

严格监督执纪 整治违规吃喝

本报讯(记者 史书杰 通讯员 张晴)近日,驻市卫生健康委纪检监察组针对党员干部违规吃喝问题开展专项整治行动,通过教育引导、制度约束与精准监督,着力营造风清气正的政治生态。

驻市卫生健康委纪检监察组以廉政教育活动为抓手,组织党员干部深入学习党纪法规,剖析近年来查处的违规吃喝典型案例,

揭示享乐主义、奢靡之风的危害性。驻在单位机关党委专职副书记邢海华表示:“要通过文化建设树牢‘以俭为荣、以奢为耻’的价值导向,让党员干部把精力聚焦到为民服务上来。”

驻市卫生健康委纪检监察组建立“全时段+全链条”监督体系,在节假日等重要节点开展专项检查,畅通群众举报渠道,运用大数据技术监测

异常消费数据,精准识破违规吃喝的“隐身衣”。对顶风违纪行为依规依纪依法严肃处理,发现一起、查处一起,绝不姑息。

针对监督中发现的制度漏洞,驻市卫生健康委纪检监察组推动驻在单位进一步细化公务接待、财务管理等方面的制度规定,明确接待标准、范围、审批流程等,消除模糊地带,让违规吃喝无机

可乘。

“作风建设永远在路上。”驻市卫生健康委纪检监察组负责人表示,党风政风引领社风民风,党员干部违规吃喝会带坏社会风气,造成不良示范。整治违规吃喝不是一次性就能完成的工作,下一步将坚持风腐同查同治,以良好的党风政风带动全社会形成勤俭节约、风清气正的良好氛围。

健康宣教进校园 护航青春助成长

本报讯 (记者 李鹤)6月19日,2025年健康周口行动进校园系列活动暨全民健康素养宣传月活动在市体育事业发展中心举行。

此次活动由市文明办、团市委、市卫生健康委主办,市卫生健康工作服务中心、市体育事业发展中心、市计生协、市体育运动学校、市第六

人民医院承办,旨在引导学生从小养成健康生活习惯,锻炼健康体魄,预防心理疾病。

当日上午,活动邀请市第六人民医院心理咨询专家肖云龙、梁旭阳在市体育运动学校为教职工进行专业心理健康教育培训,切实提升教职工心理健康教育专业

能力。下午3时,肖云龙为市体育运动学校九年级的学生进行考前心理辅导,帮助考生调整心态,积极应对。

随后,心理咨询、运动康复咨询和心理减压等健康实践活动在市体育事业发展中心老年馆二楼开展,市体育运动学校学生积极参与,

现场热闹非凡。

市卫生健康工作服务中心副主任王鑫介绍,本次活动是健康周口行动进校园系列活动的第二站。下一步,中心将继续开展形式多样、内容丰富的健康宣教活动,进一步贴近青少年需求,让健康周口的理念在校园落地生根。



6月23日,周口市第二人民医院(周口市老年医院)医务人员走进周口市永青老年护理院开展“银龄健康从心启航”义诊活动。

通讯员 李瑜涵 摄



市第六人民医院

守护青少年“心灵晴空”

本报讯(记者 郑伟元)近日,周口市第六人民医院儿童青少年心理行为科治愈一名16岁的双向情感障碍患者。

据了解,患者小名(化名)自初中一年级起出现持续性情绪低落、丧失生活兴趣、回避社交、自我否定、入睡

困难等症状,多次出现冲动性自伤行为,甚至产生自杀念头,最终被迫中断学业,被家人送到市第六人民医院就诊。

就诊后,儿童青少年心理行为科医疗团队结合小名的自身情况,为小名制订了综合方案。医生在用药稳定情绪的基础上,以物理治疗

改善脑功能。同时,医生定期为小名及其家人开展个体心理治疗、沙盘治疗和家庭治疗。“现在孩子会主动跟我们讲她的感受,也会寻求帮助,不再像以前那样突然发脾气了。”小名妈妈欣慰地说。

“综合的治疗方案不仅帮助小名

建立了应对不良情绪的正确认知模式,也引导其父母调整了教养方式。”儿童青少年心理行为科主任王前勇说。

王前勇提醒,一旦青少年持续两周以上出现情绪异常、兴趣减退等症状,家长需提高警惕,及时寻求专业帮助。

健康周刊

如何防止减重后反弹

夏季是减重后容易反弹的时期。为有效防止体重反弹,需要结合夏季特点,调整策略。

设定减重目标

可以结合身体质量指数(BMI)、体脂率、腰臀比、内脏脂肪面积等多个指标进行肥胖评估,也可以到医院做人体成分分析检查。在明确是否肥胖及肥胖程度后,再设定减重目标,不要追求快速减重。多次反弹的减重者最好选择进程较慢的减重方案。

调整饮食习惯

一日三餐确保蛋白质、脂肪和碳水化合物的均衡摄入,食物种类做到多样化,避免过度节食或单一饮食模式。减重期及减重后的维持期,都要建立健康且可长期坚持的膳食模式。

长期坚持运动

适度运动不仅可以消耗能量和脂肪,还可以保持或提高肌肉含量,提升基础代谢率和身体素质。建议减重者每周至少进行

150分钟的有氧运动和抗阻训练。

保证睡眠充足

睡眠不足会影响身体激素水平,导致食欲增加和代谢紊乱。每天保证7~8小时的优质睡眠,有助于维持身体的正常代谢和激素平衡,降低体重反弹的风险。

坚持测量体重

每天清晨起床后,在排空大小便后,固定时间到固定体重秤上测量体重,做到对自己的体重心中有数。

做好饮食记录

做好一日三餐饮食记录,这其实就是对自己饮食行为的监测。评估食物的摄入量,为长期维持减重成果打好基础。

寻求专业帮助

调整了生活方式,但未达到减重效果的人,可以到医院健康体重管理门诊就诊,寻求专业帮助。肥胖是一种疾病,减重者不应抵触医疗手段。

(周口市疾控中心 徐永光)

婚育健康

病毒性心肌炎患儿的护理

病毒性心肌炎是小儿常见的心脏疾病,做好护理工作对于患儿的康复意义重大。

休息是护理病毒性心肌炎患儿的关键。在急性期,要保证患儿绝对卧床休息,这能最大程度减轻心脏负担。一般而言,需持续休息到症状完全消失,心电图和心肌酶检查结果恢复正常。对于学龄期患儿,家长要根据病情与学校沟通,合理安排休学或适当减少学习时间,防止过度劳累。恢复期间,可以安排一些轻松的活动,在活动过程中注意观察患儿有无不适,一旦出现不适,应立即停止活动,让患儿休息。

饮食方面应为患儿提供营养丰富且易消化的食物。多摄入富含维生素C的食物,有助于心肌细胞的修复。保证优质蛋白质的充足供应,能为患儿身体恢复提供必要的能量。

疾病会给患儿带来心理上的影响。家长要给予充分的关心和安慰,增加陪伴时间,用通俗易懂的语言向患儿解释病情,让他们知道只要配合治疗和护理,身体会逐渐康复,增强患儿战胜疾病的信心。

家长需密切观察患儿的病情变化。定时测量体温、心率、血压等生命体征,并做好记录。注意观察患儿有无呼吸困难的表现,如呼吸急促、鼻翼扇动等;有无水肿加重的情况,特别是眼睑、下肢等部位;有无头晕、心慌等不适症状。

预防再次感染对于患儿的恢复至关重要。保持室内空气清新、流通,每天定时开窗通风。定期对室内进行清洁和消毒。尽量避免带患儿去人员密集的公共场所。如果家庭成员患有感冒或其他感染性疾病,要做好隔离。

(据《大河健康报》)

市中心医院

成功实施一例高难度复位手术

本报讯(记者 普淑娟)近日,周口市中心医院神经外科一病区付涛主任团队运用后路寰枢椎关节间撑开复位融合技术,成功为一名复杂颅底凹陷伴脊髓压迫患者完成高难度复位手术。这是该院首次应用该技术治疗此类高危颅颈交界区畸形,标志着医院在脊柱神经外科精准治疗领域取得里程碑式突破。

洪女士因枕颈部疼痛伴头晕3个多月入住市中心医院神经外科一病区,被诊断为颅底凹陷、小脑扁桃体下疝、环枕融合畸形,手术风险极大。神经外科一病区付涛主任团队深入研讨病情,在与患者及其家属充分沟通后,决定采用由首都医科大学宣武医院陈赞教授设计改进的后路寰枢椎关节间

撑开复位融合技术对患者进行治疗。

在显微镜辅助下,付涛主任团队沿枢椎椎弓峡部实施骨膜下精细分离,显露寰枢椎侧方关节面后,将专用撑开器置入关节间隙,通过旋转、撬拨操作松解寰枢椎前方张力带,实现寰枢椎可控性纵向分离。术中同步撑开双侧关节间隙至解剖间距,植入高度适配的关节间融合器,配合后路内固定系统实施悬臂固定操作,完成对颅底凹陷的精确复位。术后患者枕颈部疼痛显著缓解,成功实现寰枢椎解剖对位关系重建及神经压迫的解除。

付涛介绍,这一技术大幅度提高了颅底凹陷后路手术的复位率,简化了手术技术,降低了手术难度,提高了手术的安全性。

市中医院

加强绩效管理 改善医疗服务

本报讯(记者 刘伟)为深入贯彻落实国家公立中医医院绩效监测工作要求,进一步加强医院绩效管理体系建设,6月19日,周口市中医院组织召开绩效监测工作汇报培训会。

会上,门诊部、感控科及全质办负责人结合各自专业特色,从数据采集标准化、过程管理精细化、结果运用科学化等维度,分享了落实绩效监测指标的优秀经验与创新举措。

会议要求,要强化责任意识,各科室必须将国家三级公立中医医院监测指标提升列为重点任务,系统组织科室人员深入学习绩效监测指标体系,从思想根源深化认

识,切实提高政治站位;要深入剖析监测指标,分析工作需突出全面性、精准性,针对各临床科室开展专项研判,以精细化拆解指标为抓手,确保分析结果切实反映实际问题,实施方案具备可落地的指导价值;要凝聚合力,各科室要牢固树立“全院一盘棋”思想,主动破除部门壁垒,针对交叉性指标,建立常态化联动机制,通过协同研讨、联合攻关,形成高效有力的工作闭环。

此次培训进一步明晰了国家三级公立中医医院绩效监测指标管理的目标与路径,为市中医院持续改善医疗服务质量、提升运营管理效能奠定了基础。

市妇幼保健院

提升医疗质量 保障母婴健康

本报讯 (记者 史书杰)6月20日,2025年周口市产科医疗质量控制中心学术会议在周口市妇幼保健院举行。

会议特邀省内知名专家进行专题授课,内容涵盖“促进自然分娩”“危重孕产妇识别”“剖宫产率控制措施”“围产期子宫切除术”等。专家结合典型案例与最新指南,为参会人员提供实用技术指导。周口市产科质控中心主任董丽涛对2024年全市质控工作进行了系统总结,并部署2025年重点任务。

周口市妇幼保健院党总支部书记、院长李凤启表示,作为周口市产科质量控制中心,医院始终秉持“质量为核心、患者为中心”的理念,通过常态化培训、技术引进和流程优化,打造了一支技术精湛、服务优质的产科团队。此次活动不仅是对我市产科质量控制工作的系统性检阅,更是医务团队能力提升的契机。市妇幼保健院医务人员将以归零心态虚心求教,深度吸纳先进经验,同步深化与同仁的交流合作,在技术共享、经验互鉴中携手推动产科医疗事业高质量发展。

周口骨科医院

宣传垃圾分类 倡导保护环境

本报讯(记者 郑伟元 通讯员 李壮)为倡导绿色生活理念,营造干净、整洁的就诊环境,近日,周口骨科医院开展2025年二季度垃圾分类主题宣传活动。

活动期间,该院通过发放垃圾分类宣传单、设置宣传展板、播放宣传视频等方式在院内开展垃圾分类公益宣传,向职工及患者宣传垃圾分类的意义和方法,进一步

提高职工、患者对垃圾分类的认识。

实行垃圾分类,关系群众生活环境,关系节约使用资源,是社会主义文明水平的重要体现。下一步,周口骨科医院将持续开展垃圾分类宣传活动,引导全院职工和患者从日常小事做起,积极参与垃圾分类工作,形成主动分类、自觉投放的习惯,共同营造一个干净、整洁、绿色的医疗环境。

健康服务热线

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