

深入开展健康教育 提升全民健康素养

中共焦作市委党校 李咏玲

习近平总书记曾说：“健康是幸福生活最重要的指标，健康是1，其他是后面的0，没有1，再多的0也没有意义。”焦作市第十二次党代会提出建设“健康焦作”的战略任务，是回应全市人民幸福生活需要的务实之举。而要建设“健康焦作”必须深入开展健康教育，不断提升全民健康素养水平。

深入开展健康教育，应注重促进居民健康知识转化为健康技能与健康行为。健康技能和健康行为是提升健康素养的重中之重，对健康具有决定作用。只有拥有了健康技能和正确的健康行为，才能减少各类疾病的发生，从而有效规避各类健康危险因素。但是，从现实来看，民众对于健康知识与实践的知晓相对较为容易，但由知识转化为信念，进而转化为健康行为，却是一个比较漫长而困难的过程。为此，在健康教育工作中，不能局限于单纯的健康知识宣传，而应根据影响不同人群健康行为的关键因素，开展有针对性的健康教育和健康促进活动，采用引导、激励与约束相结合等多种手段和干预措施，促使健康生活方式与行为的形成。

深入开展健康教育，应突出县域乡村、抓好重点人群。一是要抓好县域乡村的健康教育。焦作市第七次全国人口普查公报显示：全市常住人口中，居住在乡村的人口为1301689人，占36.97%。而这生活在乡村的近37%的人口，受思想观念、生活习惯、文化程度等因素的影响，健康素养水平低，提升难度大。为此，要重视建基层健康教育阵地、健康教育队伍，整合资源开展健康素养提升帮扶工作，不断提升县域乡村健康教育水平。二是要抓好青少年的健康教育。要不断加大健康教育理念与知识传播力度，夯实家庭、学校和社会三位一体的教育基础，多措并举，全面提升青少年健康素养，守护青少年健康成长。三是要抓好老年人的健康教育。焦作市第七次全国人口普查公报显示：我市常住人口中，60岁及以上人口为664892人，占18.88%，其中65岁及以上人口为467473人，占13.28%。与2010年第六次全国人口普查相比，60岁及以上人口的比重上升7.41个百分点，65岁及以上人口的比重上升5.83个百分点。我市的人口老龄化程度在不断加剧。抓好老年人的健康教育，对于提升我市全民健康素养意义重大。为此，要从更新健康观念、倡导健康生活方式、普及老年病的防治知识、维护与增进老年人心理健康以及开展家庭教育等方面加强对老年人的健康教育，提高他们的生活质量，让老年人乐享幸福生活。深入开展健康教育，应充分发挥基层医疗卫生机构的作用。基层医疗卫生机构是最贴近居民的健康“守门人”，不但要为民众提供优质的医疗服务，还要精准开展健康教育。一是进一步建立健全政府牵头的健康教育与促进工作体系，加强健康教育专业机构和基层医疗卫生机构建设，完善工作和技术网络，建立权威、科学的健康科普传播平台，形成“政府主导、卫健牵头、多部门合作、分类施策、精准实施”的全社会共享共建运行机制。二是加大对基层医疗卫生机构医护人员、签约医生团队、乡村医生的业务培训力度，提升开展健康教育的业务能力和技能。三是将健康教育纳入临床路径，医护人员适时对病人和家属精准传播健康素养知识、指导行为方式，促进医院由治病为中心向以健康为中心转变。

深入开展健康教育，应注重提高健康教育服务能力。当前时代是一个信息爆炸的时代，面对海量信息，并不是所有人都具有选择正确信息的能力。对于没有独立思考和判断能力的人来说，可能就成了知识的“存储器”，人云亦云，从而陷入一受波动就混乱、一受蛊惑就昏聩的境地。所以，在这个资讯发达的社会，如果没有权威官方的信息获取渠道，民众就有可能因为信息渠道不畅和虚假信息而造成病情的延误。这需要相关机构提高健康教育服务能力，在机构设置、人员配备、信息发布等各个方面都要做到专业、严谨、科学，让专业的人做专业的事情，为民众健康保驾护航。

前沿医讯

胎儿生长迟缓与成年后血压升高风险相关

新华社悉尼3月15日电 西澳大利亚大学日前发布的一项研究结果显示，胎儿在子宫内生长迟缓与成年后血压升高风险之间存在关联。相关论文发表在美国《高血压》杂志上。

研究团队利用西澳大学雷恩研究所收集的数据，对1440名处于孕周15周到即将分娩间不同阶段的胎儿生长发育的超声检查结果，以及其中680个胎儿长大成年后的血压数据进行对比分析。

研究发现，在综合考虑和调整了性别、年龄、身体质量指数(BMI)等因素的情况下，胎儿出生前腹围、头围的发育情况与他们进入成年期后的血压值有显著关联。在胎儿时期腹围、头围发育迟缓或低于正常水平的人，进入成年期后的血压收缩压平均比普通人高出3.5毫米汞柱。而人口研究显示，成年人血压升高3.5毫米汞柱，患心脏病而死亡的风险会高6%到10%，患中风的风险高约10%。

这项研究还显示，母亲在孕早期患上高血压、妊娠糖尿病等疾病，或是有抽烟等不良生活习惯，也会对胎儿的生长造成影响，增加孩子成年后患心血管病的可能性。论文第一作者、西澳大学公共卫生博士阿希什·亚达夫表示，这一研究凸显了孕期风险筛查的重要性，要尽早发现那些可能影响胎儿出生后健康的风险因素，对母亲及时进行医疗干预或提供健康管理建议，以减少孩子未来患心血管病的可能性。

市护理学会重症监护专委会举行二次代表大会

本报讯(记者孙阔河)日前，市护理学会重症监护专业委员会第二次代表大会暨学术年会在市人民医院召开，会议选举市人民医院护理部副主任孟明哲担任本届重症监护专业委员会主任委员，并邀请多名专家作学术讲座。河南省护理学会重症护理分会主任委员、河南省人民医院护理部副主任李黎明，市护理学会副理事长兼秘书长牛冬花，市人民医院工会主席钱琪出席会议。我市各级医院200多名重症护理专业人员通过线上或线下的形式参会。

牛冬花在会上作了换届说明。她指出，从2020年新冠肺炎疫情发生，到现在的疫情防控常态化，我市重症专科护士始终奋战在一线，一次又一次地向人们展示他们的专业、坚强、勇敢和不可替代。今后，市护理学会将继续紧密团结重症监护专业委员会人员，持续推动焦作地区重症监护事业的发展，做广大护士的坚强后盾。

钱琪代表市人民医院对此次会议的召开表示祝贺。他表示，自1996年正式成立重症监护病房以来，市人民医院的重症监护事业已经走过了26个年头，由最初的4张病床发展到如今的74张，涵盖ICU、EICU、神经外科重症ICU、NICU、PICU、RICU等7个综合及专科重症护理单元，成立了体外生命支持、呼吸治疗等13个专科护士组。下一步，作为主任委员单位，该院将继续积极推动全市重症护理精细化管理，加快专科护士培养，努力引领全市重症监护事业高质量发展。

孟明哲在会上作表态发言。她表示，本届重症监护专业委员会将紧紧围绕提高重症护理管理质量、提升重症护理核心技能等重点任务，加快重症护理改革转型，规范临床护理路径，进一步提升重症护理工作的深度及温度，为我市重症患者提供更加规范的诊疗护理。同时，为适应疫情防控需求，还将对气道管理和危重症护理技术的最新管理理念与技术进行系统化阐述，引领广大重症护理人员完成从指南到

实践的转化，提升大家在危重症护理领域的专科能力。会议换届议程结束后，与会人员进行了学术研讨。李黎明作了题为《重症专科护士的使用，我们做好了吗》的学术讲座；河南省重症监护委员会副主任委员、济源市医学护理教育委员会主任委员马琳作了题为《院校联合下ICU方向护生培养模式探讨》的学术讲座；孟明哲作了题为《以问题导向为引领，浅谈危重症病人的管理》的学术讲座；沁阳市人民医院重症医学科护士长孙娟作了题为《集束化护理策略下重症患者的临床应用》的学术讲座；市人民医院感控科副主任吴艳艳作了题为《呼吸机相关性肺炎与预见性护理》的学术讲座。

市人民医院护理部主任卢明在会上表示，市护理学会重症监护专业委员会主任委员的重担既然交给了孟明哲，也就是交给了市人民医院护理部。今后，该院护理部全体同仁将在院党委的领导下，全力支持推动我市重症护理事业再上新台阶。

医院动态

市人民医院内分泌二区 综合治疗降低糖尿病足截肢率

本报讯(记者孙阔河)日前，市人民医院内分泌二区一位患者家属先后两次找到值班医生和主治医生，激动地表达着谢意。因为在医生的精心治疗下，因糖尿病足5年不能走路的父亲终于可以独立行走了。据不完全统计，在内分泌二区科学规范的治疗模式下，已经有30多位糖尿病足患者得到了及时救治，极大地降低了截肢率，提高了患者的生活质量。

糖尿病足是一个花费高、治疗周期长、治疗难度大、致残率高的一种疾病。目前，很多病例是因为患者对糖尿病的危害认识不足导致的。在该院接诊的众多糖尿病足患者中，有许多是到了症状非常严重的程度，才到医院治疗的。

这次内分泌二区救治的这位患者来自孟州市，今年79岁，因为糖尿病足导致5年不能独立行走，一只脚的面部和脚后侧都烂成了大洞，但平时只按普通的创伤在家自行敷药，效果不佳。此次就诊也是因为伤口进一步恶化，脚面又出现了新的创口，并且感染化脓，才决定到市人民医院接受正规治疗。患者入院后，因担心截肢情绪非常低落。内分泌二区护士长带领护理团队积极为其进行心理疏导、营养教育、疾病宣传等，帮助患者重新

树立战胜疾病的信心。同时，医生采取综合降糖、清创换药、湿性愈合等方法进行综合治疗，最终让患者的足部创伤得到了良好愈合。而患者的儿子就是在护理人员换药时，发现折磨父亲多年的足部大洞已经基本长好，并且可以下地走路了，才激动地向医生表示感谢。目前，这位患者已经治愈出院。

近年来，该院通过多学科紧密合作，采取综合降糖、清创换药、血管介入、负压吸引(VSD)技术、糖尿病足伤口植皮术等综合治疗，明显缩短了糖尿病足患者的伤口愈合时间，降低了截肢率。

内分泌二区主任马飞龙提醒，血糖高并不可怕，但是血糖高引起身体各个器官的并发症则是非常可怕的，其中致残率最高的是失明和截肢。所以，严重的糖尿病足需要内分泌、外科等诸多学科的专业人员共同参与，运用综合治疗方案才能达到较好的治疗效果。而对出院患者的密切随访、预后评估和科学管理，也是降低糖尿病足复发的重要手段。因此，广大糖尿病患者应积极配合医生控制好血糖，定期复查相关并发症。在出现视物不清、手足麻木、伤口不愈合、足部疼痛等症要及时就诊。

守望相助，焦作疾控紧急驰援吉林



焦作疾控30名流调队员踏上了驰援吉林的征程。

本报讯(记者金珊珊)3月16日，在淅沥的春雨中，焦作疾控30名流调队员踏上了驰援吉林的征程。

一方有难，八方支援。当前，吉林省疫情严峻复杂，牵动着全国人民的心。3月15日晚上，市疾控中心接到省疫情防控指挥部和省疾控中心的命令，要求我市选派30名流调队员紧急驰援吉林。疫情就是命令，防控就是责任。从接到命令到集结出发只有15个小时，时间紧、任

务重，市疾控中心、各县(市、区)疾控中心连夜选派队员，做好各项准备工作。

在3月16日12时举行的出征仪式上，市疾控中心主任徐书立要求，全体驰援人员到达吉林后，要按照省疾控中心和当地的统一安排，迅速进入应急工作状态，与时间赛跑，深入开展精准流调和排查，发扬焦作疾控流调队能吃苦、守纪律的作风，为吉林省科学管控疫情提供有力依据。同时，希望流调队员注意劳

逸结合、做好个人防护，确保自身安全。焦作疾控驰援吉林流调队长牛政代表队员作了表态发言，他表示，听从命令，齐心协力，圆满完成吉林的流调任务。

此次驰援吉林再次彰显了焦作疾控系统是一个“关键时刻拉得出、冲得上、打得赢”的坚强战斗团队。据悉，此次驰援吉林的流调队员都有着丰富的流调经验，为了让党旗在疫情防控一线高高飘扬，焦作疾控驰援吉林流调队成立了临时党支部。

焦作同人护理员张小芬的一天

本报记者 朱颖江

如今，越来越多的家庭选择将生活不能自理的老人送到养老院，交给专业的人员照顾。那么，养老院里的护理员是如何照顾老人的？昨日，记者走进焦作同人老年养老院，零距离了解一名护理员的工作状态。

张小芬是焦作同人老年养老院的护理员，她和众多护理员一样，时刻陪伴在老人身边，负责照料老人的生活起居，长时间的相伴，他们相处得如一家人一般，老人的喜怒哀乐也牵动着她的心。

3月16日4时，穿着轻薄羽绒服的张小芬低头对躺在床上的老人说：“阿姨，咱翻翻身，躺着舒服点。”老人没有任何反应，任由张小芬翻身拍背。

这位老人因大面积脑梗塞导致全身瘫痪，在家卧床1年，子女需要工作没有时间照顾，便将老人送到养老院，护士长刘琳安排张小芬照顾。一转眼的时间，老人已经在这里度过了2个春秋，在张小芬无微不至的照顾下，老人的身上没有

压疮，也没有其他并发症，身体状况良好，家属对张小芬的工作很满意也很放心。

养老院有严格的护理制度，根据规定，每2个小时，护理员要对全失能失智卧床老人进行一次基础护理，护理内容包括翻身、拍背、按摩等项目，护理员要记录时间，以便下一个班的护理员按时执行。张小芬照顾的老人中，有3位老人完全卧床，吃喝拉撒需要她帮助完成。

张小芬给3位卧床老人做完基础护理后已经是5时了，上了年纪的老人都起得早，走廊里已经有人在锻炼身体，她快步地走到另外一个房间，对躺在床上已经睡醒的老人说：“叔叔，你先躺一会儿，我去打水……”说完便转身走进卫生间打水，协助老人洗漱。

6时30分，早餐时间，张小芬开始为老人准备早饭。没有特殊需要的老人，早饭由养老院食堂统一配送。完全卧床的老人要吃流食，张小芬动作麻利地拿出破壁机，先将饭菜打成糊状，再将食物注射到老人的胃管内。

记者了解到，养老院除了护理员外，还有专职的医生、护士，所

有人员都是24小时值班，大家紧密配合，为老人生命安全提供有力的医疗护理保障。

8时，医生、护士开始查房。张小芬给查房医生介绍每一位老人吃喝拉撒情况以及身体状况的变化。她事无巨细地说着，医生仔细地听着，手里拿着听诊器在老人胸前来回移动，检查老人的心肺功能。

“人上了年纪，思维和孩子一样，特别希望得到别人的关注。”张小芬说，给医生护士汇报得越详细，老人就会感觉到大家对他很关心，只有得到老人的充分信任，才能更好地观察，了解老人的心理、身体变化，从而提前干预，预防老人出现心理问题或身体上的疾病。

医生查房结束后，张小芬会带着不用治疗的老人来到大厅，和其他老人聊天，陪老人做手指游戏，锻炼他们的手眼协调能力。

午后，张小芬趁着老人休息，开始整理房间，打扫卫生，清洗老人更换的衣服。15时，张小芬又开始张罗着给老人泡脚，这期间还要给卧床老人做基础护理，虽然得手脚不停，但没有一句怨言，无论和哪位老人说话，都是面带笑



张小芬在为老人进行基础护理。 本报记者 朱颖江 摄

容。泡脚的时间，也是走廊里最热闹的时候，老人坐成一排，边泡脚边聊天，喜欢热闹的老人还会组织大家一起唱歌。

一天的工作紧张而有序，每一个时间段，张小芬都有要做的事情。20时，热闹了一天的养老院开始变得安静，习惯早睡的老人洗漱

后上床休息。夜深人静时，护理员也不敢放松警惕，每隔30分钟要巡视一次房间，以便及时发现和处理问题。

张小芬说：“护理员这个工作是良心活，我真心对待老人，他们也真心对我好，大家朝夕相处，感情比家人还要亲。”

焦作市鑫星科技有限公司年产1000吨钴盐粘合增进剂项目 环境影响评价第二次公示

根据《环境影响评价公众参与办法》(生态环保部令4号),现将项目环评有关信息公示第二次公示。
一、环境影响报告书征求意见稿全文和公众意见表的网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径

网络链接: https://pan.baidu.com/s/1WvDBwTQTWlm-hLPWw0JrMGQ 提取码:u2nk
公众可前往焦作市市中站区经四路与雪莲路交叉口向东80米路北项目所在地查阅纸质报告书。

二、征求意见的公众范围
项目所在区域的居民、企事业单位等。
三、公众提出意见的方式和途径

公众可以通过电话、邮箱、信函方式提出相关意见,公众提交意见时,应当提供有效的联系方式,鼓励公众采用实名方式提交意见并提供常住地址。

建设单位:焦作市鑫星科技有限公司
单位地址:焦作市市中站区经四路与雪莲路交叉口向东80米路北

联系人:刘工(15239158333)
电子邮箱:33077087@qq.com
四、公示提出意见的起止时间
自公示之日起至2022年3月23日。
公示单位:焦作市鑫星科技有限公司

招租

焦赭地2003-08-02号储备地位于大杨树步行街北侧、胜利街东侧,现状为停车场,面积1.38亩,拟对外公开招租,租赁期限二年。有意租赁者请于3月23日17时前到焦作市土地收购储备中心报名。

联系人:刘先生
咨询电话:8786270

2022年3月16日