



在习近平新时代中国特色社会主义思想指引下走向我们的小康生活

健康帮扶助力决战决胜脱贫攻坚

夜已深了,莫力达瓦达斡尔自治旗(以下简称莫旗)卫生健康委扶贫办公室的灯光像往常一样亮着,张澎依旧在忙碌着,他正在准备“扶贫培训送课下乡、助力乡村振兴”培训课件。作为北京援派的脱贫干部,他常常在思考,莫旗地处中国东北,当地医务人员业务素质、文化水平、语言沟通等方面与北京相比有较大差距,怎样才能用通俗易懂的语言和典型的实例把政策、知识在短时间内宣传到基层呢?

张澎来自石景山区广宁街道社区卫生服务中心,是一名经验丰富的中医师,他不仅兢兢业业,勤奋好学的他还考取了西药师、主管中医师等多个职称。2019年11月,张澎得知单位要派干部到莫旗开展帮扶工作,他克服上有老下有小的难关,第一个报名,毅然决然的加入到助力莫旗脱贫攻坚战的队伍中。记得在机场为他送行时,他说:“请领导、同志们放心,我一定不辜负组织和领导的信任和重托,全力履行职责,弘扬首都北京对口帮扶干部和党员的优良作风,用实际行动圆满完成任务。”他是这么说的,也是这样做的。

莫旗位于内蒙古呼伦贝尔市最东部,12月的温度已是零下二十几度,这

对于初到莫旗又患有胃病的张澎是个严峻的考验。在使命职责面前,他立即投入到帮扶工作中。他首先从深入了解帮扶工作开始,不断加强自身学习,为了更好更快融入莫旗大家庭,他认真学习当地的民风民俗,用最短的时间,迅速转换角色。作为一名京蒙联络员,他不仅提供医疗专业的帮扶,更是将理念、文化传播给牧民,发挥着联络员桥梁和纽带作用,将双方紧密连接,使工作更加畅通、高效。

为了助力莫旗脱贫攻坚决战决胜,他下乡走访贫困户,查看危房改造,检查水质,询问健康扶贫政策落实和基本医疗情况,对在籍儿童家庭询问教育保障情况;凭借中医师的经验在部分产业扶贫上予以指导;查看贫困家庭“两不愁、四保障”落实情况。根据实地调查,他与当地驻村干部及时沟通,既要帮助贫困户解决眼前的实际困难,更要从长远考虑,因地制宜,精准制定扶贫措施,要管用、要可行。

5月19日,经过一路颠簸,张澎来到了红彦镇松木哨小韭菜沟的范文久家中。通过与范大叔交流,张澎了解到现在他们的生活还很困难,于是对他们进行了政策宣传解读。范大叔告诉张澎:

“俺们种的是返魂草,只知道是一种中草药,具体是治疗啥病的也不清楚,不知道今年好不好卖呢”,张澎为范大叔细心讲解了返魂草生存环境、药用价值等中草药知识,并结合当地种植环境予以分析,“咱们这挨着江边上,气候很适宜返魂草生长,收成肯定不错”。经过张澎细致的讲解和耐心的开导,范大叔一家对未来过上好日子充满了希望、信心满满。

老范患有高血压,不规律用药导致血压不稳定,张澎了解情况后,为他讲解高血压和不规律用药的危害,并演示如何控油、限盐,正确的运动,再三叮嘱:“一定要按时按量服药,每天测量血压,身体健康是不容忽视的,没有健康一切为零”,范大叔听后深表感谢。张澎就这样用专业知识和先进的思想理念结合脱贫致富的政策润物细无声的洒向莫旗草原的千家万户。

经过一段时间的工作,张澎已经适应了莫旗的生活,并且爱上了这里的一草一木,他的心已经和莫旗人民紧紧连在了一起。他说,无论身在何处,都要把自己方方面面的积累奉献给这片热土,在工作生活中践行京蒙帮扶工作的常态机制。
张澎

助力中高考 疾控在行动

本报讯(通讯员刘力勇)为确保2020年石景山区中考、高考顺利进行,区疾病预防控制中心发挥自身专业及技术优势,积极投入到我区中高考的卫生防疫保障工作中。

领导重视,快速响应。为保证石景山区中高考卫生防疫工作,区疾控中心克服当前疫情防控工作重,在保证完成日常疫情防控工作的情况下,成立了以中心主任、书记及业务主管主任为组长,抽调各专科室十余名骨干为成员,组成疾控中心2020年中高考防疫工作小组。工作小组成立后迅速进入工作状态,先后召开培训及协商会,在掌

握中高考相关要求的基础上,利用自身专业优势,商讨规划各考点在考前、考中、考后的疫情防控工作要求以及发现疫情时的应急处置流程及注意事项等。

积极开展现场督导,落实各项防疫措施。从6月19日至7月16日,疾控中心先后出动人员20余次,对辖区每一个中高考点及备用考点进行疫情防控工作督导检查,指出检查中发现的问题及隐患,提出整改建议。在学校整改后再次进行督导,有力的保证了各项中高考卫生防疫措施的落实。

开展集中核酸检测,保证各考点的防疫安全。本次高考前,区疾控中心利

用自身专业及技术优势,对全体考试监考/参考人员进行全面的核酸检测排查,共检测461人。

深入一线,为中高考保驾护航。中高考期间,区疾控中心中高考防疫工作小组各成员作为中高考防疫副主考赴全区各考点现场保障,指导各考点疫情防控常规工作和突发事件,对各考点防疫情况及时研判、处置考试期间偶发、突发事件。区疾控中心指导考点启用备用考场30余场次,处理考场突发疫情20余起,出动紧急疫情处置小组3次,核酸采样2次,对5处考场进行终末消毒,确保了辖区中高考安全顺利进行。

冬病夏治正当时

本报讯(通讯员侯平燕)为提高中医治未病预防保健服务能力,更好地满足广大居民的中医药服务需求,根据石景山区社管中心的统一安排,辖区各社区卫生服务机构开展“冬病夏治三伏贴”社区统一行动。

为加强新冠肺炎疫情常态化防控下中医药“冬病夏治三伏贴”工作的管理,三伏贴行动采取全面预约就诊,提前做好登记预约、分时段就医的方式,最大限度避免贴敷当日出现人员聚集。为做好此项工作,各社区卫生服务机构制定工作方案,并选派中医科骨干医师参加相关培训。通过导医台彩页分发、电子屏幕滚动播出、宣传栏海报宣传和居民健康群信息推送,开展前期宣传。同时采取多种措施,切实做好院感防控,建立和完善现场安保、预检分诊、登记等岗位,安排专门安保力量进行巡场和维持秩序,选择精干力量承担预检分诊、筛查、登记管理工作。贴敷人员、预检分诊人员严格做好防护措施,落实“三个关口”“五个一”“一米线”。

7月16日是头伏贴敷的第一天,各



社区卫生服务机构贴敷现场流程顺畅,秩序井然,医务人员对前来贴敷的患者逐个核对个人信息,询问往年贴敷身体状况,贴敷效果,发放“冬病夏治三伏贴”健康宣传提示单;中医科医生操作精准迅速,边贴敷边耐心细致地告诉居

民贴敷注意事项、下次前来贴敷的时间;部分机构还专门派出家庭医生为辖区养老院的老年人进行上门贴敷。

贴敷服务首日,石景山区社区卫生服务机构的一系列专业服务受到居民的广泛好评。

搭建远程医疗平台 促进基层学科建设

本报讯(通讯员石卫)为提升基层医疗水平,发挥医联体作用,实现“互联网+分级诊疗”医疗服务,近日,广宁街道社区卫生服务中心在石景山医院、医联体办公室的技术支持下,结合电脑、通讯技术与医疗专业技术,实现了远程医疗连线,以信息化为基础,开展预约诊疗、双向转诊、远程会诊服务。

远程医疗顺应了在新常态下深化医改、服务群众的发展方向,将会解决基层患者“看病难、看病贵”的问题。远程医疗服务在基层医疗卫生服务中心的实现,患者并不是唯一从中受益的群体,社区医生和中心也获益匪浅。身处基层的医生通过远程医疗这一方式,得到上级权威专家的实时带教指导,这对于医疗能力的提升,无疑是一个难得的机会,医生的专业技能提升了,社区卫生服务中心的实力也会因此提升。

远程医疗协作网络的建立,配备远程医疗设备,开展远程医疗服务,将为辖区百姓提供更加便捷的医疗服务。

——简讯——

●近日,石景山区“十四五”时期老龄事业发展规划汇报研讨会召开。市卫生健康委老龄健康处、区医保局、区民政局、八角街道、金顶街街道、鲁谷街道、区卫生健康委各相关科室及首钢医院等相关医疗机构和北京老龄居养老产业促进中心课题团队参加。

会议首先由北京老龄居养老产业促进中心邀请的中国人民大学国家发展与战略研究院专职研究员黄石松就目前石景山区“十四五”时期老龄事业发展规划编制工作进展情况做专题汇报,然后由各参会方结合本单位、部门职责,就“十四五”时期即将开展的重大项目及建议与专家团队进行了深入细致地交流研讨。

通过研讨,参会各方进一步明确了工作目标,细化了工作任务,为继续加快推进我区“十四五”事情老龄事业发展规划编制工作提供了保障。
邓峰

健康提示

护眼“米”字操 让眼睛动起来!

如何更好地帮助孩子科学用眼、防控近视呢?挑一套对的眼保健操,也是爱护眼睛的好方法。

我们挑选了护眼“米”字操,送给每一个为了护眼而奋斗的你。

具体步骤如下:

- ① 双眼向上、下各看三次;
- ② 双眼向左、右各看三次;
- ③ 双眼向左上、右下各看三次;
- ④ 双眼向右上、左下各看三次,视线在空中划出了一个“米”字;
- ⑤ 划完“米”字,让眼睛顺时针、逆时针各转三圈。

这套操通过练习眼周肌肉,逐渐恢复睫状肌活力,以缓解近视、老花眼等,眼睛肿痛干痒、爱流眼泪的人也可以经常做。

(来源:北京健康教育)

