



健康快讯

久久为功 务求实效 推动卫生健康事业高质量发展

本报讯 (记者 郑伟元)10月20日,按照主题教育工作部署和市卫健委党组理论学习中心组学习计划安排,市卫健委党组召开理论学习中心组(扩大)学习会。会议集中学习了习近平总书记关于卫生健康工作的重要论述、习近平总书记关于宣传思想文化工作作出的重要指示和全国宣传思想文化工作会议精神、《习近平著作选读》相关篇目,以及市委书记张建慧在市委学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育读书班上的讲话等,围绕贯彻新发展理念、构建新发展格局、奋力推动中国式现代化健康周口建设等主题,结合工作实际,进行了交流研讨。市卫健委机关全体党员干部参加学习。会议邀请中共周口市委党校党

史党建教研室主任、副教授纪颖作专题讲座。纪颖以《坚持不懈用习近平新时代中国特色社会主义思想凝心铸魂》为题,从“习近平新时代中国特色社会主义思想的创立背景”“习近平新时代中国特色社会主义思想的主要内容”“学深悟透增本领,担当作为重实效”三个方面,用通俗的语言、生动的案例,深刻解读了习近平新时代中国特色社会主义思想的核心要义和丰富内涵。她表示,要学深悟透习近平新时代中国特色社会主义思想,以“两个确立”统一思想行动,立足本职工作,大兴调查研究之风,增强干事创业的本领,团结奋斗,担当作为,推动各项事业高质量发展。

市卫健委党组书记、主任胡国胜表示,立足新发展阶段,全面推

动以人民为中心的卫生健康事业高质量发展,是全面打造“健康周口”的根本途径,也是实现中国式现代化建设周口实践的本质要求。他要求,一要坚持常学常新、久久为功。要始终聚焦学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,以理论上的清醒确保政治上的坚定。要自觉增强标杆意识,坚定不移贯彻大卫生、大健康理念,深化医药卫生体制改革,优化健康服务、完善健康保障、建设健康环境,推动卫生健康事业高质量发展,把人民健康福祉提高到新的水平。二要坚持问题导向、务求实效。要始终坚持以人民为中心,聚焦事业发展需求,补足短板弱项,全力打造区域医疗卫生高地,织密基层医疗卫生服务网

络,完善公共卫生服务保障体系,持续加强卫生人才队伍建设,建立健全全生命周期健康服务体系,着力解决人民群众“急难愁盼”的实际问题。三要坚持统筹推进、有机融合。要以点带面,一体推进理论学习、调查研究、推动发展、检视整改等工作落实,不断增强推动高质量发展、服务群众、防范化解风险的政治能力、思维能力、实践能力。要持续推进公立医院高质量发展,创新服务模式,改善就医感受,提升患者体验,树立医疗行业新风,打造周口“便民就医”服务品牌,切实办实事、解民忧。要强化底线思维,树牢极限思维,研判风险,做到心中有数、手中有策、应对有方、处置有效,以高水平安全护航高质量发展。

周口市中心医院

邀请离退休干部“回家”过重阳

本报讯 (记者 普淑娟)10月23日下午,周口市中心医院组织召开重阳节座谈会。该院离退休干部欢聚一堂,共度重阳佳节。

会上,市中心医院党委书记、院长冷冰代表医院全体干部职工向离退休干部致以节日的问候,并就医院发展情况向老同志作了详细汇报。冷冰表示,市中心医院的发展凝聚了几代医院人的辛劳与奉献,更倾听着老领导、老同志的心血与智慧,希望老同志在安享幸福晚年的同时,珍惜光荣历史,永葆政治本色,继续关心医院

发展建设,多为医院发展建言献策,共同谱写医院高质量发展新篇章。今后,市中心医院将进一步做好离退休干部工作,让老同志切实感受到组织的关怀与温暖,真正让他们老有所乐、老有所为、老有所养。

座谈会上,离退休干部积极发言,充分肯定医院的发展变化,并对医院发展提出中肯建议,一致表示将继续关注医院发展,发挥余热,为医院发展贡献力量。

座谈会前,离退休干部还参观了市中心医院文昌院区。

周口市中医院

破解群众就医“停车难”

本报讯 (记者 李鹤)近日,周口市中医院积极做好便民停车服务工作,用实际行动不断提升群众就医体验。

10月22日,记者在市中医院门口看到,不少车辆正在有序进入医院停车场,还有部分车辆在志愿者的引导下开向医院外的停车场。据了解,从10月21日起,该院要求院内停车场仅供就诊群众使用。同时,该院租赁位于芙蓉路和西大街交叉口西侧的停车场,让医院职工在此停放车辆后统一换乘摆渡车

上班。“过去,我们来中医院看病,停车特别难,经常在门口排长队。现在比过去好多了,到了就能进院,特别顺畅。”市民李先生说。

“为群众腾出院内停车场,让职工乘坐摆渡车,不仅解决了群众就医‘停车难’问题,还增强了全院职工的幸福感和获得感,获得一致好评。”市中医院相关负责人表示,下一步,市中医院还将聚焦各类群众就医的“痛点”“堵点”,全力满足群众的各项需求,不断提升群众就医体验。

大学生见证“一袋血的旅程”

本报讯 (记者 史书杰)10月19日,周口职业技术学院的30名青年志愿者到市中心血站参加开放日活动,见证“一袋血的旅程”。

活动现场,市中心血站的讲解员首先为志愿者们介绍了市中心血站的职责与职能、公益性质及无偿献血的意义。随后,讲解员带领大家依次参观了成分科、检验科、质控科、储发科,全方位了解血液种类、血液检测等内容。市中心血站的工作人员还向大家介绍了临

床用血报销、无偿献血表彰、献血结果反馈等知识。“没想到一袋血液要经过这么复杂的流程才能用到病人身上。血站工作人员科学严谨的态度,坚定了我参与无偿献血的信心。”周口职业技术学院学生处处长刘冬霞说。

市中心血站站长王峰表示,将持续开展开放日活动,引导更多的爱心人士参与无偿献血,让群众对无偿献血和临床用血更有信心、更加放心。

第三届“名中医”风采

抗击肿瘤的先锋——张云飞

张云飞是扶沟县人民医院中医内科副主任医师,擅长诊治各种内外科常见病、多发病,尤其擅长中西医结合治疗各种恶性肿瘤、血液病,现任周口市中西医结合学会肿瘤专业委员会青年委员、河南省中西医结合学会肿瘤专业委员会青年委员。

张云飞有丰富的临床治疗经验,总结了以扶正祛邪为主的辨证论治理论与系统的治疗方法,如扶正培本法、疏肝理气法、活血化瘀法等,发表《健脾汤对晚期原发性肝癌患者肝功能及免疫功能的影响》《化饮消水方联合顺铂胸腔灌注治疗恶性胸腔积液30例》等相关学术论文十余篇。他运用中医学理论,结合放疗、靶向治疗、免疫药物治疗等疗法,治疗各类肿瘤患者

数千例,取得了显著的疗效。

新冠疫情防控期间,张云飞第一个向医院医务科报名到方舱医院工作,与大家一起用半天时间完成方舱医院的卫生整治、流程设置、方案制订、防护物资储备等工作。在2021年抗洪抢险中,他主动加入志愿者队伍,到贾鲁河大堤加固堤坝,用实际行动为抗洪抢险贡献力量。

此外,为传承好肿瘤治疗技术,持续提升疗效,张云飞每年带教规培及进修医师十余名,带领他们学习最新肿瘤诊疗指南,参加学术会议、总结临床经验。“我会认真做好本职工作,不图名利,以医技服务人民,为卫生健康事业贡献力量。”张云飞说。

(郑伟元 整理)

协办单位

河南百年康鑫药业有限公司

健康服务热线

健康热线:13949993566 13592285505

电子信箱:zkrbwsb@126.com



视觉新闻



10月19日,市卫健委组织慰问组到市城乡一体化示范区开展重阳节走访慰问活动,重点慰问独居、空巢、留守、失能、重残、计划生育特殊家庭老年人。图为慰问组人员与老年人亲切交谈。

记者 刘伟 摄

周口口腔医院:做好宣传教育 关爱人民健康

本报讯 (记者 刘伟)近年来,周口口腔医院始终坚持以人民健康为中心,健全健康教育与健康促进工作体系,完善健康教育网络,加强健康教育队伍建设,创新开展健康教育与健康促进工作,在今年全省健康促进示范医院现场复评中以高分顺利通过复评验收。

院内教育常抓不懈。该院利用周六早会时间开展主题演讲活动,组织全院干部职工谈体会、表决心,为健

康教育与健康促进工作奠定了坚实的思想基础。同时,该院把健康教育和科普宣讲纳入门诊科室岗位工作考核,形成长效机制。要求各门诊科室指定专人收集、撰写科普稿件,轮流在候诊区为群众宣讲,起到了良好的宣教效果。

该院充分利用院内健康教育中心,定期举办健康教育大讲堂,邀请中小學生、社区居民、企业职工走进医院接受健康教育,提高群众

健康素养。同时,该院积极做好院内职工的健康教育与健康促进工作,建立学习制度,举办培训讲座,对需要关怀的职工给予饮食建议和健康指导。

院外活动丰富多彩。该院抽调专家、护士80余人,成立了健康促进宣讲团、健康情景小剧团,在主题日与节假日,深入学校、社区、乡村等,开展健康教育宣讲,为群众进行免费口腔健康检查,并向大家

发放健康知识手册、口腔保健用品等,增强群众的爱牙护齿意识。

今年以来,该院已投入健康教育健康促进专项资金30多万元,组织专家团队走进学校、社区、机关20余次,发放科普资料近4万份、口腔保健用品约2.8万份,免费为2.6万余名群众检查口腔,免费为7800余名适龄儿童进行窝沟封闭,综合受益人次近10万,取得了良好的社会效果。

白天经常犯困可能是发作性睡病

本报讯 (记者 史书杰)近日,市第六人民医院睡眠医学科收治了30岁的患者王先生。他自述近期出现嗜睡症状,严重影响工作和生活。医院睡眠医学科医生高战涛为其进行了治疗,缓解了症状。

据了解,王先生的睡眠质量4年来一直很差,白天经常犯困。近期,他出现嗜睡症状,在上班时甚至走路时

都能睡着。高战涛根据他的病情及检查结果,以发作性睡病将其收治入院,并为其制订了西药、心理和中医相结合的治疗方案。经过一段时间的治疗,王先生的病情有所好转。

高战涛介绍,发作性睡病是一种原因不明的慢性睡眠障碍,临床上以不可控制的病理性睡眠、猝倒发作、睡眠瘫痪和睡眠幻觉

为特征。目前,我国约有70万名发作性睡病患者,其中男性患者为女性患者的2倍。该病的治疗方式有两种。一是西药治疗。西药治疗主要为使用中枢兴奋剂,主要功效是减少日间睡眠。二是中医治疗。中医治疗会根据患者症状辨证论治。

高战涛提醒,若患上发作性睡

病,应遵医嘱服用相关治疗药物,规律作息。学会管理自己的情绪,避免出现焦虑、抑郁情绪。注意劳逸结合,避免过度劳累。不要从事高危工作,如机械操作、高空作业等,防止出现意外。应对自身所患疾病有正确认识,保持乐观心态,积极面对疾病,并寻求专业医生的正确指导。

高血压患者在饮食方面应注意哪些问题

高血压患者的饮食宜清淡,宜食用富含维生素、微量元素、膳食纤维的食物。

推荐的食物

富含维生素、微量元素(钾、钙等)的食物。饮食中,钾离子、钙离子的摄入缺乏会在一定程度上引起血压升高,因此,增加钾、钙的摄入有助于控制血压。含钾高的食物

主要有新鲜绿叶蔬菜、根茎类蔬菜、菌类等;含钙高的食品多为乳制品、豆制品等。

富含膳食纤维的食物,如粗粮、杂粮等。

富含优质蛋白、低脂肪、低胆固醇的食物,如脱脂奶、鸡蛋清、鱼类、去皮禽类、瘦肉等。

不饱和脂肪酸含量高、饱和脂

肪酸含量较低的植物油,如花生油、豆油、菜籽油、橄榄油等。食用这类植物油可以预防高血压、动脉粥样硬化等心血管疾病的发生。

尽量避免的食物

高盐食物,如腌制食品、烟熏食品和含钠高的调味料、酱料等。食盐摄入量过多可引起血压升高,因此应当尽量避免食用上述

高盐食品。

高脂肪、高胆固醇的食物,如动物内脏、肥肉、禽皮、蛋黄、油炸食品等。

高反式脂肪酸食物,如含人造奶油、氢化油、起酥油的糕点和方便食品等。

(周口市疾病预防控制中心 梁凌霄)

健康周口