

# 区妇计中心开展持续深化“作风建设提升年”系列活动

本报讯(通讯员张慧)为进一步整治作风顽疾、弘扬优良作风,引导党员干部职工解放思想、转变作风、提升效能,近日,区妇计中心开展持续深化“作风建设提升年”系列活动,促进单位作风再优化、服务再提升。

区妇计中心开展以“优作风、提效能、促发展”为主题的解放思想大讨论活动,全体干部职工围绕学用党的创新理论、转变工作作风、树立和践行正确政绩观、提升自身能力素质

抓贯彻落实等进行讨论,并且聚焦“四个不匹配”开展深刻检视,找出存在的问题与不足之处,提出改进方法并落实到位,坚持把问题整改作为提升工作质效的重要保证。

区妇计中心领导班子带头检视自身作风表现及作风建设情况,与全体党员、中层干部交流谈心,广泛听取和征求意见建议,全面检视差距不足,梳理问题清单,严肃开展批评和自我批评,提出改进优化措施,互相进行监督。同时,抓实抓牢全

## 病房里的百岁生日会

俗话说:“山中难寻千年树,世上难得百岁人。”近日,区人民医院十八病区异常热闹,病房传来“祝你生日快乐,祝你生日快乐……”的祝福歌,当天正是患者王爷爷的100岁寿辰,家人和医护人员在病床前,给他过了一个难忘的百岁生日会。

王爷爷年轻时参加过抗日战争和解放战争,扛过枪、打过鬼子。上个月因发热、呼吸道感染、新冠病毒感染、高血压入住医院。住院期间,呼吸科主任曹玉华带领诊疗团队每日查房,根据王爷爷的咳嗽咳痰情况,随时调整治疗方案。全体医护人员和工友待王爷爷如亲人,精心护理、细心照料,每日密切监测老人生命体征,整理床位、翻身拍背,协助喝水服药、咳嗽排痰,用行动传递温暖。在医护人员的共同努力下,王爷爷的身体恢复很快。

入院时,医护人员就从住院信息中发现老人百岁生日在即,工作间隙商量着要给王爷爷举办

一场特殊的“百岁生日会”。护士长组织医护人员利用休息时间精心布置病房,用各色气球和彩带将病房装扮得分外喜庆温馨。

生日当天,王爷爷的子孙从全国各地赶来,聚集到王爷爷的身边,医护人员送上提前准备的鲜花和长寿面。在给王爷爷戴上生日帽后,大家围在老人身边,点燃蜡烛,捧出鲜花、唱响生日歌、送上生日祝福。老人乐得合不拢嘴:“就跟在家里一样。”看到王爷爷开心的模样,老人的子孙也感动不已,“我们不能在身边服侍,是医院让我们安心,这是一家有温度的医院。”“医护人员太贴心了,不仅技术好服务好,没想到还有这样的惊喜。”

“既要眼里有病,更要心中有入。”区人民医院一直秉承“以人为本”的理念,在医疗护理中给病人以关爱、照护和信心,用心服务每一位患者,构建更加和谐的医患关系。

通讯员何莉华

## 凝「青」聚力「医」路护航 二甲中心卫生院开展急救技能专项培训

本报讯(通讯员沙琛颖)3月下旬起,二甲中心卫生院分批对全院35周岁以下护理人员开展急救技能专项培训,进一步提高全院护理人员急救服务水平,强化应对突发事件的应急处置能力,精进年轻护理人员急救技能,提高岗位适应能力。

急救技能培训主要包括心肺复苏技术和海姆立克急救技术,门诊护士长毛金金以工作中遇到的真实案例为切入点,向大家详细讲解了急救抢救的要点,心肺复苏的指征、简易呼吸气囊的工作原理及自检方法,除颤仪的操作要点等,并现场演示了心肺复苏的操作步骤,包括判断患者意识、呼叫救援、检查呼吸、进行胸外按压等,强调了操作过程中需要注意的细节问题,如按压深度、频率等。同时,她还与科室其他人员配合,现场示范了海姆立克急救法的操作方法、技巧等。

所有参与培训的护理人员一一进行操作考核,由护理部进行打分,并集中进行理论知识考核,做到人人过关。从4月份起,全院所有35周岁以下的护理人员均参与到到医院院前急救的排班中,充实优化院前急救队伍,在实践中巩固提升培训技能。

此次培训考核有效增加了护理人员的急救知识储备,提升了年轻护理人员的整体素质和院前急救服务水平,同时也让大家及时将所学知识运用到实际工作中,为患者的生命安全和身体健康保驾护航。



## 城西社区卫生服务中心有序推进HPV疫苗接种工作

本报讯(通讯员王晓霞)为落实通州区适龄女生人乳头瘤病毒(HPV)疫苗接种项目,推进全区宫颈癌综合防治工作,提升女性健康水平,城西社区卫生服务中心免疫规划门诊利用清明小长假,为辖区初一女生开展HPV疫苗接种工作。

接种工作开展前,城西社区卫生服务中心与辖区学校多次沟通,就相关政策和接种HPV疫苗的重要性、必要性、安全性等相关内容进行了科普宣传。并制订《适龄女生人乳头瘤病毒(HPV)疫苗接种项目实施方案》,从候诊、健康询问、信息核实、登记接种、留观等环节逐一斟酌考虑,严格按标准进行,确保接种工作顺利实施。

接种现场,医务人员按照疫苗接种流程和规范,秉持“知情、同意、自愿”的原则,核实接种人员身份信息、健康状况,详细讲解了疫苗作用、免疫程序、接种禁忌、不良反应及注意事项,并请家长签署了接种知情告知书,对适龄女生进行HPV疫苗接种。接种后,大家留观30分钟后无不不适才离开。

城西社区卫生服务中心将持续开展宫颈癌健康知识宣传及HPV疫苗接种工作,进一步加强辖区居民“早接种、早保护”的意识,提高居民对宫颈癌疾病预防控制相关知识的认知水平,切实降低宫颈癌疾病发病率,为孩子健康成长及女性身体健康保驾护航。

## 平东卫生院:春暖查螺忙

本报讯(通讯员赵丽)近日,平潮镇2024年春季血防查螺工作全面启动。平潮镇平东卫生院所辖的国道、新生、金桥、赵甸四个行政村(居)被列为今年血防查螺村,查螺任务面积为30万平方米。



据了解,钉螺是血液虫病的唯一中间宿主,而春季是钉螺交配产卵和孵化的高峰期,但凡有水的地方,都有钉螺存在的可能。一旦接触含有钉螺的水源,就有可能感染血吸虫,因此,如何快速查找钉螺成为预防和控制血吸虫病的关键措施。为确保螺情见底,保一方平安,查螺前,平东卫生院组织所有查螺人员进行了血防查螺培训,副院长杨孙华就春

季查螺工作方案和如何识别钉螺进行了详细讲解,院长顾宝枢对人身安全、保证查螺质量、确保工作秩序等提出了明确要求。查螺时,工作人员深入田间、沟渠、河岸等钉螺易生长区域,展开地毯式排查,按照查螺规范仔细认真查找钉螺,确保钉螺“一个都不放过”。

## 医卫动态

最新调查显示:“重”口难调

## 减盐的难点是什么?



国际权威学术期刊《柳叶刀》发布的研究结果显示,中国人饮食最致命的问题并非含糖饮料(仅排第12位),而是盐(钠)吃多了。世界卫生组织曾经提醒,高钠饮食与高血压、心血管疾病有密切的关系。美味,中国人减盐最大的挑战

经过多年不懈努力,中国的人均食盐摄入量从1992年的13.9克降低到2015-2017年的9.3克,但距离5克的膳食指南建议量还有相当大的距离。

控盐“达标”,中国还需30年? 过去20多年,中国人均盐摄入量大约以年均1.7%的速度下降,以此粗略推算,实现《中国居民膳食指南》建议的5克的目标大约还需要

30年。家庭厨房如何有效控盐? 中国工程院院士陈君石认为,控盐的主动权在每个人的手中,撒盐和鸡精的时候少抖一下,倒酱油的时候少滴几滴。如果没有这样的主动控制意识,限盐勺、减盐调料都发挥不了应有的作用。如果希望“减盐不减咸”,现阶段有一个很便捷有效的办法是使用低钠盐,因为同样咸度下低钠盐比传统食盐减少20%~35%的钠。当然,肾病患者等少数人不宜高钾摄入人群需咨询专业医师的意见。此外,可以灵活使用辣椒、胡椒、葱姜蒜等香辛料,它们会刺激味蕾产生更强的咸味感受。炒菜出锅前撒盐,这样可以让盐留在菜品表面,而不是渗入内部,能更好地被舌头感受到。陈君石院士提醒,老年人的味觉感知退化,对咸味更不敏感,因此更需要注意减盐。此外,鼓励食品企业创新,研发出更多既能减钠、口味又好的调味品。(来源:工人日报)

## 春季出游要防蜱虫叮咬

春暖花开,万物复苏,蜱虫及其相关疾病也进入活跃期。近日,中国疾控中心提醒,公众春游踏青、拥抱大自然时,要提防蜱虫叮咬。如何辨认蜱虫? 解放军总医院第五医学中心感染病医学部主任徐哲介绍,蜱虫俗称壁虱、扁虱、草爬子、狗豆子,一般呈红灰褐色,长卵圆形,背腹扁平,成虫体长2~10毫米,类似芝麻粒、火柴棒头、米粒大小,吸血后胀大如红豆。蜱虫主要生活在森林、草丛、灌木丛中,也可以寄生在宠物、家畜、家禽、鼠类等体表。蜱虫一般聚集在落叶层、草尖,如果人或动物经过并与其接触,即可攀附上身。因此,在户外遛狗、露营、园艺、采茶、耕种都有可能与蜱虫接触。

蜱虫叮咬有何危害? 徐哲说,蜱虫叮咬吸血时多无痛感,但可导致叮咬处皮炎,表现为瘙痒、皮疹,皮疹的症状为红肿、水泡、瘀斑等。被蜱虫叮咬后,大部分人会出现轻度皮炎症状,但极少数过敏体质者被蜱虫叮咬后可出现麻痹症状,表现为急性麻痹,甚至可出现呼吸衰竭。此外,蜱虫可携带多种病毒、细菌、螺旋体等病原体,可传播多种传染病,如发热伴血小板减少综合征、病毒性脑炎等。保持环境卫生有助于减少蜱虫滋生。徐哲建议,及时清除房屋周围的杂草和落叶,按时清理禽畜圈舍。如果发现家畜、家禽体表携带蜱虫等寄生虫,不要徒手摘除,可用镊子摘除。家畜可定期药浴杀蜱,宠物应定

期检查体表是否有蜱虫附着。个人如何防护蜱虫? 徐哲建议,在蜱虫活动季节到户外活动或劳作,尤其是草地、山地等地域,宜穿着紧口、明亮色、光滑长袖衣服,暴露皮肤衣服可喷涂驱蚊剂,避免穿着凉鞋,并及时检查身体有无蜱虫附着,特别是头皮、腰部、腋窝、腹股沟、脚踝下方等蜱虫喜爱附着的部位。另外,要减少与带蜱动物的接触。如发现蜱虫附着,不要生拉硬拽,以免蜱头遗留体内;可用酒精涂蜱,使蜱头部放松或死亡,再用尖头镊子取出,之后用碘酒或酒精等医用皮肤消毒剂局部处理。被蜱虫叮咬后,要注意观察身体状况,如果出现发热等不适症状要尽快就医。(来源:人民网)