

从7.8%到26.76% 我省城乡居民健康素养水平显著提升

6月15日上午,国家卫生健康委召开健康知识普及行动专场新闻发布会。河南省卫生健康委主任阚全程在发布会上表示,2020年,河南城乡居民健康素养水平大幅度提升到26.76%。这一数据较2016年的7.8%提高了近20个百分点。

以“234”为抓手在群众大脑里修建健康素养的“观念长城”

河南是有着1亿人口的大省,近一半人口生活在农村,受思想观念、生活习惯、文化程度等影响,健康素养基础差,提升难度大。阚全程告诉记者,2019年《健康中国(2020-2030)》出台以后,河南深入研究健康中国健康知识普及行动方案,瞄准短板,结合“健康中原·大医献爱心”“健康促进321”等特色工作,从整体性、长期性着手,制定了以“两建三融四行动”(简称“234”)为基本框架的健康中原健康知识普及行动。

其中,“两建”即健全健康教育工作体系、健全健康知识传播体系;“三融”是将健康知识融入精神文明创建、融入爱国卫

生运动、融入全民健身;“四行动”指的是在全省全面铺开健康促进“321”行动、开展“健康中原·大医献爱心”志愿服务行动、开展健康支持性环境建设行动、开展健康素养监测行动。

通过“234”,河南坚持在群众大脑里“搞建设”,积极把无形健康理念融入有形工作抓手,不断在群众大脑里修建健康素养的“观念长城”。

多措并举消灭健康扶贫“拦路虎”

2020年,河南有效保障因病致贫返贫人口全部脱贫,圆满完成脱贫攻坚任务。阚全程表示,为了完成这一目标,河南省卫生健康委做了大量的工作,因地制宜将健康知识普及的重点放在县域农村,特别是贫困地区,从而牵住“牛鼻子”,踢开“拦路虎”。

为此,河南省实施健康教育进家庭、进乡村、进学校;加强基层健康教育阵地和队伍建设;省市医院与53个贫困县开展素养提升一对一帮扶,做强贫困地区健康教育基础工作。开展“健康中原·大医献爱心”志愿活动,汇聚优质资源下沉

县区,邀请国家、省级专家开展培训,研发推广标准课件,培养了一大批懂健康的家庭医生,讲科普的村书记、乡村医生,形成了健康促进助力脱贫攻坚的良好局面。特别是创作展演豫剧《乡村医生》,以群众喜闻乐见的形式宣传素养66条知识,被称为“当代版的《朝阳沟》”。

积极打造科普高质量内核

此次发布会上,阚全程还介绍了此次新冠肺炎疫情防控期间“硬核河南”背后的硬核科普宣传。阚全程说:“去年的疫情科普是我们整个健康知识传播的试金石,我们努力做到‘群众在哪里,科普宣传的触角就延伸到哪里’。”

为了达到这一目标,河南省卫生健康委积极打造科普高质量内核,自2018年以来,建立起科普专家库、资源库和发布传播机制;结合省内居民健康素养实际,依托“两库一机制”,实施月度策划会,推出权威的科普信息和优质产品。开通科普“专卖店”,与河南有线网络集团合作,开设24小时播放的“120”《健康中原》电视栏目,汇集3776条科普作品随时点播,自制“健康半月谈”“豫健播报”等56个科普专栏全天轮播。目前,栏目覆盖了800万有线电视及IPTV用户。实现科普传播同频共振,建立“横向到边,纵向到底”的宣传矩阵,与人民网、新华网、河南日报等18家主流媒体建立合作关系,市县“两合一”均设科普栏目;行业各级官微、抖音等新媒体设立科普专栏;与省科技厅、省教育厅、省气象局等部门联合推出科普栏目,在公共交通、城市楼宇、社区等宣传阵地开设健康栏目,开办学习强国《健康中原》栏目和手机报健康专栏。科普产品一体策划,一经产出,所有栏目集中发布、多媒体传播,快速覆盖群众身边的各种宣传渠道。(本报记者 郭培远)

郑州大学第一附属医院 住培医师受青睐

6月11日下午,来自全省各地的19家医院招聘负责人齐聚郑州大学第一附属医院,“抢订”参加住院医师规范化培训,尚无工作单位的2018级、2019级住培医师(以下简称社会住培医师)。

今年是第二次参加郑州大学第一附属医院举办的社会住培医师专场招聘会,许昌北海医院人事部门工作人员魏千红对签下需要的人才信心满满:“2018年时,我们这儿招聘,现场收获有签约意向人才30人;今年医院重症医学科、全科、儿科、麻醉科、急诊科等需要人才加入,我们就又来了招聘现场。”

早在几个月前,黄河科技学院附属医院院长李玉东就“盯上”了这次招聘会,“应聘人员都是在郑州大学第一附属医院住培3年的住院医师,我们非常相信他们的能力。因为已经到我们医院工作的他们的‘前辈’们,表现都很优秀,进入临床都能独当一面。”

“这大热的天儿,本该奔波各地,抱着简历四处应聘的我们,现如今主场参赛,在‘家’就能应聘心仪的医院,找到理想的工作,真是太高兴了。”2018级妇产科社会住培医师陈忠英高兴地说。(本报记者 郭培远)



为了进一步提升县域肿瘤规范化诊疗水平,助力构建全省癌症防治体系,6月8日,河南省肿瘤医院“蒲公英计划”暨2021中国肿瘤学大会“百年·百县”肿瘤科普火炬传递活动启动仪式在滑县人民医院正式启动。省肿瘤医院遴选出18个学科的20名专家组成外联专家博士团,以MDT会诊、专题讲座、手术示教、技术培训等多种方式,推广肿瘤多学科诊疗理念与现代医院管理模式。王晚帆 摄

张中冕:一名肿瘤科医生的医者仁心



张中冕主任坚持对患者进行每周大查房,详细了解患者的病情,并给患者心理上的安慰和支持,帮助患者保持良好的心态,积极配合治疗。

提及肿瘤,有许多人闻之色变,也有不少人对其不甚了解。肿瘤对人体的危害可想而知,良性肿瘤若不加以注意有可能癌变,如若恶性,那么从前期开始到治疗的每一步都要格外小心。肿瘤可能危及生命,因此我们需要肿瘤专家帮助我们守好生命防线。

张中冕主任带领下的郑州大学第二附属医院肿瘤科,是在我省较早开展肿瘤治疗的肿瘤内科,科室秉持中医疗和西医疗相结合、药物混合治疗的方式,针对每一位病人的病情做出最为精准的诊断,制订最佳方案对症下药,追求最佳疗效,实实在在、最大限度地为患者着想。

时的张中冕历经家人被食管癌缠身却得不到有效治疗的痛苦,所以他立志成为一名治病救人的医生,大学时填报的志愿全部都是医学院,经过多年不懈努力他终于成长为一名河南省医学界著名的肿瘤内科专家。

明显的延长了患者的生存期,提高了治愈率。他较早应用分子靶向药物吉非替尼、伊马替尼、达沙替尼等治疗非小细胞肺癌、胃肠道间质瘤,对于肺癌的放疗化疗、腹腔镜盆腔肿瘤射频热灌注化疗、短程密集化疗以及维持治疗积累了较多的临床经验。

传承创新发展中医药文化 推进中医药事业高质量发展

□禹州市卫健委党组书记、主任 师德鸿

近年来,在河南省卫健委、许昌市卫健委的大力支持下,禹州市健全完善中医药管理体系,不断提升中医药服务能力,做大做强中医药产业,推动中医药事业高质量发展。

一是注重顶层设计,高位推动落实。禹州市委、市政府历来高度重视中医药事业发展,将中医药工作纳入全市经济社会发展总体规划和深化医改重要指标,建立健全中医药管理体系,强化目标责任,落实部门职责。在市卫健委设立正科级中医药管理局,设置中医和中药股,配齐工作人员,明确中医药管理相关职责。同时,为促进中医药事业发展,推动中医药标准化工作,禹州市委、市政府集中资源优势,合并成立正科级事业单位“禹州市中医药产业发展中心”“禹州市中药标准化中心”,归口卫健委管理,在中医药管理体制机制上实现了“中西医并重”。

二是加大政策扶持,把握发展机遇。发挥中医药在医改中的特色和优势,将针灸、推拿、拔罐等中医常见非药物诊疗项目纳入医保基金支付范围,将市中医院26种院内制剂纳入医保药品目录报销,中医药及非药物技术治疗空间不断拓展,中医诊疗技术临床应用不断促进。设立中药材发展专项基金,建立华夏药都中药材大数据创新中心,成立国医大师、名师工作室,建成全国基层名老中医专家传承工作室1个,许昌市名老中医专家传承工作室5个,在中药炮制技术传承、中医中药学术交流等方面发挥了积极作用。

三是擦亮文化品牌,建设宣传阵地。连续举办12届药交会,每届参会客商都达1000人以上,累计成交额超过1000亿元,药交会成为中医药产业产品展示、经贸洽谈、学术交流、项目合作的重要平台。强化与国家管理部门、中医药院校、中国中药协会等相关行业协会的沟通交流,积极引进项目、宣传禹州品牌、参与科研开发、提升禹州知名度,获得政策、智力、技术、项目支持。投资700多万元成立禹州市孙思邈医药研究院,建成“中药标本馆”“中医药文化馆”,设立药材、腊叶等标本室,集藏各类标本8000余种(份),打造功能相对齐全、文化

品位较高、中医药特色突出、面向公众常年开放的中医药文化宣传阵地。

四是凸显龙头引领,提升能力水平。禹州市先后投入1.5亿元,对市中医院进行改造升级,致力于把禹州市中医院打造为许昌市乃至河南省重点中医医院。2019年3月,禹州市中医院顺利通过二甲中医医院复审,2019年5月,被确定为全国500家提升县级医院综合能力第二阶段中医医院,2020年12月,顺利通过“三级”验收评审,成为河南省首批、许昌市首家县级三级中医医院。

五是构建服务体系,实现全面覆盖。近两年来,禹州市筹措资金近千万元,新建25所中医医养结合服务中心(中医馆),投入资金为标准化村卫生室配备中医诊疗设备,全市26个乡镇街道全部建成医养结合服务中心,配备中药饮片300种以上,679个标准化村卫生室全部能够提供4种以上中医药服务,实现了中医药综合服务网络全覆盖。

六是及时介入诊疗,彰显独特优势。面对突发暴发的新冠肺炎疫情,禹州市较早成立中医预防诊疗专家组,及早建立中西医协同机制,在国家诊疗方案的基础上,研究、制订了《禹州市新型冠状病毒肺炎中医防治方案(试行第一版)》,推动中医药及时介入确诊病例诊疗全过程。

七是聚焦产业链条,打造“药都禹州”。禹州市优化华中医药物流园等中药材市场资源,着力打造中药材销售量10万吨以上、交易额50亿元以上、标准化规模化的中药材专业市场。推动总投资200亿元、占地10平方公里的华夏药都健康小镇(医药健康产业园)建设,基本形成了以中药材贸易为龙头,从种植、加工、流通到中医药文化旅游、健康养生等完整的产业链条。积极延伸中医药产业链,推动中药材标准化种植、品牌化培育,全市药材种植基地面积稳定在50万亩,产值达到5.5亿元。禹白芷(白芷、南星、白附、金银花、半夏、丹参)等6种药材先后取得国家地理标志认证。积极利用“药都禹州”产业优势和资源优势,向中药饮片、中成药等精深加工迈进,提高产品附加值,从中药材初加工到精深加工,已颇具规模。(本报记者 郭培远 通讯员 牛向东)

健康提醒

得了风湿病怎么办?

类风湿关节炎是一种慢性疾病,它病程长、易复发。很多病友会觉得类风湿关节炎很难治好,出现了紧张焦虑抑郁等情绪。专家提醒,长期的情绪低落会造成机体内环境失衡,引起食欲不振、失眠等症,使机体抵抗力下降而加重病情。

类风湿关节炎治疗方法多种多样,比如改善病情药、生物制剂等。虽不能根治,但合理治疗和功能锻炼可以避免或延缓致残。

陈运转表示,坚持用药,长期达标是控制疾病的基础。病友应养成良好的生活方式和习惯,每天有计划地进行锻炼,保护关节功能,防止关节废用、萎缩;避免感染、寒冷、潮湿、过度劳累等各种诱因;定期复查,病情复发时,应及时就医,以免重要脏器受损。

饮食上应尽量做到“三多、三少”:多补充维生素(绿叶蔬菜、动物肝脏等);多补充纤维素(蘑菇、芹菜、韭菜等);多补钙(豆制品、牛奶等)。少吃海鲜类食品(海鱼、海参等),少吃油腻食物,少吃油炸、甜食(不只是糖果、甜饼,像土豆、山药等含淀粉高的食品都包括在内)。(王佳男)

为什么要做动态心电图?

动态心电图是通过动态心电图仪在患者日常生活状态下连续24小时记录其心电活动的全过程,以发现在常规心电图检查时不易发现的心律失常和心肌缺血等,为临床诊断、治疗及判断疗效提供重要的客观依据,从而弥补了常规心电图只能作短暂静态记录的不足。

用以捕获偶发、短阵的心电异常:日常生活中常有人不时会出现心慌、胸闷、胸痛、头昏或晕厥等疑似心脏疾病症状,但常规检查(包括心电图)往往查无实据而诊断困难。此时采用动态心电图检查,常能捕捉到常规心电图难以发现的偶发、短阵心律失常或一过性心肌缺血发作,从而使病人得到明确诊断与治疗。

对心律失常的定性定量分析:对常规检查已有发现,但其性质或潜在风险尚不完全明确的一些心律失常,可借助于动态心电图检查,进一步收集大量的心电信息进行定性、定量分析,常能明确心律失常的类型、发生频率及风险程度等。

对缺血性心脏病的诊断:动态心电图24小时全程记录患者工作、休息、睡眠以至大小便等日常活动状态下的心电变化,不仅能显著提高心肌缺血的检出率,还能显示缺血发生的时段、持续时间、出现频率、缺血程度及其与患者活动、症状之间的关系,从而为缺血性心脏病的诊断和治疗提供更全面的切实可行的客观依据。(本报记者 郭培远 通讯员 牛向东)

郑州大学第二附属医院专家风采展示(之四)

统筹:郭培远
电话:13513891656 微信同号
邮箱:nbcapv@126.com

