

整治违规吃喝 营造清廉生态

本报讯(记者 刘伟 通讯员 黄耀宗)5月23日,市卫生健康委召开违规吃喝专项整治动员部署会。

会议指出,作风问题关系人心向背,违规吃喝是“四风”问题的具体表现。各单位、各部门要深刻认识到违规吃喝行为损害党的形象、侵蚀执政根基;违规吃喝行为违反党的纪律,破坏政治生态;违规吃喝行

为容易滋生腐败,阻碍卫生健康事业发展。

会议强调,开展违规吃喝专项整治,是贯彻中央八项规定精神、加强作风建设的必然要求,是推动卫生健康事业高质量发展、营造良好政治生态的重要举措。各单位、各部门要准确把握当前形势和存在的问题,从思想上重视起来,采取有力措

施,坚决予以整治。

会议指出,各单位、各部门要深入排查违规吃喝问题,正视潜在风险隐患。要突出重点,抓住关键,聚焦思想认识、工作纪律、公务接待、社交活动、制度机制等五个方面深查细查,列出问题台账,制定整改措施,明确整改责任,确保专项整治取得扎实成效。

会议要求,各单位要压紧压实各级责任,引导党员干部学习党的纪律,加强党性修养,筑牢纪律防线。要靶向发力纠治,紧盯“关键少数”“关键岗位”,重点问题、重要时节,加强监督检查,严惩违规行为,形成强力震慑。要注重常态长效,推动惩、治、防一体发力,不断完善制度机制,堵塞漏洞,防范风险。

家庭医生进机关 签约服务保健康

本报讯(记者 郑伟元 通讯员 黄耀宗)5月23日,“签约有感 健康可及——家庭医生进机关 签约服务保健康”主题活动在市卫生健康委举办。

本次活动邀请了市级基本公共卫生专家罗德才就大家关心的家庭

医生签约服务热点问题集中授课,鼓励干部职工现场扫码签约。同时,活动特别邀请了市级健康科普专家窦中娜详细讲解心肺复苏术与海姆立克急救法。活动还通过悬挂宣传横幅、发放宣传资料等方式在市卫生健康委机关内

部宣传相关健康知识。

活动当天,川汇区太昊路社区卫生服务中心家庭医生签约服务团队在市卫生健康委机关内部设立了服务点,为干部职工提供免费测量血压、血糖等健康管理服务,并根据检查结果提供个性化的健康建议。

据了解,市卫生健康委将继续加大家庭医生签约服务的宣传推广力度,不断创新服务模式和方法,扩大服务覆盖面,提升家庭医生签约服务质量与效率,努力让更多群众享受到家庭医生签约服务带来的便利和实惠。



为推动优质医疗资源下沉,让基层群众在家门口就能享受到专业的中医药服务,5月23日,周口市中医院医疗专家团队到沈丘县石槽集乡涂楼行政村开展“健康周口行 大医献爱心”送医下乡义诊活动。

记者 刘伟 摄



聚焦癫痫诊疗 守护儿童健康

本报讯(记者 李鹤)5月24日,由周口市抗癫痫协会与周口市儿科医疗质量控制中心联合主办的2025年抗癫痫协会学术交流会暨儿科医疗质量控制中心会议在周口市妇幼保健院召开。

会议聚焦儿童癫痫规范化诊疗、病因学研究、共患病管理及医疗

质量提升等核心议题,吸引了省内外儿科、神经内科专家及临床工作者参会,交流癫痫诊疗领域的前沿技术与实践经验。

会上,多名专家分别以《儿童癫痫的规范化诊疗》《癫痫治疗的病因学考量》《癫痫共患病的应对策略》等为题,系统梳理

了国际抗癫痫联盟最新指南,深入探讨遗传代谢病、免疫性脑炎等疾病的鉴别诊断技术,提出多学科联合干预模式,为临床实践提供科学指导。与会专家针对难治性癫痫、罕见综合征等复杂疾病展开多维度分析,现场气氛热烈。

在质控工作反馈环节,周口市儿科医疗质量控制中心负责人全面总结2024年度儿科诊疗质量评估及2025年一季度线上调研结果,指出基层单位在癫痫诊断规范性、随访管理连续性等方面的不足,并提出2025年质控改进目标。

破解“吃动平衡”的健康密码

5月17日至23日是我国第11届全民营养周,主题为“吃动平衡,健康体重,全民行动”。“吃动平衡”就是让摄入的能量与消耗的能量达到平衡。

“吃”出健康,这些要点要牢记

固定时间用餐:每天尽量保持三餐定时,避免饥一顿饱一顿。肠胃也有自己的生物钟,规律进食能让消化酶定时分泌,更好地消化食物。

放慢进食速度:充分咀嚼食物,每口食物咀嚼15~20次。细嚼慢咽有助于消化食物,增强饱腹感,减少食量。

食物多样化:每餐保证摄入谷类、蔬菜及优质蛋白质,满足身体多样化的营养需求。

合理控制分量:每餐吃到七八分饱即可,避免吃得过饱。可使用较小的餐盘和餐具,遵循“先菜后肉再主食”的进餐顺序。

“动”出活力,这些运动超适合

有氧运动不可少:有氧运动

能有效提高心肺功能,消耗大量热量。每周应进行至少150分钟的中等强度有氧运动,每次持续30分钟以上。

力量训练增肌减脂:力量训练对于提高基础代谢率,增加肌肉量、减少脂肪堆积有着重要作用。每周要进行2~3次力量训练。

日常生活“动起来”:除了专门的运动时间,在日常生活中也可以增加身体活动量,如爬楼梯、步行或骑车等。

全民行动,让健康“触手可及”

个人行动:记录饮食和运动,制定“吃动平衡”小目标,养成健康生活习惯。

家庭参与:和家人一起下厨,制作营养均衡的饭菜;周末来一场家庭运动会,共享健康与欢乐。

社区助力:积极参与社区组织的营养科普讲座、健身活动,和邻里一起迈向健康新生活。

(周口市疾控中心 刘加敏)

奉献热血显担当 优先用血有保障

《中华人民共和国献血法》第二条明确规定:国家实行无偿献血制度。国家提倡18周岁至55周岁的健康公民自愿献血。

健康成人一次献血200~400毫升(全血),献血量只占人体总血量的5%~10%。献血后,血液中的各种细胞成分可通过骨髓快速补充,血液中的水分和无机物则在2小时内可得到补充。所以,健康成人适量无偿献血无损自身健康。此外,献血可以降低血液黏稠度,促进人体新陈代谢,降低心脑血管疾病发病率。

目前,我国设立了无偿献血奖,用以奖励多次自愿无偿献血者。自愿无偿献血达20次以上可获铜奖,30次以上可获银奖,40次以上可获金奖。

献血者及其家庭成员可优先用血及报销临床用血费用。优先用血是指在保障急危重症和孕产妇等重点人群用血的前提下,非急诊患者在同等医疗状况

下,无偿献血者及其家庭成员(无偿献血者的配偶和双方父母、子女及其配偶)享有优先获得血液供应的权益。献血者及其家庭成员用血时,携带优先用血相关手续到医疗机构输血科办理即可。

临床用血费用报销是指根据《河南省无偿献血者临床用血费用直接减免工作实施方案》,在周口市献血累计1000毫升以上的献血者本人临床用血终身免费,其配偶及直系亲属按献血者献血量等量免费用血。目前,周口市域已有21家医疗机构设置血费直免窗口,献血者本人、其配偶及直系亲属若有临床用血,出院时即可直接减免用血费用。2024年11月,我市开展无偿献血者血费跨省异地减免工作。2024年,周口市中心血站为2167位献血者、其配偶及直系亲属报销临床用血费用194万元。

(记者 史书杰 整理)



市中心医院

义诊进乡村 健康送上门

本报讯(记者 郑伟元)为进一步推动优质医疗资源下沉,落实分级诊疗政策,5月23日,周口市中心医院联合河南省纪委监委组织多学科专家团队,到西华县红花集镇王桥行政村开展“送健康进基层”义诊活动。

活动现场,周口市中心医院神经外科重症监护室、呼吸科、骨科、心内科等科室的专家们耐心询问村民病史,并结合心电图、彩超等检查结果提供精准诊疗建议。医务人员现场讲解用药规范,发放常用药品,为村民测量血压、血糖,普及慢性病防治知识。

针对行动不便的残障人员及高龄独居老人,专家团队主动延伸

服务链条,携带便携式医疗设备入户走访,为10余户家庭提供上门诊疗服务。在脑梗患者王先生家中,专家为其检查身体并发放药品。“专家上门看病还送药,真是想到我们心坎里了!”王先生的家属表示。

此次义诊是周口市中心医院落实“健康中国”战略,推动优质医疗资源下沉的具体实践。村民李大娘称赞:“在家门口就能找大专家看病,这样的实事办得实在!”

河南省纪委监委驻王桥村工作队负责人表示,此次活动是党建引领民生工程的重要成果,既缓解了基层群众就医压力,又为乡村振兴注入了健康动能。

市第二人民医院

中医理疗显神奇 暖心服务获赞誉

本报讯(记者 史书杰)“太感谢你们了,这里的医生护士就像家人一样。”近日,位老太(化名)对周口市第二人民医院康复医学科的医务人员表示感谢。60多岁的她因腰椎间盘突出导致右腿无法行走、右臂麻木,到该院就诊。经过10天的中医理疗,她身体状况逐渐好转。

位老太到市第二人民医院康复医学科就诊后,医务人员为其制订了系统的中医治疗方案,通过推拿、针灸、艾灸等传统疗法为其治疗。避免了吃药打针的副作用,短短10天便让她重新站了起来。“没想到中医这么神奇,更没想到这里的服务这么贴心!”位老太连连称赞。

记者在采访中了解到,该院康复医学科始终秉持“以患者为中心”的服务理念。康复医学科护士长万霞介绍,科室实行24小时全程护理,对行动不便的患者提供轮椅接送服务,为无陪护患者送餐到床前。他们还帮患者剪指甲、洗头发,将细节护理作为日常工作常态。

近年来,周口市第二人民医院不断提升医疗服务质量,尤其在中医特色诊疗方面积累了良好口碑。该院康复医学科凭借精湛的医术和人性化服务,赢得了众多患者的信赖。

“金杯银杯不如患者的口碑。”该院院长徐凯歌表示,医院将继续发挥中医优势,深化优质服务,让更多患者感受到温暖与希望。

市第六人民医院

助躁郁症患者康复

本报讯(记者 李鹤)近日,周口市第六人民医院早期干预科接诊了来自南京市的王女士。她长期受情绪波动困扰,工作效率大幅下降。她曾到南京多家医疗机构就诊,但尝试多种治疗方法未果。

市第六人民医院早期干预科主任魏海燕接诊后,诊断王女士患了双相情感障碍,为其制订了综合治疗方案。随后,早期干预科医务团队为王女士开展药物治疗、心理治疗及物理治疗,改善王女士的身体机能和精神状态,使其能够调节自身情绪。经过治疗,王女士的情绪逐渐稳定,工作和

生活也回归正轨。

魏海燕介绍,双相情感障碍又称躁郁症,其核心症状为躁狂发作时情绪高涨、思维奔逸,抑郁发作时情绪低落、兴趣丧失,两种状态交替或混合出现,周期不定。

目前,双相情感障碍的治疗需要药物治疗、心理治疗及物理治疗相结合,以稳定情绪、改变思维模式、辅助调节大脑功能为主。患者通过规律作息、适度运动,加之定期复诊调整治疗方案,可有效控制病情。此外,家人和朋友的理解与支持对该病的治疗也至关重要。

周口骨科医院

宣传垃圾分类 共创优美环境

本报讯(记者 郑伟元 通讯员 李壮)近日,周口骨科医院组织开展“分类齐参与 低碳新时尚”垃圾分类主题宣传活动。

活动现场,周口骨科医院后勤科志愿者在医院门诊大厅及病区向群众发放垃圾分类宣传手册,传播垃圾分类知识,营造浓厚宣传氛围。

此外,该院还通过发放垃圾分类传单、LED屏循环播放标语等方式持续开展垃圾分类专题公益宣

传,科普垃圾分类的意义、益处及方式。“今天志愿者教了我怎么处理厨余垃圾,垃圾分类是好事,我们都应该参与其中,保护环境。”市民王女士说。

周口骨科医院后勤科相关负责人表示,此次宣传活动增强了医院职工及群众的垃圾分类意识,让“绿色、低碳、环保”的理念深入人心,促使每个人都积极参与垃圾分类,养成垃圾分类好习惯,共创优美环境。



健康服务热线

健康热线:13949993566 13592285505
18222960521 15538663780
电子信箱:zkbrwsb@126.com