

商水县卫生局

# 做好标准化村卫生室建设工作

本报讯(记者 史书杰)近年来,商水县卫生局切实按照上级卫生主管部门要求,加大标准化村卫生室建设力度,努力提高村级医疗卫生保健水平,受到领导和群众的赞誉。

为了有效推进商水县标准化村卫生室建设,促进乡村卫生服务

管理一体化工作,该局认真落实国家医改政策,健全基层医疗卫生服务体系,改善农村医疗卫生服务条件,真正让老百姓享受就近、方便、有效、安全、价廉的医疗卫生服务。截至目前,已完成393个标准化村卫生室建设任务,实现农村医疗卫生服务网络全覆盖。

为把这项惠民政策做实做好,该局实施多项举措,确保活动顺利实施。一是局领导包片、股室人员包乡镇,定期督导,严格按照标准和时间高质量完成村卫生室建设;二是加大建设投入力度,彻底改善村卫生室基础设施条件,建立基础设施比较齐全的农村卫生服务网络;三

是加强教育培训,整合医疗卫生技术资源,定期对乡村医生开展医疗卫生业务知识和卫生、药品等有关法律法规方面的教育培训,提高乡村医生业务素质;四是进一步加大医德医风和职业道德教育力度,增强广大医务人员的服务意识;五是加强监督管理,加强对乡村医生的

领导和对医疗服务行为的监管,接受群众的监督举报,发现问题及时解决,杜绝医疗违规行为发生。

由于领导重视、行动迅速、措施到位、监督及时,今年,该局被河南省卫生厅命名为“标准化村卫生室建设先进单位”,得到领导的认可和群众的好评。

## 维生素缺乏易患口腔疾病

众所周知,口角炎、口腔溃疡等所谓“上火”表现,其实常是维生素缺乏所致,特别是维生素B2缺乏。

维生素B2(核黄素)是构成体内重要含磷化合物——黄素腺嘌呤二核苷酸(FAD)的成分,FAD是细胞内一种参与重要代谢反应的氧化还原辅酶。它广泛参与体内各种氧化还原反应,可促进糖、脂肪和蛋白质的代谢。同时FAD作为一种维生素B2衍生物,对维持皮肤、黏膜和视觉的正常机能均有一定的作用。

维生素B2不但是构成FAD分子的组分,还是FAD的功能部位,它通过得到两个电子转化为FADH2,从而实现传递电子的作用,而电子结合部位正是维生素B2。

维生素B2缺乏时,会影响FAD传递电子,从而引起代谢障碍,首先累及黏膜和皮肤。典型表现为口唇和口腔黏膜的炎症,如口角炎、唇炎、舌炎、“地图舌”、牙龈炎、口腔溃疡等。有时还表现为生殖器周围炎症,如阴囊炎、龟头炎、腹股沟炎等。眼部的症状也很常

见,如畏光、流泪、眼睑干涩等,同时可伴有全身症状,如疲乏、无力等。

维生素B2广泛分布于蔬菜、豆类、鱼肉蛋奶等动物性食物中。但如果你想找出某种富含维生素B2的食物,并通过多吃它来摄入充足的B2,你肯定会失望。因为维生素B2在各种食物中的含量都不是很多。如此一来,要想获得充足的B2,就必须摄入均衡的、搭配良好的饮食。

只要一段时间内,饮食搭配不够均衡(新鲜蔬菜不足或者肉蛋奶

不足),就很容易缺乏B2。由此不难理解,维生素B2缺乏十分常见,几乎绝大部分人都曾经发生过维生素B2缺乏,“上火”、口角炎、口腔溃疡等都是很常见的问题。

维生素B2缺乏往往与其他营养素缺乏同时发生。维生素B2缺乏常是饮食搭配不够均衡所致,而饮食搭配不均衡很可能不仅仅缺乏维生素B2,其他一些营养素也可能缺乏,如维生素C缺乏、锌缺乏、B1缺乏等。这一现象给我们两点重要提示——

其一,维生素B2缺乏常可作

为食谱不佳的指标。一旦发生维生素B2缺乏,就意味着你的食谱有问题,并很可能缺乏多种营养素。

其二,补充维生素B2时,也要综合补充其他一些维生素和矿物质,或者从根本上摄入搭配均衡的饮食。

此外,因为很难找到几种维生素B2含量十分丰富并足以解决维生素B2缺乏问题的天然食物,所以,当“上火”、口角炎、口腔溃疡等维生素B2缺乏症状出现时,应立即服用含有维生素B2、其他B族维生素、VC、VE、锌、铁等多种营养素的补充剂(保健食品)或药物(OTC),其中维生素B2要加大剂量,每日10-20毫克。

实践中,单纯补充维生素B2的效果往往不如复合补充多种营养素的效果。因为其他营养素缺乏也可以导致口腔症状。维生素B1缺乏时,可出现口腔黏膜过敏、舌痛、牙龈肿胀等;维生素B6缺乏时,可导致口腔溃疡,并促进口腔炎和龈炎的发生;维生素B5(烟酸)缺乏时,容易出现口炎、龈炎、舌炎;维生素C缺乏时,口腔易出现牙龈红肿、糜烂、出血、口臭;维生素E缺乏时,可导致牙周病、黏膜病,等等;锌缺乏使口腔溃疡不易愈合等。

(阳城)

# 广告

