

看

同和堂一日捐



为弘扬雷锋精神,奉献社会爱心,彰显社会责任,4月18日,周口同和堂干部职工,在同和堂总店门前举行一日捐活动。当日参加捐款人数200多人,筹集善款3万多元。

记者 史书杰 摄

看



近日,太康县卫生局、卫生监督所按照省卫生厅作出的“卫监行动”和“亮剑行动”的重要部署,充分认识“卫监行动”和“亮剑行动”的重要性和紧迫性,把严厉打击无证行医行为推向深处,确保专项行动取得实质性突破。在亮剑行动期间:共出动执法车辆52台次,执法人员60人次,检查医疗机构185户,实施行政处罚48家,没收药品22箱,器械32台(件)。通过专项整治和日常监督检查,净化了太康县医疗服务市场,规范了各级医疗机构执业行为。图为该县卫生执法人员依法取缔无证诊所。

师海滨 摄

看

项城市卫生局 创新监督平台 筑牢管理防线

■记者 刘艳霞 徐义勇

本报讯 为了将党风廉政建设不断引向深入,项城市卫生局不断研究制定解决问题的新举措、新途径、新办法,通过创新日常监管与专项整治、自我约束与社会监督相结合的廉政建设工作平台,筑起腐败行为“不敢为”的防线。

建立“一二一”监督网络。“一员”,即党务、政务公开监督员;“两卡”,即行风监督卡、廉政反馈卡;“一箱”,即举报箱。项城市卫生局依托划分区域、责任到人的管理体制,建立全方位、全过程的“一二一”党风廉政建设信息管理网络,加强对为医不廉行为的监督制约。

建立会计集中核算中心。财务会计作为计量、

核算经济活动的重要平台,所提供财会信息的质量直接影响到反腐倡廉工作。为此,项城市卫生局党委审时度势,果断决策,根据相关部门文件精神,并报请批准,成立了项城市卫生系统会计核算中心,规范医院财务管理,保障国有资产安全完整。

建立公开政务信息网络。为推行党务政务公开,项城市卫生局把网络建设作为广泛接受各方监督、了解民情的载体和窗口,利用电子显示屏、电子触摸屏、宣传栏、网站将党务信息进行及时公示。开展局党委委员接待日活动,每天有一名局党委成员值班,主动倾听系统内外的意见和建议,认真回复纠风办、政府网站、市长信箱、市长热线反馈的热点问题,做到事事有落实、件件有回音。

科学抗癌 关爱生命 警惕“癌症杀手”



今年4月15日~4月22日是我国第十八个肿瘤防治宣传周,宣传周的主题为“科学抗癌,关爱生命”。周口市抗癌协会在上级协会的领导下,积极开展科普教育活动,让大家通过科普宣传认识肿瘤,积极防治肿瘤。但癌症千变万化,诊治起来非常复杂。其中也有一些早期或特殊征兆,以下症状可以提示广大人民群众及早认识癌症,早期到医院进行诊断治疗,以取得更好的疗效。

- 1.小便问题:随着年龄增长,男性小便次数增多,尿频、尿急、尿痛的等症状比较常见,这些是前列腺炎及增生的表现,如果症状用药后不减轻,或出现小便时有强烈的紧迫感,应警惕前列腺癌。要及时找泌尿外科医生做直肠指诊或超声、膀胱镜等检查能早期发现前列腺癌。
 - 2.不规则出血:没有原因的呕血、咳血、鼻血、尿血、便血、阴道出血,都是癌症征兆。
 - (1)特别是无痛性血尿提示肾肿瘤、膀胱肿瘤。
 - (2)大便不规则出血伴大便秘结改变,或者粘液血便,特别是出现体重减轻或贫血者,应警惕大肠癌。
 - (3)非月经期的不规则阴道出血应警惕宫颈癌、子宫内膜癌、卵巢癌。
 - (4)伴有刺激性干咳的咯血痰是支气管肺癌的早期表现。
 - (5)呕血伴体重减轻、贫血、消瘦、疲乏是胃癌和肝癌的表现。
 - (6)伴有脓性鼻分泌物的鼻出血是鼻咽癌的表现。
 - 3.莫名其妙的体重下降:不采用减肥手段出现体重持续下降,特别是未采取节食的人,尤其是伴有厌食、纳差者要警惕肝癌、胃癌、大肠癌、肾癌的可能性。
 - 4.疲劳:没有劳累出现的疲劳、倦怠,特别是经过休息不能缓解的疲劳,要警惕白血病、肠癌、胃癌。癌症的疲劳不论怎么休息都不能缓解。
 - 5.咽下不适:胸骨后疼痛,进行性吞咽困难是食管癌的表现。
 - 6.头痛、耳鸣、听力下降、鼻咽血性分泌物提示鼻咽癌。
 - 7.皮肤粘膜溃疡持久不愈提示皮肤癌。
 - 8.身体表浅部位如颈部、腋窝、腹股沟出现异常肿块,可能是恶性淋巴瘤,亦见于鼻咽癌、甲状腺癌、乳腺癌、盆腔肿瘤的转移癌。
 - 9.难以解释的不明原因的发热,要警惕白血病、肾癌、淋巴瘤,要及时做相应的检查。
 - 10.头痛、呕吐是脑瘤的常见征兆,应视为颅内肿瘤的危险信号。
 - 11.体表黑痣或疣色泽突然改变,或者短期内增大明显见于恶性黑色素瘤。
 - 12.乳房肿块:无痛性乳房肿物、乳房出现皮疹并且持续数周不退,非哺乳期乳头内陷伴有血性浆液性液体流出、乳房皮肤起皱、乳头收缩或不对称都是乳腺癌的征兆。
 - 13.疼痛:某个部位出现莫名其妙的疼痛,特别是持续一周以上,要及时查明原因,无缘无故的疼痛可能是癌症的征兆。腹痛是肠癌的表现,胸痛是可能是肺癌的表现,骨痛,特别是固定在一个部位的骨痛且夜间加重是癌症骨转移的征兆。
- 以上这些征象都是各种癌症的早期表现或特殊表现,如果有以上征象应及早到医院经行检查,找专科医生进行诊治,以免延误诊断或者拖延病期。通过检查,诊断为肿瘤后,不要“谈癌色变”,要树立战胜癌症的信心和决心,掌握科学的抗癌方法,运用综合治疗的序贯疗法,大多数癌症是可以治愈的。
- (周口市抗癌协会 张庆选 赵北永)

准妈妈防失眠的十大招数

很多准妈妈出门的时间相对地少了,更喜欢呆在温暖的房间里。看电视,上网就成了重要的娱乐项目。但是,电视机打开后,屏幕内的显像管会发出微量的紫外线,这些都对孕妇和胎儿都会带来一些微妙的影响。

- 1.静下心来读书或者是听音乐,这种方式及其有效,而且还有理由胎教,一举两得。只要情绪能保持稳定。睡眠就不成问题。
- 2.和丈夫协调好,对怀孕中的自己一定要从旁帮助控制自己的情绪。在这种包容理解的情况下既保证了宝宝的健康,也有利于夫妻之间的感

情培养。

- 3.学会用婴儿威胁自己。每当自己要发脾气是一定要考虑到宝宝的感受,对宝宝不利的一定不要做。
- 4.情感转移法。孕妇把大多数的精力都放在了宝宝的身上,特别是首次怀孕的人更是如此,导致精神过度紧张而失眠。
- 5.烦躁的心情是失眠的最大敌人,如果有什么不开心的,一定要找个人说出来,释放一下。
- 6.注意控制饮食。有的孕妇在怀孕期间食欲特别好。大吃特吃。这也是造成失眠的一个原因。进食过多,会

影响肠胃功能。身体不舒服,自然睡不好。

- 7.注意控制体重。健康的身体不会怕失眠。
- 8.营造良好的环境。家里装饰重新摆设。按照优雅、舒适的原则,营造一个让孕妇感到有安全感的地方。环境也会让准妈妈感觉舒心一些。
- 9.多了解怀孕方面的知识。
- 10.有的孕妇在怀疑期间容易多疑,怀疑自己的丈夫。所以相信自己的爱人,在一定程度上可以增加自己的安全感。

(邓琦)

