测到宫颈糜烂的细胞学变化。

5. 人乳头瘤病毒(HPV)感染。虽然TCT本身不直接检测人乳头瘤病毒，但某些人乳头瘤病毒类型与宫颈癌有密切关系。TCT检测到的细胞变化可能与与HPV感染有关。

TCT是一种有效的宫颈癌筛查工

具。它通过检测宫颈细胞的微小变化帮助医生及时发现并干预宫颈前病变，从而降低宫颈癌的发病率。定



■专家链接

谢文燕，市中心医院生殖医学与遗传中心副主任医师，医学硕士，毕业于汕头大学医学院，兼任河南省中西医结合学会生殖医学分会委员、漯河市医学会生殖医学专业分会副主任委员等。她先后在郑州大学第一附属医院生殖医学中心、华中科技大学同济医学院生殖医学中心、北京协和医院生殖医学中心进修，能熟练掌握妇科内分泌疾病、不孕症、多囊卵巢综合征的诊治，擅长人类辅助生殖技术(试管婴儿)。

加速消除宫颈癌行动计划(2023-2030年)科普连载
(本刊受中央引导地方科技发展资金项目、漯河市重大科技创新专项支持)

甲流多发 如何应对

中国疾控中心监测数据显示，当前全国流感病毒阳性率上升，尤以甲流多发。该如何有效应对？记者走访各地医疗机构并采访疾控、医学专家。

快速检测对流感诊断和治疗很关键

广州医科大学附属第一医院广州呼吸健康研究院副院长杨子峰表示，快速检测对流感诊断和治疗很关键。目前许多医院都有包含流感在内的多种快检试剂。同时，一些互联网购药平台在售流感快检试剂，居民可以结

合自身症状合理使用，进行居家自我健康管理。

国家卫生健康委5日召开的新闻发布会公布信息显示，目前儿童呼吸道感染以流感病毒和肺炎支原体为主。

山西太原市妇幼保健院儿内科主任薛萍表示，当前医院儿科病房床位较紧张，住院患儿以流感、肺炎支原体感染为主。考虑到目前医院交叉感染风险较大，建议孩子发烧后可先居家观察，服用一些能缓解症状的药物。如果出现高烧超过40℃、精神状态差、惊厥、频繁呕吐、持续发热超过三天等情况，要尽快到医院就诊。

如何科学使用流感抗病毒药物

随着流感感染人数增多，玛巴洛沙韦、奥司他韦等流感抗病毒药物的销量近期持续增长。流感用药有哪些注意事项？

北京大学人民医院药学部药师孙博洋介绍，玛巴洛沙韦的作用机理是抑制流感病毒的复制，让体内不再进行病毒复制；奥司他韦的作用机理是抑制流感病毒从被感染的细胞中释放，减少病毒扩散。两款药物作用机制不同，都是处方药，用于预防或治疗甲流时一定要在医生或药师指导下使用，不建议自行服用。玛巴洛沙韦目前只批准用于5岁以上、体重在20公斤以上的儿童及成人，全病程给药1次；奥司他韦胶囊剂和颗粒剂可用于1岁以上儿童及成人。

杨子峰建议，在确保用药安全、有医生指导的前提下，流感抗病毒药物应在确诊后及早使用，原则上最好在发病后48小时内使用。慢性病患者、孕妇、老年人和婴幼儿等人群发生流感重症及并发症的风险更高，应当尽快就诊。

春节将至 个人如何防范

有部分网友表示感染甲流后“浑身疼”，还出现呕吐和腹泻等消化道反应。专家表示，流感临床典型症状包括发热、乏力等全身性不适，伴随

咳嗽、流涕或鼻塞等呼吸道症状。这些疼痛和腹泻是人体免疫反应释放炎症因子所致，不必过于担心。

“预计近段时间仍将呈现多种呼吸道传染病交替或叠加流行态势。”中国疾控中心传染病所所长闾阎说，目前我国流感病毒进入季节性流行期，肺炎支原体感染阳性率在北方省份下降，在南方省份处于较低水平。呼吸道传染病有许多共通的预防措施，做好个人防护及家庭健康防护能够有效降低感染风险。

春节将至，人员流动量将大幅增加，聚餐、聚会等活动增多。专家建议公众日常应保持个人卫生等良好的卫生习惯；尽量避免去人群聚集场所，避免接触有呼吸道症状的人员；居所定期清洁通风；去公共场所或前往医院就诊时，患者及陪护人员要戴口罩，避免交叉感染；老年人等重点人群外出时要科学佩戴口罩。

家中有甲流患者怎么办

薛萍表示，如家中出现流感样症状或确诊流感人员，建议患者居家休息，尽量在单独房间起居生活，减少与其他家人直接接触。特别是有孩子或老人的家庭，尽量避免共用餐饮具等日常生活用品。要密切观察患者和家庭成员的健康状况，一旦出现持续高热，伴有剧烈咳嗽、呼吸困难等重症倾向，应及时就医；尽可能由一名固定的、非流感高危人群的家庭成员照顾患者。

健康快讯

河南省第三届营养职业技能竞赛漯河选拔赛 市中医院选手获奖

近日，河南省第三届营养职业技能竞赛漯河选拔赛举行。漯河市市中医院赵燕护士长和赵灵灵医师代表医院参赛，与来自全市各县区医疗卫生单位的48名选手同台竞技。最终，赵燕荣获医疗组个人二等奖，赵灵灵取得医疗组第八名的成绩。

本次比赛由市卫生健康委、市总工会主办，市疾病预防控制中心、市营养学会承办，旨在选拔出一批优秀的营养专业人才，为保障人民群众健康贡献力量。

比赛内容包括理论考试、实践技

能两个环节。理论考试重点检测参赛选手的专业知识储备，实践技能则测试选手的实操能力和现场讲解能力。赵燕和赵灵灵凭借扎实的营养健康与食品安全、中医辨证和食药同源理论知识以及出色的讲解，最终取得优异成绩，展现了良好的精神风貌。

本次比赛不仅是对市中医院营养专业团队的肯定，也激发了更多临床医务工作者参与营养知识与中医药知识科普工作，促进了该院中医药文化在营养膳食领域创新发展，为全市人民的身体健康保驾护航。

朱晓晴

诚信二院·健康万家

面瘫的治疗与预防

面瘫一般指面神经麻痹，是由于面神经受损导致面部肌群的一种神经缺损症状，可发生于任何年龄。此病冬季高发，起病急。大多数面瘫为特发性，病因不明，又称特发性面神经麻痹，其他病因主要有病毒感染、外伤、肿瘤、糖尿病、脑卒中等。受凉、过度疲劳、精神压力等是面瘫的诱发因素。

面瘫表现为患者一侧面部肌肉板滞、麻木，额纹消失，眼裂增大，鼻唇沟变浅，口角下垂歪向健侧。部分患者初起时耳后疼痛和患侧舌前三分之二味觉减退。

出现以上情况不要紧张，要立刻到医院就诊，完善相关检查，如头颅CT、血常规等检查，排除颅脑问题。随后，医生会根据不同的病因对患者进行正规系统的治疗，如采取口服中药、针灸、推拿、电疗、隔姜灸、面部闪火罐等综合治疗方法以及激素治疗、手术治疗。治疗期间，患者应避免面部受寒，眼睑闭合不全者可戴眼罩或点眼药水进行防护，避免眼部受到感染或其他损伤。

一般情况下，面瘫患者经过正规康复治疗，三周到一个月是恢复的最佳时期。由无细菌炎症导致的面瘫愈后较好，由病毒等感染导致的面瘫愈后较差。如果三个月到半年内不能恢复，患者多留有后遗症，如面肌痉

挛、面肌无力等。由于面瘫在冬天的发病率明显高于其他季节，所以要积极预防。冬天，骑自行车、摩托车时要戴口罩，做好头部和面部保暖措施；规律作息，不熬夜，不超负荷工作；平时加强体育锻炼，增强体质；避免不良情绪，保持心情愉快。

苗增欣



■专家链接

苗增欣，市二院康复科副主任，副主任医师。他从事脑卒中、颈肩腰腿痛及脊柱相关疾病临床工作近二十年，对各种神经康复、骨关节康复、慢性疼痛、疼痛康复等具有丰富的临床经验。他擅长运用针刀配合中医药治疗中后风后遗症、面神经麻痹、颈椎病、肩周炎、肱骨外上髁炎、腰椎间盘突出症、肌筋膜综合征、膝骨性关节炎、踝关节扭挫伤等软组织损伤疾病的诊断和治疗，对神经功能障碍的康复有一定的钻研。他在省级以上医学杂志发表学术论文11篇。



积极防控慢性病

慢性病是我国绝大多数居民死亡的主要原因之一，近年来发病率不断上升，且呈年轻化趋势，其中不少人同时患有两种以上的慢性病。慢性病大多病程较长，对患者的身体健康影响也较大。目前，常见的慢性病包括高血压、糖尿病、心脏病、痛风等。积极防控慢性病非常重要。

大多数慢性病的发病与不良生活方式密切相关。日常生活中，我们可通过合理饮食、定期体检、适当运动、戒烟限酒等，减少患上糖尿病、高血压、心脏病等慢性病的风险。

1. 注重饮食平衡，选择多样化的食物，保证维生素、矿物质、蛋白质、纤维等各类营养的摄入，减少高盐、高糖、高脂食物的摄入。

2. 定期体检，及早发现潜在的健康问题，采取相应的干预措施，降低患病风险。

3. 每天进行适当的体育锻炼，如散步、慢跑、游泳等，有助于维持身体的健康状态，增强免疫力。

4. 戒烟限酒在慢性病防治中具有重要作用。吸烟和过量饮酒是导致多种慢性病的主要危险因素之一。

慢性病防治事关家庭幸福、民生

福祉，是影响国家经济社会发展的重大公共卫生问题。相关部门应通过广泛的教育和宣传，提高群众对慢性病的认识，促使群众积极改变生活方式，养成良好的生活习惯，减少慢性病的发生，提高全民健康水平。具体可从以下几个方面进行宣传：

1. 介绍慢性病的常见类型和危害性，提高群众对慢性病管理和预防的重视程度，加强慢性病的早期发现和防治。

2. 宣传良好的生活习惯，倡导健康饮食、适量运动、合理用药等，强调慢性病的预防比治疗更为重要。

3. 强调早期筛查和定期体检的重要性，使群众及时发现慢性病的潜在风险因素，增强治疗和管理的效果。

4. 为群众提供健康的饮食指导，宣传健康的饮食习惯，如减少盐、糖和饱和脂肪的摄入，增加水果、蔬菜和全谷物等食品的摄入。

5. 鼓励群众进行适量的体育锻炼，使群众明白适量的体育锻炼对慢性病的预防和控制具有积极作用。

6. 引导群众控制体重和戒烟限酒，并讲解这些措施对于预防和控制慢性病具有的重要意义。

召陵区疾病预防控制中心提供

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)