

东新区开展整治“两非”专项行动

本报讯 8月28日至30日,东新区计生中心联合东新区社会事务局、市食品药品监督管理局、市工商局城乡一体化示范区工商分局对辖区内医院、卫生院、药店进行检查,大力开展整治“两非”专项行动。

行动中,检查组对医院B超购置

准入、备案落实、管理使用和胎儿检查、引产登记情况,以及有无非医学需要的胎儿性别鉴定和选择性别的人工终止妊娠行为进行了检查;对药店终止妊娠药品的销售和使用管理情况,以及有无存在非法销售国家免费提供的避孕药具情况进行了检查。在检查

的同时,检查组还进行了宣讲,发放了《河南省计划生育条例》和《东新区开展整治“两非”专项行动实施方案》。

行动中,检查组认真记录并梳理发现的问题,责令相关责任人现场整改或限期整改。

据悉,东新区计生中心还统一印

制了《东新区B超管理制度》,制作了禁止鉴定胎儿性别的标语,悬挂、张贴在醒目位置。同时,在区、乡(办)卫生院设置有奖举报信箱,持续搜集“两非”线索,一经发现,追究倒查、一查到底。②9

(宋全力)



近日,淮阳县王店卫生院走进刘庄村开展义诊活动,大力宣传家庭医生签约服务工

作工作,受到当地村民的一致称赞。记者 史书杰 摄

周口惠济康复医院

为患者重新燃起生活的希望

本报讯 (记者 史书杰 通讯员 刘影)“现在,我已经可以坐着轮椅自由出入室内外了,还可以做一些简单的家务活。感谢周口惠济康复医院对我的精心治疗和护理,为我重新燃起了生活的希望。”近日,该院患者靳永光高兴地对记者说。

靳永光,男,29岁,周口市人。因在家中不慎摔倒,导致颈部脊髓损伤及右膝关节骨折,靳永光被送入医院

接受手术治疗,术后病情稳定,但生活不能自理,便到周口惠济康复医院接受康复治疗。

入院后,该院治疗师对靳永光身体进行功能评估。评估显示,靳永光躯体运动功能受限,双上肢近端肌力2级、远端肌力1级,双下肢肌力0级,无翻身坐起能力,双下肢内收张力2级,大小便不能控制,生活自理能力严重受限,其翻身坐起、洗澡、穿脱衣物、

二便自理等行为均需他人辅助。

针对这一情况,该院治疗师为靳永光制订了康复治疗方

案:采用减压床或加用气垫来防止压疮,每2小时为其翻身拍背;采用轻拍胸部和体位引流的方法,加强呼吸训练,预防肺部感染;保护好关节,进行科学训练,防止挛缩,维持残存肌力;留置导尿管时应注意定时夹放,保证膀胱储尿量在300毫升至400毫升,以利于自主收

缩功能的恢复。同时还要进行心理治

疗。经过康复治疗,在医患双方的共同努力下,靳永光恢复迅速。目前,他能自己吃饭,能自己从床上坐到轮椅上。在家人的搀扶下,他可以步行20米左右,还可以在坐着的状态下独立完成洗澡、穿脱衣物、处理二便等行为。除此之外,他还可以自己驱动轮椅,自由出入室内外。②9

一封来自大洋彼岸的感谢信

记者 史书杰 通讯员 闫云

“我是一名留美学生,现在美国麻省理工上学,十分感谢太康县人民医院神经内科的医生,是你们救了我爷爷的命。”8月28日,一位老人把一封来自大洋彼岸的感谢信送到太康县人民医院医政科工作人员的手上。

原来,老人名叫王余海,今年79岁,太康县老家镇人。8月17日凌晨2时左右,因头晕、恶心、呕吐,王余海到太康县人民医院神经内科就诊。入院时,王余海头晕、恶心、呕吐症状持续存在,无行走能力。头部MR检

查显示,颅内多发梗塞、脑萎缩。于是,该院立即开通“绿色通道”,为王余海安排入院治疗。

昨日,在神经内科一病区,记者见到王余海,他精神状况良好。交谈中,他一再表达对神经内科一病区

全体医护人员的感谢。王余海说:“这里的 service 真是太好了。住院这些天,我留心观察了一下,发现这里的医生和护士都是面带笑容为患者服务,感谢他们的精心治疗和贴心护理。”②9

周口萤火虫公益联合多家单位

举行爱心义诊活动

本报讯 (记者 史书杰)9月5日是第三个“中华慈善日”。当天,周口市慈善总会萤火虫公益联合周口协和骨科医院、同和堂大药店等单位举行爱心义诊活动。

当天,周口协和骨科医院医护人员为市民免费测量血压、血糖,发放健

康教育宣传资料,并向居民讲解疾病预防知识,耐心回答大家提出的各类健康问题。

活动当天,共为100多名市民免费测量血压、血糖,发放健康教育宣传资料1000余份,受到市民的一致好评。②9

淮阳县人民医院

开展文化扶贫

本报讯 (记者 史书杰 通讯员 苏叶松)日前,淮阳县黄集乡后家村出现了很多墙绘漫画,墙绘内容涉及党的惠民政策、健康科普知识等。这是淮阳县人民医院驻后家村工作队助力脱贫攻坚的又一新举措。

据淮阳县人民医院驻后家村工

作队员介绍,他们在村里多个显眼位置进行墙绘,通过墙绘漫画的形式让村民更加直观地了解国家扶贫政策和健康知识。今后,他们将以公共文化服务为主线,大力开展文化扶贫、健康扶贫,让群众生活变得更加美好。②9

商水县食药监局

开展“三小”食品安全专项治理行动

本报讯 (记者 史书杰 通讯员 李艳修)近日,按照“登记备案一批、规范提升一批、依法查处一批”的原则,商水县食药监局对小作坊、小经营店和小摊点(以下简称“三小”)开展食品安全专项治理行动,全面提升“三小”食品安全保障水平。

该局结合本地实际,以乡镇(办事

处)、监督所为单位,开展“三小”食品安全专项治理行动,全面排查建档,依法登记备案,落实监管责任,整治违法违规行为。特别是对于不按要求履行登记、备案手续,无证生产经营、制售假冒伪劣食品、非法添加、超范围超限量使用食品添加剂、使用病死畜禽肉和工业原料等非食品原料生产加工食品等违法违规行

为,依法从严查处、打击整顿。

据了解,本次专项治理主要从五个方面着手。一是部署动员,结合实际,明确重点。二是全面排查,建立台账,澄清底数。三是依法实施登记备案,纳入日常监管范围。四是集中整治,依法查处无证生产经营和其他违法违规行为。五是梳理总结,分析研判形势,健全完善“三小”

食品安全监管长效机制。

该局相关负责人表示,此次专项治理行动共出动执法人员324人次,执法车辆78台次,查处不合格食品11个种类,取缔不合格经营户21户,排查澄清“三小”底数,依法查处无证生产经营等违法违规行为,基本消除“三小”无证生产经营问题。②9

周口长城医院党支部成立

本报讯 (记者 孙青)8月29日,周口长城医院党支部成立大会隆重召开。大会选举产生了党支部书记1名、支部委员2名。

大会宣读了中共周口市川汇区委区直工委《关于对中共周口市川汇区卫计委总支部拟建立周口长城医院党支部请示的批复》,选举产生了由该院贾震同志任党支部书记、曹高林同志任组织委员、任崇武同志任宣传委员的周口长城医院党支部委员会。最后,面对鲜红的党旗,该院全体党员重温了入党誓词。

周口长城医院党支部的成立,为医院的发展注入了新的活力,将引导广大党员认真学习习近平新时代中国特色社会主义思想,按照党的战略部署,为广大人民群众的身体健康保驾护航,为周口长城医院的发展壮大贡献力量。②9



为切实加强青少年近视防控工作,9月3日,周口市眼科医院组织专家到莲花路小学开展视力监测。

宋全力 严振 摄

“三减三健”知多少

什么是“三减三健”?“三减”即减盐、减油、减糖。“三健”即健康口腔、健康体重、健康骨骼。那么,如何实现“三减三健”呢?

减盐
采取总量控制,使用限盐勺,按量放入菜肴。
使用低钠盐、低钠酱油或限盐酱油,少放味精。
少吃酱菜、腌制食品及其他过咸食品。
少吃零食,学会看食品标签,拒绝高盐食品。

减油
使用蒸、煮、炖、焖、拌等无油、少油烹饪方法做饭。
进行总量控制,使用控油壶,按量取用。
少吃油炸食品,如炸鸡腿、炸薯条、炸鸡翅、油条、油饼等。
尽量不食用动物性脂肪,经常更换食用油品种。
不喝菜汤,因为大部分炒菜的油会留在菜汤里。

减糖
每人每天糖的摄入量不超过50克,最好控制在25克以下。
日常生活中应该多喝白开水,不喝或少喝含糖饮料。
减少吃高糖食物的次数,减少饼干、冰淇淋、巧克力、糖果、糕点、蜜饯、果酱等食用频率。
外出就餐时,注意减少糖的摄入量,选择甜食的菜品应适量。
健康口腔
每天早晨起床后、晚上睡觉前,都要刷牙。睡前刷牙更重要。
成年人每年至少进行一次口腔检查。

家长应帮助或监督6岁以下儿童刷牙。

使用含氟牙膏是安全、有效的防龋措施,养成使用含氟牙膏刷牙的好习惯。

餐后或在食用零食、饮用碳酸饮料后,应及时漱口,清除食物残渣。

健康体重
少食多餐,每顿饭应适量,暴饮暴食和节食不可取。
饮食要多样化,确保营养均衡。
适当锻炼,选择适合自己的运动方式,每周应至少进行5天中等强度的体育锻炼,累计在150分钟以上。

健康骨骼
均衡饮食:增加饮食中钙及适量蛋白质的摄入,低盐饮食。
适量运动:人体的骨组织是一种有生命的组织,人在运动中肌肉的活动会不停地刺激骨组织,使骨骼更强壮。

增加日光照射:我们日常饮食中所含维生素D非常有限,经常接受阳光照射会对维生素D的生成及钙质吸收起到非常关键的作用。正常人平均每天至少接受20分钟的日光照射。(周口市专科病医院 供稿)



主办:周口市卫计委 周口报业传媒集团 承办:国药股份周口有限公司

公司简介:国药控股周口有限公司是中国医药集团在周口地区的核心下属企业。中国医药集团是由国务院国资委直接管理的中国最大的医药健康产业集团,承担着突发公共卫生事件和灾情、疫情的医药储备与紧急供应任务,肩负着构建全国药品供应安全保障体系的神圣使命。国药控股周口有限公司秉承“关爱生命、呵护健康”的发展理念,依托集团“以贸做大、以工做强、以研做优”的战略定位,顺应国家医药领

域改革发展的要求,以现代物流和信息化为支撑,形成了国药周口“技术、规模、资本、品牌、网络”五大优势,通过管理、服务、技术、模式创新,推进区域医药产业一体化发展,努力搭建覆盖周口地区的医药供应保障体系。

地址:河南省周口市川汇区交通大道东段32号
热线:0394-6113301
信箱:guoyaozhoukou@163.com
网址:www.guoyaozk.com

健康服务热线

健康热线:13592220126 13949993566 18639402285

电子信箱:zkrbwsb@126.com