

我省推进重点人群体重达标行动

近日,河南省卫生健康委等14个部门全面启动重点人群体重达标行动,旨在提升全省不同年龄段人群的健康水平,应对日益凸显的体重健康风险。

孕期体重过重是许多准妈妈面临的挑战之一。体重的过度增长不仅可能影响孕妇的健康,还可能对分娩过程产生不利影响。在孕产妇群体方面,河南将协同加强孕产妇体重管理、营养评价和身体活动指导,推广孕期增重标准及营养保健服务指南,推动孕产妇营养门诊建设,通过围孕期营养保健咨询、监测与评估,预防孕产妇贫血、营养不良等状况,控制孕产期营养相关并发症,减少低体重儿、巨大儿和早产儿等不良妊娠结局,降低肥胖代际传递风险。

针对婴幼儿和学龄前儿童,河南将依托6岁以下儿童健康管理项目和儿童营养改善项目等国家基本公共卫生服务项目,提供免费健康服务,加强科学育儿咨询、母乳喂养促进、辅食添加知识普及,强化体格生长监测、营养与喂养及运动指导,同时提升幼儿园与托育机构的营养健康教育和膳食管理水平,促进儿童吃动平衡,预防超重与肥胖。

关于学生方面,河南将明确强化父母是儿童健康教育第一任老师的理念,通过家庭教育提升学生健康素养,培养学生健康体重管理

习惯;开展健康学校创建行动,要求学校落实好教育部制定的学生体质强健行动工程和学校食品安全与营养健康管理规定,保障学生每天校内、校外各1小时体育活动时间,提升学生身体素质;倡导性要求校园及周边避免售卖高盐、高糖及高脂食品,为孩子们提供一个安全健康的饮食环境;加强学校医务室管理能力,做好学生的合理膳食、主动运动和心理健康工作,帮助肥胖和超重学生做到“一减两增,一调两测”。

职业人群方面,河南将通过完善职工健康档案,鼓励定期体检与体质评估,加强职工健康教育与体育健身活动,提升职工健康素养与

身体素质。

对于老年人,河南将推动基层医疗卫生机构家庭医生发挥健康指导作用,倡导家庭成员学习老年体重管理知识,鼓励社区与社会组织开展相关教育活动,指导老年人依据膳食指南合理饮食、适当运动、维持适宜体重,定期进行身体指标测量与综合干预,预防肌肉减少与肥胖,延缓机能衰退。

此次重点人群体重达标行动覆盖全生命周期,通过多部门协作与综合干预措施,有望全面提升河南重点人群的体重管理水平和整体健康素质,助力健康河南建设深入推进。

(据12月3日《医药卫生报》)

加强学术交流 共促学科发展

本报讯(记者 郑伟元)为推动高血压防治学术交流,强化我市医务工作者对于高血压及其相关疾病的防治意识,12月1日,由周口市医学会主办,周口市中心医院承办的周口市医学会高血压防治分会2024年年会暨高血压新进展学术研讨会召开。

会上,参会人员经过民主选举选出周口市医学会第三届高血压防治

分会主任委员及终身名誉主任委员。“我们将认真履行对高血压防治工作的承诺,加强学术交流、科普教育,优化服务体系,强化科研创新,为周口市高血压防治事业贡献力量。”新任主任委员王保功说。

随后,会议听取周口市医学会高血压防治分会2024年工作汇报。河南省高血压防治专业委员会主任

委员张彦周说,希望周口市高血压防治学科临床同仁保持信心,积极努力,在高血压防治工作中大展身手。

学术交流环节,多名国内高血压防治专家分别以《心律失常性心肌病的诊疗》《嗜铬细胞瘤的筛查和诊治》《难治性高血压的进展》等为题现场授课。省内部分专家作临床病例分享,并就高血压相关疾病的

诊断及治疗与参会人员进行了讨论交流。

周口市医学会高血压防治分会终身名誉主任委员刘华玲表示,此次会议提升了市临床医生的高血压诊疗水平,促进了高血压防治学科的深入研究。期待未来能够看到更多高质量的研究成果,推动我市卫生健康事业不断迈上新的台阶。



市中心医院

服务暖人心 锦旗寄真情

本报讯(记者 普淑娟)近日,市中心医院儿科一病区副主任马振林收到一名患儿家长赠送的锦旗,锦旗上写着“耐心负责好医生,情真意切似家人”的金色大字,表达了患儿家长对儿科医务人员医德医术的高度肯定和赞扬。

此前,四岁的林林(化名)因高热不退、淋巴肿大和血象升高在当地医院被误诊为感冒。眼看孩子持续高热不退,且因咽痛而不能正常吃饭喝水,林林的妈妈心急如焚地带孩子到市中心医院就诊。儿科一病区副主任马振林接诊后,经过细心问诊和耐心沟通,判断孩子患有“传染性单核细胞增多症”,建议住院治疗。林林入院后,马振林凭借专业的知识为林林精心制订了个性化治疗方案。经过精准治疗和精心照料,林林的高体温很快降了下来,并于一周后痊愈出院。为了让林林

的家人更安心,马振林还通过医患交流群,针对一些儿童保健常见问题和用药方法,积极为患儿家长答疑解惑。

马振林的专业精神和暖心服务让患儿家长深受感动,他们将一面印有“耐心负责好医生,情真意切似家人”的锦旗送到了马振林手中。“去过很多医院,感觉还是市中心医院的服务最好,医务人员的素质最高。马医生对我们像家人一样,感谢医务人员对林林的精心治疗与悉心照顾。”林林的妈妈感激地说。

“作为医生,我们的职责就是治病救人。能够得到患儿家长的认可和感谢,是我们最大的荣幸。我们将继续秉持‘以人为本,生命至上’的服务理念,为广大患儿提供更加优质、高效、贴心的医疗服务,守护每一个孩子的健康成长。”马振林表示。

市中医院

开展应急演练 筑牢安全防线

本报讯(记者 刘伟)为进一步提升突发治安事件应急处置能力,确保医院正常医疗秩序和人身财产安全,11月30日,周口市中医医院组织开展治安事件应急演练。

演练现场,医院五号楼(内科病房综合楼)急诊科突然发生醉酒者闹事。急诊科值班护士立即触发一键报警装置。现场保安首先赶到,控制局势。随后,医院保卫科应急处置分队迅速到达现场,将醉酒者控制,并对其进行劝诫处置。医务人员对伤员及时进行救治,确保人身安全。最后,保卫科组织活动参

与人员对安保装备的使用方法进行了再学习,并就安保装备的维护管理提出了要求,明确了责任人和工作职责。

长期以来,周口市中医医院保卫科为强化安全管理,在提高人防、技防、物防的同时,加强与辖区派出所合作,联合开展夜间巡查和安全检查。周口市中医医院保卫科科长李伟表示,他们将以此次演练为契机,不断完善应急管理机制,持续提升应急响应水平,为构建和谐、安全的医疗环境不懈努力。

市妇幼保健院

强化质量控制 保障母婴安全

本报讯(记者 李鹤)为进一步完善危重新生儿救治体系,提高危重新生儿救治水平,12月2日,河南省危重新生儿救治评估与管理小组到周口市妇幼保健院(周口市儿童医院),对危重新生儿救治评估与管理工作进行现场质控。

小组成员按照《河南省危重新生儿救治评估与管理工作现场质控细则》,通过现场查看、信息数据核实、人员访谈等方式,对该院危重新生儿救治中心的组织管理、质控落实、机构能力水平、诊疗规范及信息管理等方面进行了逐项全面质控。小组成员对该院危重新生儿救治工

作的亮点给予了充分肯定,并就部分细节问题与该院相关工作人员进行了探讨,提出了改进建议。

市妇幼保健院医务科科长张颖表示,医院高度重视质控工作,对小组提出的意见和建议,医院将以此次检查为契机,进一步完善危重新生儿救治体系,对照《河南省危重新生儿救治评估与管理工作现场质控细则》,持续提升体系运行效能,以更高的标准、更严的要求,不断提高危重新生儿救治水平,更好地保障全市母婴安全。

太康县人民医院

提升诊疗水平 增强服务能力

本报讯(记者 史书杰)为进一步提高骨科专业诊疗技术水平,促进区域骨科学科发展,11月29日,北京积水潭医院郑州医院骨科联盟特色品牌技术巡讲暨严重创伤救治培训活动在太康县人民医院举行。

此次活动分为学术讲座和教学查房两个环节。学术讲座中,来自郑州市中心医院的骨科、创伤科专家分别以《老年髋部骨折的治疗》《严重创伤患者的评估与处理》《脊柱专科肌力评估技术》为题进行授课,分享骨折诊疗及创伤恢复领域的新技术和新应用,内容既实用又丰富。

在教学查房环节,专家们详细了解患者的病情变化和诊疗情况,

并指导太康县人民医院医务人员改进治疗方案。同时,专家们还参与了疑难病例会诊,通过多学科、多角度的分析,为复杂病情患者明确诊断方向和治疗路径。“我们将以此次活动为契机,进一步加强与北京积水潭医院、郑州市中心医院的协作关系,共同推动县域严重创伤救治体系建设,满足区域内患者健康需求。”太康县人民医院副院长李琪说。

此次活动为太康县人民医院骨科、创伤科治疗团队提供了高水平的学习交流机会。专家们的传帮带推动了新技术和新业务在骨科领域的普及和推广,提升了太康县人民医院的综合实力,为保障县域百姓健康作出了贡献。



11月28日,周口市第六人民医院“青少年网络沉迷干预”主题健康夜市活动走进周口理工职业学院,引导学生正确认识网络、合理使用网络、远离网络沉迷。图为活动现场。记者 李鹤 摄

饮酒有风险 举杯需谨慎

本报讯(记者 郑伟元)近日,周口市第六人民医院身心障碍科接诊了市民李先生。36岁的他已有十余年的饮酒史,因身体不适在家人的陪同下就诊。

李先生说,他现在每天都要饮酒,吃饭很少,不饮酒的时候会手抖、心慌、出虚汗。最近一段时间,他饮酒后走路没有力气,肌肉酸痛,容易跌倒,甚至喘不上气。家人担心他身体出了问题,才赶忙带他来到医院。

身心障碍科主任段杰接诊后,发现李先生血糖偏低、血压异常,且思维迟钝、记忆力差,最终以酒精依赖戒断综合征将李先生收治入院,并为其制订了详细的治疗方案。经过一段时间的治疗,李先生的血糖、血压恢复稳定,各类症状也有所缓解,身体恢复了健康。

段杰介绍,饮酒后喘不上气是五种十分危险的情况之一。另外几种分别是双硫仑样反应、低血糖、心脑血管急症和急性胰腺炎。

“饮酒后,人体对气道的本能保护会减弱甚至消失。此时若食物反流,就会导致窒息。醉酒者呕吐时要将头部转向一侧,降低气道误吸概率。严重呕吐还可能引起低钾血症,诱发心律失常、呼吸肌无力,同样可能导致窒息。双硫仑样反应是指双硫仑抑制人体的乙醛脱氢酶,阻碍乙醇正常代谢,从而造成乙醛中毒。这一反应会使人面部潮红、头痛、胸闷气短等,严重时会导致死亡。”段杰说。

他提醒,酒精在代谢过程中会诱发低血糖,使人出现心悸、多汗、嗜睡、神志模糊等症状。若症状持续时间超过6小时,可导致人体神经功能损伤,甚至致人死亡。因此,饮酒时吃些主食,发生低血糖时可以先吃些糖再就医。饮酒可诱发各种心血管意外,最常见的是心肌梗死、脑卒中、脑出血。大量酒精进入人体后可诱发胰腺炎,并导致消化道出血。因此,饮酒者要增强自控力,旁观者要提高警惕,以防意外发生。

健康周刊

牙病非小病 防治莫等闲

俗话说,牙疼不是病,疼起来真要命。现代医学的一些研究表明,牙病看起来是“小毛病”,但危害已经远远超过牙齿本身,它关系着心、脑、肾等重要脏器的功能与健康。

牙病可能危及心脏健康
在排除心脏病的其他易感因素后,牙周病患者患心脏病的概率要比牙龈健康者高10倍。牙周炎患者的冠心病发病率高于正常人群,尤其是50岁以下的男性牙周炎患者及无牙者。牙槽骨吸收严重者致死性冠心病的发病率是正常人群的3倍。

牙病可能伤肺
口腔卫生状况差的人群肺部感染及肺功能降低的概率为口腔卫生状况好的人群的2倍。口腔内的大量细菌可能被吸入气管及肺部,从而导致肺炎。

牙周炎可导致中风
牙周病可能导致血管病变。患有严重牙周炎的人群口腔内存在慢性伤口,链球菌和其他致病菌由此进入血液,产生一种胶状蛋白质,作用类似于血小板,它能促使血液凝结,形成血栓阻塞血管,从而导致中风。严重牙周病患者,其动脉血管内壁上的斑块也较厚。病灶里多种细菌可

以经口腔内的小伤口进入血液,使血管内壁出现炎症,再通过免疫反应损害血管内壁,并形成斑块,且不断增厚,最终导致颈动脉粥样硬化,而颈动脉粥样硬化是中风最危险的诱因之一。

牙周炎与糖尿病互相影响
重度牙周炎是糖尿病患者血糖升高的危险因素之一。患有重度牙周炎的糖尿病患者,血糖控制明显差于无牙周病的患者。如果牙周疾病得到有效治疗,患者机体组织对胰岛素的反应就能恢复正常,其控制血糖所需的胰岛素也会随之减少。

孕妇牙病可殃及胎儿
重症牙周炎的孕妇早产和生低体重儿的概率为正常孕妇的7.5倍。患牙周炎的孕妇,其口腔内的细菌容易进入血液,通过胎盘感染胎儿,从而引起早产。所以,孕妇早晚和三餐之后要用软毛牙刷刷牙,保持孕期口腔卫生。

牙病除了可引起上述所列疾病外,还可引起头痛、眩晕、虹膜睫状体炎、关节炎、心肌炎、风湿病,以及某些皮肤病。莫把牙病不当病,小病不治酿大病。欲求平生康而健,洁齿护牙最关键。(周口口腔医院 王泽周)



健康服务热线

健康热线:13949993566 13592285505
18222960521 15538663780
电子信箱:zkrbwsb@126.com