



石景山与宁城携手奔小康 医疗精准帮扶送健康 送实惠

近日,由区卫生计生委主管领导带队,区卫生计生委、区社管中心、北京大学首钢医院专家等19人组成的对口帮扶医疗队赴内蒙古赤峰市宁城县,开展大型义诊、教学查房、手术示教、专题讲座、远程会诊、基层调查、座谈交流等形式的帮扶活动,为当地部分建档立卡贫困患者进行治疗,促进当地医疗卫生服务能力的提升,推动对口帮扶定点医院在医院管理、学科建设、人才培养等方面的发展。

对口帮扶定点医院 远程医疗中心揭牌

6月13日,由区卫生计生委主管主任带队,区卫生计生委,区社管中心,北京大学首钢医院党委书记、医疗副院长、医务处处长、普外科主任、医学影像科主任、神经内科主任、消化科主任、信息科副主任,金顶街社区卫生服务中心主任、骨科及泌尿外科专业骨干、RICU护士长组

成的对口帮扶医疗队,远赴500公里之外的内蒙古赤峰市宁城县,在宁城县中心医院举行了“北京大学首钢医院对口帮扶定点医院”和“北京大学首钢医院与宁城中心医院远程医疗中心”的揭牌仪式,北京大学首钢医院党委书记与宁城县中心医院院长代表双方医院揭牌。



双方代表为对口帮扶定点医院、远程医疗中心揭牌

专家团队开展大型义诊 手术示教 专题讲座

6月14日,医疗队来到宁城县中心医院,举行了北京市石景山区“携手奔小康、医疗精准帮扶”暨北京大学首钢医院大型义诊活动。义诊主要针对“因病致贫建档立卡人”进行。专家团对现场患者进行仔细问诊、检查、诊断,耐心答疑解惑,近200名患者参加义诊。

泌尿外科进行“经皮肾内镜超声碎石术”“经T管窦道胆道镜取石术”等手术示教;4名专家还在呼吸科、普外科等进行教学查房;特别针对宁城县中心医院的护理人员进行《呼吸机相关性肺炎的预防与护理》的专题讲座培训。此外,还赠送影像科DR操作演示光盘,为医学影像技术水平提高提供了学习材料。



区卫生计生委副主任吴丽萍带队赴宁城县乡镇卫生院调研

对接基层卫生服务机构对口帮扶工作

6月14日,区卫生计生委副主任、宁城县副县长等调研两家乡镇卫生院的发展现状和帮扶需求,为下一步两地基层卫生服务机构开展对口帮扶工作进行良好对接。

与此同时,应乡镇卫生院医务人员的要求,医疗队还在现场开展了《急性心肌梗死的诊断及应急处理》《缺血性脑血管疾病的诊断标准和应急处理》等培训。

开通远程会诊平台 为患者现场会诊

6月14日,北京大学首钢医院与宁城县中心医院远程医疗会诊平台开通。通过平台连线,北京大学首钢医院院长带领肿瘤、影像、病理等多位专家为宁城县中心医院的两名直肠肿瘤患者进行远程会诊。远程会诊平台的建立,便于两个医院之间直接开展医疗、科研的探讨及疑难病例讨论,不但使北京的专家资源直接覆盖到宁城,实现跨医院、跨地域的医疗救助,而且让更多的基层医生方便、快捷地接受到培训。会诊后,区卫生计生委、宁城县中心

医院就对口帮扶工作召开座谈会,在重点学科建设、医疗服务能力提升方面进行深入的探讨。

下一步,区卫生计生委将结合对口帮扶地区的实际需求,统筹调动辖区优质医疗卫生资源,深入挖掘自身潜力,实施精准策略、精准帮扶、精准服务,使当地医疗机构在医院管理、学科建设、人才培养、诊疗水平等多方面得到提升,使当地建档立卡贫困户得到及时有效的医疗救治,减少因病致贫、因病返贫,真正从对口帮扶工作中受益。



通过远程会诊平台进行远程会诊

图文/诺敏 孙霄

区疾控中心开展多项活动迎接党的生日

本报讯(通讯员张丽)今年是中国共产党成立97周年,区疾控中心开展了7项活动,喜迎党的生日。

讲一堂党课。以党的十九大精神、习近平新时代中国特色社会主义思想理论、《共产党宣言》等马克思主义经典著作、宪法、监察法等内容,开展一次党课学习。

开展主题党日活动。开展“让政治生日闪闪发光”主题活动,歌唱新时代,永远跟党走。党小组分别带来了《东方红》《没有共产党就没有新中国》《歌唱祖国》《中国中国鲜红的太阳永不落》等歌曲。

组织主题宣讲。以学习、宣传、贯彻党的十九大精神为主线,组织开展“不忘初心跟党走,牢记使命护健康”主题宣讲。

开展“共产党员献爱心”活动。根据区委、区卫生计生委统一安排,组织全体党员开展“共产党员献爱心活动”。

组织知识答卷活动。为促进全体党员认真学习掌握《党支部工作规范》,编制《党支部工作规范知识答卷》,组织全体党员答卷,更好规范支部各项活动。

开展读书活动。为各党小组颁发《共产党宣言》《习近平新时代中国特色社会主义思想三十讲》,以小组为单位组织开展读书活动,增强广大党员坚定“四个自信”,努力提升党员自身修养。

开展主题研讨活动。以党小组为单位,以习近平新时代中国特色社会主义思想为主题,结合岗位实际,积极开展“双报到”活动,并进行研讨和承诺,激发党员干部的工作热情,筑牢精神家园。



重温红色歌曲 激发爱国情怀

本报讯(通讯员崔红霞)爱国主义教育基地——《没有共产党就没有新中国》词曲创作地位于北京市房山区霞云岭乡堂上村,七一前夕,区卫生计生监督所组织全体党员前往纪念馆参观学习,弘扬革命传统,传承红色精神。

纪念馆举办的大型主题展览分为“历史回响人民心声”“深山里飞出不朽的歌”与“让心中的歌代代传唱”三个部分,共展出800余幅历史图片,运用文字、摄影、绘画、浮雕、蜡像、幻影成像等艺术手段,向世人展示了没有共产党就没有新中国和只有共产党才能团结带领人民前进这一历史事实和客观真理。参观过程中,不少老党员感慨道:“没有共产党,哪有现在的好生活。”年轻党员们也通过这次教育活动,深刻地认识到现在美好生活的来之不易,表示要将更多的爱国热情投入到生活和工作中,做一名合格的共产党员。

关注身体健康从常见指标开始



健康科普

现代医学把人体的各项机能直观化,用不同指标去衡量,了解这些指标的正常范围可以帮助自己洞察身体状况,及时作出反应。下面就给大家介绍几个容易测量并且具有重要临床意义的指标。

1.血压:正常成年人血压收缩压 ≥ 90 mmHg且 ≤ 140 mmHg,舒张压 ≥ 60 mmHg且 ≤ 90 mmHg。血压受不同因素影响,略有波动,但都在正常范围之内。白天略

高,晚上略低,冬季略高于夏季。运动、紧张等也会使血压升高。当血压不在这个范围之内,就需要及时向医生咨询。

2.体温:成年人正常腋下体温在 $36\sim 37^{\circ}\text{C}$ 之间,早晨略低,中午略高,一天内波动不超过 1°C ,运动或进食后体温会略微升高。高出上限或者低于下限都是身体的警报,要格外注意。

3.呼吸频次:成年人安静状态下正常呼吸频次 $16\sim 20$ 次/分,老

人略慢;呼吸频次超过 24 次/分为呼吸过速,常见于发热、疼痛、贫血、甲亢及心衰等;呼吸频次低于 12 次/分为呼吸过缓。

4.心率:成年人安静状态下正常心率 $60\sim 100$ 次/分,超过 100 次/分为心动过速,低于 60 次/分为心动过缓,心率的快慢也受各种因素影响,如年龄、性别、情绪等。

(来源:中国公民健康素养—基本知识及技能及释义66条<2015>版)

