

我区推进健康促进学校创建工作

打牢学生健康生活基础

本报讯(通讯员刘丽娜)自我区启动健康促进学校创建工作以来,区委区政府高度重视此项工作,将健康促进学校创建工作的总体思路和要求融入学校素质教育之中,统一认识、更新观念、勇于开拓、务实进取,扎实开展健康促进学校创建工作,目前已有42所学校通过北京市健康促进学校的验收。

为确保创建工作有序而全面地推进,我区成立了创建健康促进学校工作领导小组,定期召开例会,制定年度计划,明确工作重点,及时总结工作经验。同时建立教育、卫生、红十字会等多部门人员组成的专家库,充分利用各部门人员为健康促进学校工作服务,建立并完善学校数据库,对健康促进学

校进行科学规范管理。

区卫生局、区教委把健康促进学校分别纳入“十二五”卫生事业及教育事业发展规划中,积极开展健康教育与健康促进活动。同时,各学校制定健康促进工作计划,树立新的教育理念,通过开展创建健康促进学校工作,解决学生中存在的健康问题,切实提高学生的健康知识与技能。

我区积极向学校宣传开展健康促进学校的意义和目的,通过网络、电视、广播等形式向家长和社会大力宣传健康促进学校理念及成绩,通过召开健康促进学校总结交流会推进我区健康促进学校工作的深化与发展。定期指导学校开展健康促进工作,对学校校医和

保健教师进行卫生保健知识培训;区疾控中心、区卫生监督所开展学校教学环境物质监测,为学校提供科学的指导意见,为相关部门制定政策提供依据。

区健康促进学校认真学习健康促进学校文件,及时发布我区健康促进学校相关工作,使健康促进学校理念根植于每个参与者心中,使健康促进学校创建工作在全区范围内深入有效地开展。

区健康促进学校持续关注青少年肥胖、近视等常见病问题,在学校内对学生开展包括青春期生殖健康知识讲座、艾滋病知识讲座、眼睛保健知识讲座、口腔保健知识讲座在内的各类健康教育知识讲座,通过多种形式开展了一系

列有针对性的活动使学生掌握了健康基本知识、青春期生殖健康知识和眼睛保健知识,培养了学生良好卫生行为,提高了健康技能和自我保健能力。

下一步,我区将进一步完善组织领导体系,加强部门合作,优化管理网络,提供政策支撑,以健康促进学校为导向,使健康促进工作不断发展,为学生拥有精彩的未来、幸福的生活打下坚实的基础。



为切实做好我区冬季传染病防控工作,近日石景山区卫生局组织区卫生局卫生监督所、区疾病预防控制中心、区院感质控办专家联合对我区二级以上医院发热门诊的预检分诊、消毒隔离、医疗废物管理、应急物品管理、专业人员配备等开展了专项督导检查。

检查表明,被查医院能够重视冬季传染病防控工作,落实传染病登记与报告制度和消毒隔离措施,做到医疗废物分类收集处理,开展了人感染H7N9禽流感与中东呼吸综合征的学习培训。今后区卫生局将继续加强对辖区医疗机构发热门诊的监督检查力度,做好保障人民群众生命安全的工作。

乔彦云 翟义敏 何月莹



亲属互助献血解决用血紧张

本报讯(通讯员朱蓓蓓)日前,一位患者在石景山医院ICU及外科住院期间,使用新鲜冰冻血浆3400毫升,悬浮红细胞9单位,单采血小板4治疗量。如此高的用血量对于医院来说,已超过医院日常用血量。在北京市血液中心供血严重不足的情况下,石景山医院倡导患者家属进行互助献血,使患者救治工作得到保障。

据了解,从今年年初开始,北京市血液中心血源供给给始终保持紧张的状态,稍一松懈就会“入不敷出”。这是因为全市各医院的用血量在大幅增加,远远不能满足临

床用血需求,这种状况给输血科和临床都造成了很大的困难。在这种情况下,互助献血就成为解决血源短缺的有效手段,一般情况下,患者亲友可在血站献血(任何血型),并凭献血证为患者换取等量指定血型用血,这样可以确保患者在最好的时机得到最快的血液治疗。一方面,输血科向血站申请,血站依照库存量、分配指标给各医院分发血液,大多数时间不能完全满足医院需求。另一方面,患者家属互助献血来获得同等血量,近而专血专用。

石景山医院输血科负责人表

示,近年来随着输血治疗的发展,输血科已逐发展为独立学科,参与、督促临床合理用血的管理。作为辅助科室,他们的工作离患者很近也很远,或许经常出现的患者名字早已耳熟能详,却素未谋面。但他们也会继续做好用血保障工作用更好的服务奉献于临床。



小饭馆暗藏黑诊所

执法人员细“侦查”依法取缔除隐患

本报讯(通讯员吕军)日前,区卫生监督所在打击“黑诊所”的行动中将位于古城南街一家非法行医点取缔。

近日,区卫生监督所接到群众反映,古城南街街边“大众饭店”内暗藏“黑诊所”。监督员现场发现,该出租房屋挂有“大众饭店”标志,但经营者看见卫生监督员时异常警觉,迅速将门锁上并企图逃跑,监督员果断将其拦下。经过耐心劝导,最终经营者带领监督员来到其出租房内,面对琳琅满目的药品和一张张的处方单据,经营者不得不承认了其非法行医行为。

卫生监督员当场对该非法行医场所予以取缔并张贴取缔公告,共收缴药品、医疗器械四袋,重量约20斤,同时对非法行医人下达卫生监督意见书、责令改正通知书,责令其立即停止非法行医行为。

生活饮用水水质可在线实时监控

本报讯(通讯员周丽森)日前,区卫生监督所在辖区内的部分小区安装了生活饮用水在线监测系统。通过该系统,卫生监督员可及时对监测数据进行统计和分析,为饮用水卫生监督提供科学依据,为卫生监督机构及时掌握生活饮用水水质动态信息提供了有力保障。

据了解,我区生活饮用水在线监测点共设90个,目前已安装完成并投入使用的有10余个。实施生活饮用水水质在线监测系统后,卫生监督人员对生活饮用水在线监测系统能连续、及时、准确地监测饮用水余氯、浑浊度、PH值等卫生指标及其变化状况,并通过网络实时将数据传输到饮用水水质在线监测系统,利用该系统,卫生监督员在办公室内就可以实时获取现场监测点的水质监测数据。

简讯

日前,市疾控中心对我区呼吸道传染病防控情况进行了督导检查。督导组在检查后,对我区发热门诊及儿科门诊均设置人感染H7N9禽流感注意事项展板提示;区疾控中心全面培训、多次督导,医疗机构积极配合,呼吸道传染病防控工作给予肯定,同时,要求继续认真做好呼吸道传染病防控工作,确保今冬明春公共卫生安全。何月莹

健康知识

心脏病患者冬季运动要注意些什么?

对于心脏病患者来说,适当运动有助于预防心脏病的发作和促进疾病的康复,然而并不是所有运动都适合心脏病患者,特别是冬季。那么,心脏病患者冬季运动要注意些什么呢?

一、应多做有氧运动。大多数有氧运动都有助于改善心脏病患者病情,可以锻炼血管、心、肺等组织,有助于新陈代谢,提高心脏应变力,进而减少猝死的发生。

二、运动方式要有讲究。心脏病患者在做运动时,要强度适中,循序渐进,并要坚持,活动要以上面说的全身性锻炼的有氧运动为主。运动要缓慢有节奏,再配合自然的呼吸,不要做太过激烈的运动。心脏病患者在做室内运动时,不要选择拉力器、哑铃等局部肌肉运动,这样很容易诱发心脏病。

三、运动强度要适量。运动结束后10分钟后,要测试一下自己的心跳,如果超过100次/分,则有运动过量的嫌疑,这个时候要适当地减少运动量。

四、运动要合理。运动的适宜的温度一般是4~30℃,运动与进餐时间要间隔1小时以上。如果运动时出现头晕、心慌、呕吐、恶心等情况时,要立即终止运动,必要时要及时就医。

海蒂

北京天山陵园

青山栖忠骨 绿水伴英魂

天山陵园位于门头沟军庄镇风景秀丽的西山脚下,从三家店西口转964西杨坨站下。

生活便利 刊登热线: 51667918
建材家居: 京西家具建材, 海特饭店往北路东, 爱玛裕家居购物广场
医疗服务: 朝阳医院京西院区, 首钢医院, 北京长庚医院, 中国中医科学院眼科医院
教育: 中国人民大学网络教育, 优能中学教育
印刷品制作: 咨询电话: 68600298

专业团队 为您量身定做各种印刷宣传品

北京快行道广告有限公司 BEIJING EXPRESSTWAY ADVERTISING CO.,LTD. Tel: 010-51667918 www.51667918.com

电话: 60810732 / 60813732 网址: www.tianshanly.com