

卫计教育部门联手 科学监测学生健康影响因素

为掌握不同年龄段学生视力不良、肥胖等主要常见病情况和影响健康的主要因素,今年我省将在部分地市开展学生常见病和健康影响因素监测,为正确实施有针对性的健康干预提供科学依据。

监测涉及3市城乡36所学校

根据实施方案,此次监测将在石家庄市、邯郸市、邢台市开展项目监测工作。每个地级市选择1个城区和1个县。每个地级市监测13所学校,其中城区8所学校(2所小学、2所初中、2所高中、1所职高、1所综合性大学),县5所学校(2所小学、2所初中、1所高中)。有条件的地方可适当增加监测区县和学校数量。

监测内容之一是学校卫生工作基本情况调查,包括卫生、教育部门人员配备、经费保障和合作机制,辖区学校基本情况、学生主要健康问题和疾病防控情况等。中小学校开展学校卫生工作情况,包括年度工作计划和经费投入,医务室、保健室和校医配备,学生体检及健康管理等工作、常见病及传染病防控、体育运动和食品营养管理以及健康教育等。

学校健康影响因素监测将由各市区县在监测学校中选择小学、初中、高中各1所,对学校的饮食、食堂、厕所、宿舍

等环境卫生状况进行实地调查,了解环境卫生设施的配备情况和规章制度的落实情况。每所学校选择6间监测班级教室开展健康影响因素调查,对教室人均面积、课桌椅、黑板、采光、照明及噪声等方面开展现场测量,评估学校教室环境,对未达到国家标准要求的内容提出整改建议。

重点监控学生常见病和视力

监测的另一个重点是学生健康情况。每所学校分别在3个年级(小学四至六年级、初中、高中和大学一至三年级)共抽取240名学生开展健康监测和问卷调查,每个年级至少80名学生,以整班为单位调查。

其中,学生常见病监测主要针对学生常见病和生长发育情况,掌握学生龋齿、肥胖、营养不良等常见病及青春期发育情况,评估学生群体健康及生长发育水平。学生视力不良专项调查针对儿童青少年

近视高发的状况,调查中小学校内用眼情况,包括教室灯光使用、课桌椅调试、眼保健操频次、课间休息习惯等;校外用眼情况,包括完成作业和课外补习的时长等;学生的读写姿势,近距离用眼习惯,看电视、玩电脑等视屏时间,户外活动时间以及学生视力不良的检出及矫正情况等。通过全面调查学生用眼环境和用眼习惯,为进一步提出有效干预措施提供依据。

此外,学生健康影响因素监测针对不同年龄段学生常见病发病情况和健康影响因素特点,监测学生饮食和运动相关行为,学生因病缺课和休学情况,打架、溺水等伤害相关行为,吸烟、饮酒等物质滥用行为,网络成瘾和心理健康等,综合评估学生身心健康状况。

卫计教育密切配合实施

监测工作由各级卫生计生和教育行政部门配合进行。卫生计生部门负责组织相关培训、分析和总结报告工作。教育

部门要在遵循教学规律的基础上,协助卫生计生部门做好学校选定、实施方案制定、监测实施和对学校的督导工作。任务学校要配合监测部门做好学生健康监测、环境监测、调查问卷填写、数据收集等具体工作。省疾病预防控制中心负责技术指导和督导工作。地市级和区县级疾病预防控制中心要组建监测工作组,做好现场调查和监测、数据录入、结果分析和上报等工作。监测实施部门要定期与学校对接,商榷组织程序,制定监测工作实施方案,明确时间节点,在确保不影响学校教育教学秩序的前提下,开展监测工作。

各地要科学选定监测地区,确定监测学校和监测对象。省疾控中心在接受国家级统一培训后,对各地监测人员和任务学校负责人进行师资培训并考核,加强督导指导。区县疾控中心组织或依托有资质的机构开展学生常见病监测,加强现场质量控制,并选取5%的学生进行现场复核。有条件的地区可采取电子问卷进行现场问卷调查。

健康扶贫培训走进井陘

本报讯 日前,省卫生计生委委托省癌症早诊早治项目办公室在井陘县医院举办“健康扶贫防病先行——走进太行山”暨上消化道癌早诊早治技术推广培训班。来自石家庄市和衡水市的34家县级医院的100余名主管院长、内镜医师、病理医师参加培训。

这次培训是我省“健康扶贫防病先行”系列活动之一,旨在将上消化道癌早诊早治成熟技术和方案向癌症高发区尤其是贫困地区推广,提升高发区和贫困地区基层医院上消化道癌前病变和早期癌诊治水平。培训采取专家讲座、内镜病理联合病例讨论、知识问答等形式,多方面、多层次、多角度为与会者搭建学习和交流平台。

我省自2005年开展上消化道癌早诊早治项目以来,已累计筛查186099人次,检出率、早诊率和治疗率均位居全国前列。项目的实施有效降低了我省上消化道癌发病率和死亡率,为防止因病致贫、因病返贫发挥了重要作用。

长安区 创建省级健康促进示范区

本报讯 近日,长安区创建省级健康促进示范区活动正式启动。

活动现场,“万步有约”职业人群进行了实地健走,群众文艺团队带来了精彩的舞蹈表演,市第一医院、市中医院、市疾控中心、区妇幼、区疾控中心、谈固卫生服务中心等医疗机构现场设立义诊咨询点,服务市民并发放宣传资料。

为推进健康促进工作,提高居民健康水平,国家开展了以“健康中国”为主题的健康促进区建设工作,长安区按照国家及省市统一部署,科学、规范、有效开展健康促进区的建设,广泛开展健康单位、健康企业、健康医院、健康学校、健康社区及健康家庭创建活动,让健康知识走进千家万户,让健康意识深入人心,真正把活动开展惠民利民。

创建省级健康促进示范区的正式启动,是长安区提升人民群众健康素养的一件大事。相关系列活动的推进实施,将对该区医疗卫生事业的发展起到有力的促进作用。

市三院 完成首例左心耳封堵术

本报讯 近日,市三院心内一科完成了首例左心耳封堵术。

患者为76岁老年女性,因心房颤动2年,多次发生脑梗塞,如出现瘫痪的严重后果会造成很大痛苦。而左心耳封堵术是防止患者出现栓塞并发症的一种新的治疗方法。研究表明,非瓣膜性房颤的血栓90%来源于左心耳,其中菜花状左心耳的血栓形成率最高而鸡冠状最低。以前外科手术可切除或钳夹治疗,取得了明确预防栓塞的效果。但现在内科可以通过介入方法,微创植入左心耳封堵器,封闭左心耳减少血栓形成及脱落。

此次完成手术需要穿刺房间隔,并用经食道彩超来验证封堵器的位置及有无侧漏等情况。所以在新投入使用的大型双C造影机有力支持下,心内一科与超声科、导管室完美协作,最终在天津医科大学总医院蔡衡主任的协作下完成了手术。

长城医院 确诊两例罕见遗传病

本报讯 近日,石家庄长城医院心血管科采用基因检测技术确诊两例罕见的Danon病例。

两位病人为姐弟二人,入院时疑似患有肥厚型心肌病,经专家会诊发现两位患者有心肌病变,还有骨骼肌病变,家族中有猝死病史,高度怀疑有家族遗传性疾病。于是做了肌肉活检及基因检测,结果发现骨骼肌中自噬小体沉积而形成空泡,LAMP2基因突变,确诊为Danon病。

长城医院国家中医药管理局“十二五”重点建设专科心血管科带头人、河北省名中医王仁平介绍, Danon病以肥厚型心肌病、骨骼肌肌力和智力障碍三联征为临床表现,心肌和骨骼肌等组织细胞内大量蜘蛛网样自噬小体沉积,是一种X连锁显性遗传性溶酶体病,男性发病较多,多在20岁前出现症状,并快速进展为晚期心力衰竭。

2012年北京协和医院曾确诊一例Danon病。长城医院心血管科采用基因检测技术使这两例罕见易误诊病例得到确诊,表明该院对该疾病的诊断已达到很高水平。

平安医院“医养结合”获肯定

本报讯 近日,市人大常委会有关领导到石家庄平安医院调研医养结合,并对该院相关工作给予充分肯定。

河北平安健康集团董事长牛景月在汇报工作时说,自2013年开始,集团先后创办了石家庄裕华区平安养老院、石家庄市平安居家养老服务中心、裕华区裕翔街道综合居家养老服务中心以及河北省首家医养结合服务公司,打造出了“医、养、护、乐”于一体的医养结合新模式,取得了良好的社会口碑,促进了和谐社区建设。

下一步,平安医院将根据实际,积极解决工作中发现的一些问题,比如养老机构如何合法开展医疗服务,从而免除家庭和老人的“折腾”之苦;居家养老机构提供的上门服务如何才能合规;失能、半失能、高龄、慢病人群需要的长期护理险制度何时能落实等。

有关部门负责人表示,将研究总结医养结合的类型,做好制度、标准等顶层设计,明确医养结合机构准入条件;卫生、民政、医保、行政等部门将联手整合现有政策,精准扶持医养结合试点单位先行先试,加快落实长期护理险的落地和执行,加强乡镇卫生院、社区、居家养老在养老事业的主体地位,提升医养结合服务质量。

除署名外,本版文图均为本报记者 王丽强 采访提供

健康扶贫政策宣讲进乡村

6月3日,赞皇县卫计局组织县、乡医务人员到南清河乡赵堡村开展健康扶贫政策宣讲及义诊活动。

活动现场,前来就诊咨询的村民络绎不绝。医护人员为村民量血压、测血糖,并详细询问他们的身体状况,耐心地为他们讲解常见病、多发病的预防诊治及健康保健知识。工作人员一边发放健康扶贫政策宣传资料,一边向村民讲解家庭医生签约服务、先诊疗后付费、九种大病集中(专项)救治等健康扶贫核心信息。

此次活动共发放健康扶贫宣传小册子500余份,宣传资料300余份,接受咨询200余人次,取得了良好的宣传效果。

健康度夏中医养生看这里

夏季来临,天热暑湿,很多人称为“苦夏”,那么如何舒适健康地度过夏天呢?记者走访了河北省中医院有关专家。

省中医院脾胃二科主任、主任医师毛宇湘表示,中医学认为人与自然界是一个统一的整体,即“天人相应”,人要健康长寿就要顺应自然界变化的规律。“春生夏长秋收冬藏”是自然界亘古不变的规律,夏三月是天地气交,万物华实的季节,是自然界万物生长最茂盛、最华美的季节;人是万物之灵,也应该气血饱满,体力旺盛。健康度过炎热的夏季,可从饮食、情志、起居三方面入手。

一、饮食

夏季是春季的延续,气温不再忽高忽低,而是持续高温,这时候人体的新陈代谢很旺盛,表现为汗多,这样大量的新陈代谢产生的废物可以通过排汗,这种方式而排泄到体外,有利于身体健康,所以谚语讲“冬吃萝卜夏吃姜,不用医生开药方”,姜味辛性温,一方面能发汗解表,有助于阳气的发散,促进机体新陈代谢;另一方面炎热夏季人们易贪凉饮冷,损伤脾胃阳气,生姜有温胃化饮的作用,因此夏季饮食尤其是凉菜适当加些姜丝姜末,有助于保护脾胃阳气,促进消化吸收。同时为补足机体新陈代谢、增强人体免疫力的需要,可适当食用具有清淡滋阴、易于消化功效的食品,如鸡肉、鲫鱼、瘦肉、虾、多吃苦味的时令蔬菜,如苦瓜、莴笋、芹菜等,忌肥甘厚味及燥热之品;适量饮水,及时补充体内水分,防止汗出太过津液流失,亦可常食粥,如绿豆粥、薏米粥、扁豆粥、荷叶粥、薄荷粥,促进脾胃运化,防止湿邪停滞,损伤脾胃。

二、情志
中医理论认为心属火,与夏季相应,生理特性为“炎、升、动”,故有“火为阳邪,其性炎上,易耗气伤津,生风动血”之说,心为阳脏而主阳气,与夏气相通,故盛

三、起居
夏季睡好“子午觉”尤其重要,所谓子午觉,就是每天子时和午时入睡,其主要原则是“子时大睡,午时小憩”。中医认为,子时和午时都是阴阳交替之时,也是人体经气“合阴”与“合阳”的时候,夏季白天昼时长,工作和娱乐时间增加,所谓“烦劳则张”,人容易疲倦、困乏,子时是一天中阴气最重的时候,这个时候休息,最能养

阴,睡眠效果最好,而且睡眠质量最好,可以起到事半功倍的作用。午间小睡可以引阳入阴,静养阳气。睡好子午觉,有利于人体养阴、养阳,有效改善人的疲劳、困倦不佳的精神状态。在炎热天气里,不能只顾一时舒服、痛快,过于避热趋凉,长时间呆在空调屋里,或露天乘凉过夜,易患“空调病”。夏季人体本多汗,以“使气得泄”,汗液可以帮助我们带走人体的废物,促进新陈代谢,有益健康。长时间出汗不透,不仅容易产生关节病变,也导致脾胃运化功能减弱,食欲不佳,倦怠乏力,甚至情志不愉。同时适度的运动不仅不会让我们疲倦,反而刺激了脾胃的运化,出汗增加,加强身体代谢,从而食欲转佳,精神饱满。夏季可选择游泳、太极拳、散步等中小运动量的健身方式。

总之,盛夏之际,我们从饮食、情志、起居等方面多加注意,就会身体舒适,精神饱满,从而惬意地度过炎热的夏天。

一名京医充实而温暖的一天

本报讯 近日我们走进河北中医肝病医院,看看京津冀协同发展背景下,来自该院战略合作医院解放军第302医院著名专家李筠教授,如何在整整一天时间里竭尽全力为患者诊治。

早8时,李筠教授准时坐在办公桌前开始一天的工作,诊室门口长椅上坐着数十位来自山南海北、操着各种方言的患者,有李教授在,他们就有希望就有未来。

李筠,主任医师,教授,博士生导师,河北中医肝病医院特聘专家,解放军第302医院中西医结合肝病诊疗及研究中心主任,全国首届名老中医专家学术继承人,北京首届优秀中青年中医师,首届群众喜爱的中青年名中医,北京卫生系统先进个人。每周三、四,李筠教授都会来到河北中医肝病医院坐诊,不辞辛苦往返于京冀两地。

韩女士专程从厦门飞到北京,听说李筠在河北中医肝病医院坐诊,又从北京赶到石家庄。韩女士去年得了肝硬化,自从李教授诊治以来,病情迅速好转。她希望李教授为她复诊一下,李教授向韩女士了解病情,并安排她做了体检,根据韩女士的情况调整了药剂剂量,并商定了下次复诊时间。

河南焦作的患者李先生忙不迭地坐到李教授面前,高兴地说,由李教授诊治以来,肝腹水和消化道出血症状都已消失,看看还需不需要再继续

服药。李教授根据李先生的病情开了一些中药制剂以巩固疗效。

来自西安的何先生也是李筠的“粉丝”,病情已无大碍,这次来,是带了朋友来找李筠看病的。李教授安排患者做了体检,因病情较重,李教授嘱咐他住院观察,以便进一步详细诊治。

整个上午李筠教授没顾得上喝一口水,不停地与患者交流,脸上始终露着亲切的笑容。患者们说,和李教授在一起,让人感到温暖踏实。

下午两时,李筠教授准时出现在病区,得知消息的患者家属纷纷围拢过来,李教授和蔼地告诉大家耐心等待,下午一定会逐个问诊,一个都不能少!

对于行唐县的病患者吴建岗来说,做梦也没想到的是,来自北京的著名大夫李筠教授会来到自己病床前精心问诊,还为自己制定了一整套治疗方案。在家门口就能看到梦寐以求的全国名中医,这让吴建岗惊喜又感动!

下午,李筠教授走遍了一病区所有病房,详细了解了每个患者的情况,与病区医生认真商讨,对每一个病人制订了个性化的诊疗方案。

日暮西山,李筠教授依然繁忙,她无法停下匆忙的脚步,因为她的肩扛着沉甸甸的责任。
(刘海平)



近日,善行河北公益联盟与石家庄蓝天中医医院的爱心人士志愿者们满载着书包、文具、体育用品等爱心礼物,驱车百余公里来到平山县杨家庄乡中心小学,把礼物送到120多个孩子手上。这是蓝天中医院今年参与的第6次公益活动,为贫困家庭义诊、为失亲孤儿捐赠、为体育赛事护航……半年来,该院爱心医疗队足迹走遍井陘、赞皇、灵寿、平山、鹿泉等多个县区,把爱的种子播撒到每一处需要帮助的地方。