

健康科普大讲堂

健康 快车

市中医医院送医入户暖人心

市疾控中心疾控专家提醒市民—— 关注儿童健康 及时接种疫苗



医疗服务队与老人交流。 记者 颜凯 摄

本报4月22日讯(记者 颜凯)19日,市中医医院相关负责人带队到泰山区岱庙街道花园社区开展健康送医入户活动。医疗服务队深入群众家中了解他们的生活情况,为他们测量血压、检测血糖,进行健康查体。在了解慢性病史和病情后,医疗服务队帮助患者调整用药,并耐心地讲解医保政策和医养结合政策,帮助他们知晓门诊慢性病管理政策。此次走访活动,医疗服务队着重了解了卧床患者在床患者的日常生活及治疗情况。

据了解,市中医医院依托家庭医生服务,将医院技术力量充实到医养结合服务队伍,把预防、治病、保健、康复、健康教育等一系列服务内容“打包”,送医入户、责任到人。该院定期开展义诊、巡诊、健康科普大讲堂等活动,为老年人开通专项绿色通道,优先安排住院,采取“先救治,后交费”的模式,提供及时、优质的医疗服务;探索医养结合新模式,对高龄、慢病、失能、半失能等行动不便的老年人开展定期上门服务,满足老年人临床治疗与颐养服务需求。据了解,该院医疗服务队每月都会深入社区,为群众开展健康评估、个体化合理用药指导等服务。

市中医医院将不断聚焦老年人看病难、就医不便等“急难愁盼”问题,推进医养结合工作走深走实,不断提升服务品质,增强老年人幸福感。



徐丽莎做客健康科普大讲堂。 记者 刘英迪 摄

接种门诊的名称、地址、联系方式、服务时间等。由于疫苗的库存是动态变化的,因此徐丽莎建议家长可以提前与预防接种门诊的工作人员进行沟通。受种者在接种疫苗后,需要在接种单位指定区域留观30分钟,以防急性过敏反应等情况发生。针对“为什么打了疫苗仍然会得

疫苗预防的疾病”等部分群众提出的疑问,徐丽莎表示,接种疫苗的意义在于很大程度上降低生病风险以及预防和控制疾病的传播。许多疫苗并不能预防被赋予名称中的所有疾病。比如,不论是13价肺炎疫苗还是23价肺炎疫苗,其实都只能预防所含相应血清型肺炎链球菌引起的侵袭性肺炎,而无法预防其他病原体和非血清型肺炎球菌引起的肺炎。此外,受疫苗抗原特性、抗体持久性、受种者基本状态等多种因素影响,确实有极少数人接种疫苗后没有产生足够的抗体,但对于绝大多数免疫功能正常者来说,规范地接种疫苗能够有效预防疾病。

在接种疫苗的时间上,徐丽莎表示,按照免疫程序接种才能达到最佳免疫效果,因此孩子要及时接种疫苗。随着创新疫苗的持续研发和获批上市,免疫规划外的疫苗接种已经扩展到全生命周期和各类人群。比如mRNA疫苗、HPV疫苗及主要针对成年人的带状疱疹疫苗等,适宜人群可以自行选择接种,接种后可以有效预防流感、宫颈癌等疾病。

我市举办第30个“全国肿瘤防治宣传周”大型义诊宣传活动

凝聚防癌力量 筑牢健康防线



活动现场。 通讯员供图

本报4月22日讯(通讯员 吴文健)今年4月15日至21日是第30个“全国肿瘤防治宣传周”,主题是“综合施策 科学防癌”。为普及癌症防治知识,传播科学抗癌理念,推动形成全社会共同关注和参与癌症防治的良好氛围,近日,由市卫生健康委主办,市癌症中心、市抗癌协会、市肿瘤防治院承办的“全国肿瘤防治宣传周”大型义诊宣传活动在爱琴海购物公园举办。来自市直及驻泰9家医疗机构的80余名专家齐聚现场,为市民送上专业、热情的健康服务,拉开我市“全国肿瘤防治宣传周”系列活动的序幕。

活动现场,义诊台前人潮涌动,专家耐心细致地解答群众问题,并提供个性化的健康建议。护理人员为群众测量血糖、血压,指导他们养成健康的生活方式。工作人员还摆放宣传展板,发放防癌宣传资料,向群众普及癌症防治知识,传递科学防癌理念,引导群众主动参加防癌体检,做到“有病早治疗,无病早预防”。此次活动历时近3小时,为200余人次提供了义诊服务,发放科普宣传材料1200余份,赢得群众的认可与好评。

宣传周期间,市癌症中心、市抗癌协会、市肿瘤防治院还组织专家深入机关、学校、厂矿企事业单位及乡镇、社区等,开展了丰富的癌症防治宣教和义诊活动,动员全社会积极支持和参与癌症防治工作,凝聚防癌抗癌力量,有效遏制癌症危害,筑牢群众健康防线。

活动现场。 通讯员供图

市中医二院专家细说痛风相关知识



专家细说痛风相关知识。 通讯员供图

本报4月22日讯(记者 刘英迪 通讯员 王静)“痛风常指急性痛风性关节炎,是尿酸沉积在关节引起的关节无菌性炎症。痛风发作的典型症状为夜间突然的脚趾关节红、肿、热、痛,疼痛剧烈甚至不能忍受。”市中医二院副院长、主任医师李战德介绍,绝大多数痛风发生在第一跖趾关节,也就是大脚趾的关节。近年来,痛风出现了年轻化趋势。

“得了痛风,治疗上除了应用非甾体抗炎药及糖皮质激素类药物,如秋水仙碱、塞来昔布、依托考昔、帕瑞昔布、双氯芬酸等,还可以配合中医中药特色治疗,有效地缩短病程。”李战德说。中医学认为,痛风的病因是由于过食肥甘、酗酒、过劳、紧张或感受风寒湿热等,致气血凝滞,痰瘀痹阻,骨节经气不通而发病。痛风主要证型为风湿热痹和风寒湿痹,风湿热痹治则祛风清热、化湿通痹,风寒湿痹治则温经散寒、祛风化湿。

关于如何预防痛风,李战德表示,预防痛风需注意以下6点:低嘌呤饮食,严格限制动物内脏、海产品和肉类等高嘌呤食物的摄入,多吃新鲜蔬菜;多吃水果,可食用含糖糖较少的水果,比如樱桃、草莓、菠萝、西瓜等;大量饮水可降低痛风概率,每日至少饮水2000毫升;禁酒,饮酒的量越大,痛风发生的风险越高;减肥,肥胖会增加发生痛风的风险,减轻体重可降低血尿酸水平;避免着凉,醉酒着凉是痛风发作的最常见诱因。“痛风并不可怕,只要饮食营养均衡、搭配得当,戒除不良生活习惯,加上药物配合治疗,就能够有效控制痛风。”李战德说。

市口腔医院健康讲堂走进迎胜小学

口腔健康送进校园 助力学生健康成长

本报4月22日讯(通讯员 吴伟)为推进健康口腔行动,降低儿童龋齿发生率,实现12岁儿童龋率控制在25%以内的防治工作目标,15日至17日,市口腔医院联合迎胜小学为该一年级学生开展了口腔健康讲堂及义诊活动。

健康讲堂上,医生结合学生的年龄特征,将孩子喜爱的元素,如儿歌、动画等融入PPT,生动有趣地讲解了牙刷及牙膏的挑选、正确的刷牙方法、食物对牙齿的影响、窝沟封闭等方面内容,给孩子们上了一堂形式丰富的口腔健康教育课。此外,医生制作了免费窝沟封闭通知单,与孩子们交流互动,增强他们保护牙齿的意识。讲课结束后,医生为学生检查牙齿,并将检查中发现问题向他们说明,提醒

他们尽快治疗。

掌握正确的牙齿保健知识及刷牙方式对预防口腔疾病很重要。此次活动的开展有助于进一步增强儿童的爱牙护牙意识,帮助他们养成良好的口腔卫生习惯。

市第一人民医院房村院区揭牌

优质医疗资源下沉 让群众“近”享健康服务



揭牌仪式现场。 记者 于冰冰 摄

及内、外科病区等各楼层区域,详细了解房村院区的整体发展格局、各科室运行情况与亮点工作等,并对院区及科室建设提出意见和建议。当天,市第一人民医院房村院区

牌,两院构建紧密型医共体,标志着岱岳区医共体建设迈出了坚实的一步。市第一人民医院将发挥好辐射带动作用,通过房村院区向周围乡镇辐射,逐步实现打造区域医疗次中心的战略目标。房村镇党委、政府将不断加大对市第一人民医院房村院区的支持力度,助推房村院区发展提质增效。市第一人民医院房村院区将抓住机遇、乘势而上,切实发挥好紧密型医共体作用,持续增强医疗卫生保障能力。岱岳区卫生健康局将发挥好牵头、指导作用,进一步完善紧密型县域医共体建设政策措施,使更多的优质医疗资源下沉,推动全区基层医疗卫生健康事业再上新台阶。

市第一人民医院将借助自身人才技术优势和综合实力,全面提升房村院区的医疗服务、内涵建设和管理水平,力促两院之间形成分工协作、错位发展、信息互联互通、人员有序流动、服务优质高效的良好局面,不断增强群众看病就医获得感,让群众真正从医共体建设中享受到实实在在的“健康红利”。

职称晋升新标准 健康科普论文

刊登联系方式 18853886255