

# 卫计委报告

## 我国每百人中不足 10 人具备基本健康素养

国家卫计委 12 月 17 日发布《2013 年中国居民健康素养监测报告》。监测结果显示,我国居民健康素养水平稳步提升,2013 年我国居民健康素养水平为 9.48%,比 2012 年的 8.80%提高 0.68 个百分点,比 2008 年的 6.48%提高 3 个百分点。

健康素养是指个人获取和理解基本健康信息和服务,并运用这些信息和服

能力。监测结果显示,5 年间城乡居民的健康素养水平提高了 3 个百分点。

2013 年城乡居民健康素养水平为 9.48%,意味着每 100 个 15~69 岁的人群中,仅有不足 10 人具备基本的健康素养。由此可见,我国城乡居民的健康素养总体仍处于较低水平,且提升速度缓慢,与《全民健康素养促进行动计划(2014~2020 年)》提出的“到 2020 年,全国居民健康素养水

平提高到 20%”的目标相比,有较大差距。

报告还显示,城市居民、东部地区居民健康素养水平提高明显。农村及中西部地区仍是今后健康教育工作的重点地区,老年人、文化程度较低者是健康教育工作的重点人群。

居民对于健康知识理念的知晓相对较为容易,但养成健康行为和掌握健康技能较难。此次调查表明健康技能水平仍较低,提示健康教育更要重视行为干预和技能培

训。目前城乡居民的慢性病防治素养水平仍然较低,慢性病患病率持续升高的趋势没有改变。慢性病防控工作应“关口前移”,大力倡导健康生活方式,控制慢性病危险因素。

(白剑峰)

## 莱克新一代空气净化器超大洁净空气量

PM2.5 去除率:98%(30 立方/1 小时)

近期有朋友说,家中空调制热效果不太明显,没有去年刚买回来时效果好,以为空调有问题了呢,后来打开室内机壳,发现里面的过滤网已经被灰尘包满,基本上就不透风了,清洗过后空调一切正常。经常打扫室内,为什么还有这么多灰尘呢?

原来是因为空气中的颗粒物,颗粒大的就是灰尘,颗粒小的也就是 PM2.5。有时我们在阳台晾晒被子,在太阳光的照射下,我们用力拍打就会发现有很多的颗粒物在空气中飞扬,在家中,我们一般不会感觉到,也不太好看,但是这些颗粒物是时时刻刻存在我们的环境中。PM2.5 是指大气中直径小于或等于 2.5 微米的颗粒物,也称为可入肺颗粒物。它的直径还不到人的头发丝粗细的 1/20,只有通过电子显微镜才能发现。PM2.5 指数已经成为一个重要的测控空气污染程度的指数。

PM2.5 对人体健康的影响主要包括

提高重病和慢性病患者的死亡率、使慢性病加剧、使呼吸系统及心脏系统疾病恶化、改变肺功能及结构、影响生殖能力、改变人体的免疫结构等。颗粒物引起的两类疾病值得重视:传染病:包括流感、肺结核和肺炎等;过敏:包括由自然过敏源引起的哮喘和肺炎、肺癌等。大部分的健康影响被认为是小粒径部分 PM2.5 所造成的。

专家建议空气净化器能有效去除空气中的 PM2.5,让你在家中享受空气 SPA!

**LEXY 莱克**

电机科技 全球领先

**我敢检测 用数据说话**

免费上门检测: 甲醛 PM2.5

室内空气质量

预约电话: 13603941949

## 种植牙

### 周口市德正口腔门诊部

刘杰彪, 原市中心医院口腔科主任医师, 现任周口市妇幼保健院业务院长。



专业特长:

1. 种植牙
2. 三叉神经痛
3. 颌面外科手术
4. 牙齿美容
5. 难治性牙病

地址:周口市交通大道与文明路交叉口向北 200 米路西  
预约咨询电话: 0394-8281120

# 周口市精神卫生政策进万家

精神障碍患者的康复、保障等问题越来越受到党和政府的高度重视,政府不断出台惠及精神障碍患者的政策,但由于种种原因,一些患者和家属还不知道或不清楚,使本应该享受的政策没能及时享受到,为此,周口市第六人民医院收集整理了周口市与精神疾病相关的政策,以便精神障碍患者和家属能享受到党和政府的温暖。

一、重性精神疾病居家服药患者:持诊断证明、户口本,到区县医保办、县级农合办咨询办理慢性病手续,在当地二级医院享受不同比例的门诊服药报销。

二、残疾人事业专项彩票公益金贫困精神病患者医疗救助项目:

救助对象应符合以下条件:(1) 精神障碍康复治疗工作登记在册的贫困精神病患者。(2) 经具有资质的精神科医师确诊,目前确实需要

服用药物的精神病患者。(3) 患者本人或法定监护人自愿申请并同意接受救助。符合上述条件者,持有残疾人证者优先安排。

救助原则:(1) 面向贫困精神病患者。(2) 在限定补贴额度内,对患者门诊服药自付部分费用给予补贴。(3) 对于严重精神障碍低保患者,危险性评估在 2 级以上的给予一定救助。

资助标准:在开展精神病防治康复工作的县(市、区)中,采取“医疗救助卡”的方式对贫困精神病患者提供基本治疗及药品补贴。

每个县(市、区)残联都设有残疾人医疗救助资金,精神残疾的持残疾证到各县(市、区)残联康复科申请救助,每年地市残联会给各县区残联分配一定的救助资金。

三、民政部门:贫困精神病患者在医保、新农合报销后,自费部分给予部分减免。

四、基本公共卫生服务。基本公共卫生服务,是指由疾病预防控制机构、城市社区卫生服务中心、乡镇卫生院等基本医疗卫生机构向全体居民提供公益性的公共卫生干预措施,主要起疾病预防控制作用。承担严重精神障碍患者健康管理任务,同时会告知与精神疾病相关政策。本辖区社区医务人员为严重精神障碍患者提供信息录入、随访、健康教育等服务。患者家属可与所属辖区的社区服务中心/乡镇卫生院联系,加入国家基本公共卫生服务范围,以便获得更多的服务保障。

五、严重精神障碍管理治疗工作。周口市 686 项目办负责我市的严重精神障碍的管理治疗工作,为全市严重精神疾病患者提供基本信息的录入、应急处置、随访技术指导、复核诊断、家属护理教育、贫困患者的救治救助等服务项目。对我市符合条件的贫困患者提

## 一周 120 报告

数据来源:市卫生局 120 急救指挥中心  
采集时间:2014 年 12 月 12~18 日

出诊原因	人次
其他类别外伤	57
其他内科系统疾病	56
交通事故外伤	48
心血管系统疾病	20
酒精中毒	14
脑血管系统疾病	7
其他	5
呼吸系统疾病	4
药物中毒	3
儿科	2
妇、产科	1
电击伤、溺水	1

一周提示:本周 120 急救共接诊 218 人次。冬季里,万物凋零,情绪出现问题的机会也渐渐增高。有人认为这与日照时间的缩短有关,因为研究发现,热带地区的抑郁症发病率普遍较低,所以,有季节性抑郁症之说。冬季一到,大脑中的一些物质分泌失常,就会引发季节性抑郁症的发病。

医生建议:除了参加心理疏导,服用一定的抗抑郁剂药物治疗外,光疗可以作为有效辅助疗法。在萧瑟的冬季里,让自己多参加有氧运动,多晒太阳非常必要。阳光不仅能晒干抑郁,还能借助阳光合成体内的维生素 D,对补钙也一样好处多多。另外,医生建议适当吃点巧克力,对舒缓内心低落的情绪有所帮助。

(晚报记者 张志新 实习生 王铁锋  
信息提供 耿清华)

## 一周病情报告

样本采集地:市中医院

采集时间:2014 年 12 月 12~18 日

科别	门诊接诊总量(人次)
儿科	1020
肝病科	729
脑病科	698
肺病科	638
皮肤科	548
妇、产科	505

温馨提示:冬天早晚温差较大,而且冷空气活动频繁,人体受到冷空气刺激后,胃酸分泌就会大量增加,容易导致胃炎、十二指肠溃疡的发病和原有溃疡病的复发。此外,冬天吃火锅过多,尤其是饮酒也会引起胃肠黏膜损伤,造成胃肠道功能紊乱。

医生建议:一、饮食要规律,切忌暴饮暴食、酗酒,少吃辛辣食物。慢性胃病者对含有鞣酸的水果特别敏感,如柿子、葡萄等,建议有胃病的人少食。二、要注意保暖,生活要有规律。胃部受凉后会使得胃的功能受损,故要注意胃部保暖。三、如果感到胃痛、胃胀等不适要及时到医院检查就诊,避免因就诊不及时而加重病情。

(晚报记者 张志新 实习生 王铁锋  
信息提供 姚娟)

供居家基本药物维持治疗、专项检查 and 免费复诊等方面的内容。患者或其监护人需持诊断证明、户口本及身份证复印件,居委会及民政部门提供的贫困证明,到各县(市、区)精防部门申请并办理相关救助手续,可享受每年一定金额的门诊免费服药及免费体检的政策。患者家属如有需要救助的,请与当地的精防机构联系,或与周口市第六人民医院精防办联系。

周口各县(市、区)精神卫生医疗机构:周口市第六人民医院/扶沟县精神病医院/太康县精神病医院/商水县中医院精神科/淮阳县人民医院精神科/沈丘县人民医院精神科/郸城县郊乡卫生院精神科。

咨询电话:  
周口市民政局电话:0394-8386519  
周口市残联电话:0394-8391361  
周口市第六人民医院精防办电话:0394-8368120

注:因各县(市、区)政策会有不同程度的变化,请向当地相关部门咨询详情。