



石景山医院与灵武市人民医院 签署对口支援协议



本报讯(通讯员李卓)按照北京市卫生计生委与银川市人民政府签定的《2018-2020年医疗卫生合作框架协议》,2月2日,石景山医院领导一行到宁夏灵武市人民医院进行观摩学习,并与该院签署了对口支援合作协议。

石景山医院将在人才培养、医院管理、学科建设、科室发展等方面,与宁夏灵武市人民医院进行帮扶合作。此次合作将进一步加强双方沟通交流,帮助灵武市人民医院提高医疗水平。石景山医院将竭尽全力落实好“京银”对口支援项目,通过两家医院的对口支援合作,以打造特色专科为突破口,切实帮助灵武市人民医院打造2-3个在灵武市乃至周边市县具有一定影响力的重点专科。石景山医院计划于春节后接收灵武市人民医院派出的第一批进修学习人员。两家医院对今后对口支援工作及医院的发展满怀期待,信心满满。

抓节前廉政教育 筑过节良好氛围

本报讯(通讯员李津梅)为进一步严明纪律,加强作风建设,确保清正廉洁过节的良好氛围,近日,区卫生计生监督所召开了廉政教育大会。

会上,执法人员学习了区纪委、卫生计生委《关于做好2018年元旦春节期间落实中央八项规定精神、深入纠正“四风”工作的通知》,并提出工作要求:一是要严明纪律要求。自觉做到严禁违规收送礼品、礼金、严禁公车私用等“十个严禁”,自觉接受群众监督。二是切实扛起责任。要求全体党员干部特别是领导干部和各科室负责人担负起领导责任,发挥带头作用,严格执行各项规定和要求。三是做好节日期间车辆封存和应急使用登记。

区卫生计生监督在强化廉政教育的同时,还利用微信、微博等方式进行廉政知识的宣教,切实建立起逢节必学、逢会必讲的廉政教育长效机制。

区妇幼保健院组织开展 危重孕产妇救治模拟演练

本报讯(通讯员王珏)近日,石景山医院急诊科接诊一名持续腹痛伴出血的“孕妇”,经检查发现该患者情况危急,迅速将其转移至抢救室,急诊医生、产科医生、超声、医院管理人员迅速到位,开放静脉通道、吸氧、监测生命体征、胎心监护,各项检查有条不紊地开展。

原来这是区妇幼保健院组织的危重孕产妇救治模拟演练场景。演练采取临时随机抽查,孕妇由区妇幼保健院的工作人员扮演。为了考核团队综合应变抢救能力,考核专家组组长——海军总医院主任姜文对救治中可能出现的突发情况进行了模拟,经验丰富的抢救团队有针对性地采取各项检查治疗措施。演练结束后,姜文对演练进行点评,并指出了救治过程中存在的问题,对下一步工作提出了建议。

开通行政许可绿色通道 服务首钢冬奥园区

本报讯(通讯员张志军)近日,区卫生计生监督所受理办证科在对首钢冬奥园区二次供水设施许可办理中,开通了行政许可绿色通道,使企业尽快取得卫生许可证。

首钢冬奥园区是冬奥委组委所在地,在资料、图纸审查阶段,监督员给予了详细耐心的指导和建议,及时沟通解决存在的问题;为了进一步缩短审批时限,及时到现场对二次供水单位的卫生设施、卫生管理、设施设备运转及从业人员管理等方面进行检查,使企业在最短时间内达到卫生标准通过卫生行政许可。

无偿献血 情系万家

本报讯(通讯员曹晖)为了保障春节期间的临床用血,区教委、区体育局、巴威公司积极响应区卫生计生委倡议,于春节前夕,组织广大职工积极参加无偿献血活动,为寒冷的冬日增添了一丝温暖。

在献血现场,所有流程都在工作人员的指导下井然有序地进行。据悉,此次全区普教系统66家单位160名教职工和来自区体育局、巴威公司38名志愿者积极参加无偿献血,尤其是巴威公司十余年坚持组织员工献血,彰显了关爱生命、心系社会、无私奉献的志愿服务精神。



区领导走访慰问医务人员和计生特殊家庭

本报讯(通讯员王丹)近日,副区长左小兵先后来到石景山医院、清华大学玉泉医院、苹果园街道社区卫生服务中心,走访慰问一线医务人员,为他们送去节日的问候与慰问品。

在老山街道西里社区计生特殊家庭,左小兵为老人送去慰问金及慰问品,详细了解他们的生活现状和健康情况,认真倾听

他们的困难困惑和诉求愿望,鼓励他们以积极乐观的心态面对生活。左小兵要求有关部门要高度重视对计生特殊家庭的关怀扶助工作,要不断完善计生特

殊家庭帮扶机制,在做好经济帮扶工作的同时,更要注重对计生特殊家庭的精神抚慰。区卫生计生委、老山街道办事处领导陪同走访慰问。

“暖夕阳”服务专线 为养老驿站老人送健康 送“福”赠寿

本报讯(通讯员王艳红)春节来临之际,石景山区流动中医药健康驿站驶进新立街乐龄养老驿站,开展新年前的首场活动。

在广宁街道新立街乐龄养老服务站门外,中医药文化的健康宣传系列展板格外醒目,老人们在驿站工作人员的陪同下驻足观看。流动中医药健康驿站的工作人员及家庭医生团队手持便携设备来到老人身边,给老人把脉、进行健康检测,叮嘱健康事项,开具健康处方。同时,驿站工作人员也为养老服务驿站的

孤寡老人们送去了祝福迎新联和大红“福”字,向老人们“送”福“赠”寿,老人们脸上都挂着满意的笑容。

“暖夕阳”中医健康驿站专线是由石景山区卫生计生委、区民政局、区老龄办共同开展的一项医养结合试点项目。项目以“9+1”中医药健康驿站为载体,以“暖夕阳”为老服务专线为品牌,结合中医健康养老区域特色,推动医养深度融合发展,陆续在全区各街道社区养老服务驿站开展中医药健康管理和文化传播公益服务。



保护心脏 把握七大细节



1.管理血压

定期测量血压,了解自己的血压状况。当你的血压值维持在健康范围内,就可以减少心脏、动脉和肾脏的压力,使你更加健康。

2.控制胆固醇

胆固醇维持在正常范围,可以很好地避免血管内相关脂类的堆积,并帮助动脉清除堵塞。

3.控制血糖

高血糖的危害就在于其产生的各种并发症,损害你的心脏、肾脏、眼睛和神经。

4.加强锻炼

简而言之,增加日常体力活动,避免久坐等能使你延年益寿,提高生活质量。

5.控制体重

当你减掉多余的脂肪和不

必要的体重时,你就减轻了心脏、肺、血管和骨骼的负担。

6.注意饮食

吃得健康,健康膳食是抗击心血管疾病的最好武器。

7.远离烟草

如果你吸烟,戒烟是对你健康最有益的事情。如果你不吸烟,远离烟草是你最明智的选择。(来源:广东疾控)