

关注儿童口腔健康

我区今年再启动两项免费服务



本报讯(通讯员杨威)日前,笔者从区卫生部门了解到,为进一步降低儿童龋齿患病率,改善儿童口腔健康,今年,我区将继续为辖区适龄儿童免费开展窝沟封闭和氟化泡沫预防龋齿服务,项目实施时间为2014年4~10月。

为切实落实好此项惠民工程,区卫生局指定石景山医院、区中小学保健所、北京嘉信泽洋口腔诊所及北京茂华口腔诊所为窝沟封闭项目定点医疗机构,石景山医院为氟化泡沫项目定点医疗机构。区卫生局选派业务骨干参加市级培训,同时积极开展区级培训,组织区牙防所对辖区定点医疗卫生机构进行培训,内容包括2014年窝沟封闭及氟化泡沫预

防龋齿项目实施方案、临床操作规范、数据网络直报、项目实施流程等,提高了医务人员的专业技能和学校校医的认知程度,为工作的落实奠定基础。

4月21日,区卫生局还组织区牙防所对石景山医院在老山西里幼儿园的氟化泡沫现场和中小学保健所在银河小学窝沟封闭操作现场进行了督导。检查发现:医务人员个人防护到位,相关医疗用品准备充足,操作流程符合规范要求;幼儿园和学校组织良好,现场井然有序,信息登记完整准确。

区卫生局将进一步加强督导检查力度,确保我区窝沟封闭和氟化泡沫预防龋齿项目服务质量,有效预防儿童龋病的发生。

我区举办艾滋病同伴教育志愿者培训会

对男男性行为人群开展艾滋病干预

本报讯(通讯员张国磊)为更好的开展男男性行为人群(MSM)艾滋病干预及动员检测工作,发挥社会小组在艾滋病防控中的积极作用,日前,区疾病预防控制中心举办了“石景山区2014年MSM艾滋病同伴教育志愿者培训会”,辖区参与艾滋病干预检测的两个MSM社会小组30余名志愿者参加了培训。

会上,区疾控中心工作人员介绍了艾滋病流行形势和基本知识、性病艾滋病检测咨询、艾滋病早期抗病毒治疗、艾滋病防治工作策略政策法规、5种常见性病基本知识以及艾滋病快速检测注意事项等内容,同时对社会小组填写的日常干预和检测报表进行了详细的讲解。佑安医院护士长高美霞介绍了艾滋病转介服务与阳性关怀,志愿者还就实际工作中出现的问题和困难进行了交流和反馈。

区卫生监督所对美容美发行业进行专项整治

经营活动“守规矩” 99家商户0违法

本报讯(通讯员张江 谢卫芳)为规范和整顿美容美发行业的卫生监督管理,进一步提高美容美发场所的卫生状况,日前,区卫生监督所对辖区美容美发行业进行专项整治活动。

本次专项整治活动重点是对美容美发场所顾客公共用品用具清洗、消毒、保洁情况,是否重复使用一次性用品,是否按规定进行卫生检测,检测结果是否在醒目位置公示,以及卫生许可证、从业人员健康证的持有情况等进行了检查。目前,区卫生监督所已完成了第一阶段的卫生监督检查,共检查99户,未发现违法行为。

下一步,卫生监督所还将加大对美容美发场所的执法力度,为一方百姓提供安全卫生的消费场所。

北京市委委会

对区卫生局机关控烟工作进行督导

本报讯(通讯员闫凤良 谢卫芳)5月8日,北京市委委会创建无烟机关单位专家组对我区卫生局机关的创建工作进行了督导检查。

本次督导检查主要采取了听取汇报、查阅文件、现场考察的方式,重点检查了创建单位的组织领导、控烟考评制度、无烟环境布置及全面禁烟情况、控烟监督巡查、控烟宣传教育、控烟劝阻、为员工提供戒烟帮助等工作。

专家组对各创建单位控烟所做的工作及取得的成绩给予了充分肯定,要求再接再厉继续做好控烟的维持、巩固工作。对于检查中发现存在的问题,专家组提出了改进工作建议,通过此次督导检查为下一步创建无烟机关单位挂牌打下了良好的基础。



区卫生局协办

石景山医院皮肤科开展

“送温暖 献爱心” 捐赠衣物活动

本报讯(通讯员刘大华)近期,石景山医院皮肤科组织全体医护人员开展“送温暖、献爱心”捐赠衣物活动,号召大家关爱弱者,弘扬扶贫济困、乐善好施的传统美德。

皮肤科医务人员得知这一活动后纷纷行动起来,把家里闲置的衣物捐献出来,短短3天就筹得衣物286件。这些衣服被分别送往了捐赠点甘肃省会宁县杨集乡邢平村石岔社、甘肃省会宁县老君坡乡中心校、四川省汶川县阿坝州民族研究所、四川省甘孜州石渠县中心卫生院和云南省怒江贡山自然保护区,一件件衣物表达了医务人员对困难群体的关爱之情。

本次捐赠活动让医务人员感受到爱心的无价,生命的珍贵。同时,也折射出医务人员身上所具有的人为乐、无私奉献的良好风貌。

远洋山水社区卫生服务站

为150多名老人免费体检

本报讯(通讯员王晓艳)近日,远洋山水社区卫生服务站为辖区150多位65岁以上老年人进行免费体检。

体检开始前,医务人员通过门诊公示、电话告知和发放通知单等多种形式进行宣传,标明注意事项,提醒大家空腹,高血压患者一定清晨口服降压药和注意安全。体检参加人员多数患有高血压、糖尿病、冠心病、脑卒中等慢性疾病,非常容易发生心脑血管严重并发症,并且已发病的复发率更高,造成死亡率、致残率明显升高,病人痛苦,家庭负担加重。定期体检是指标监控的重要手段,大力提倡健康生活方式,改变可控危险因素,合理调整药物,促进血压、血糖、血脂达标,有效地降低医疗费用。

此次活动受到居民的欢迎,他们感激地说:“医务人员的关爱实实在在温暖了我们的心。”

健康知识

正确降压定期监测可避免脑血管事件发生

有媒体报道,张女士在厕所里大便后,站起来时突然晕倒。张女士的丈夫赶紧送其前往医院急诊科就诊,经过医生诊断为脑干出血。医生指出,脑干出血在脑出血里边算是很严重的,随时都会危及生命。而张女士之前就有高血压,由于便秘上厕所时太过用力,诱发了脑出血。

很多高血压患者由于颈椎病发作、情绪激动、争吵、运动等激烈因素,血压骤升时可以看到血压高达200~220/110~120mmHg的患者,这类患者爆血管引发脑中风、脑出血的几率大吗?

实际上不必如此担心,急诊科这类患者相当之多,但统计由此引发脑出血性脑中风的患者比例却不多。急诊患者高血压相关脑血管疾病中,脑梗塞的发生率比脑出血要多。高血压引发脑出血(出血性脑中风)大致需要具备三大条件:一是血压足够高,收缩压达到

180~220mmHg;二是血压在很高水平上再次骤然升高,诱因可为摔跤、生气、吵架、排便、咳嗽等;三是脑血管本身结构的缺陷,像动脉粥样硬化就可使局部血管壁变薄弱,在高压的影响下向外突出去从而形成血管瘤,这就形成了脑血管壁的薄弱点,脑出血往往也就在这个部位。

如今很多高血压患者都惧怕高血压引起出血性脑中风的的发生,医生也会用很多降压药将患者血压降下来,但是患者血压降下来以后,血流也变得越来越缓慢,这并不是件好事。这是因为高血压患者往往合并高血脂症或糖尿病,高血脂和高血糖都会使血液变粘稠,有痰有湿,在高压流动下是正常的,不容易形成血栓。一旦扩血管、利尿等治疗后,血流可变慢,又很粘稠,就容易形成血栓,这就是为什么有些患者当血压降不当很多患者第二天上厕所后就突发生半身不遂,出现了脑血栓形成所引

起的脑梗死,及缺血性脑中风。患者应定期监测血压,数值不要太低,老年人安静状态时应维持在130/80mmHg,降压时还要积极控制血糖和血脂,中老年人还应加服阿司匹林肠溶片,以预防发生缺血性脑中风。

很多人不知道,从6岁就会开始发生动脉硬化,随着年龄增长,血管会自我老化,只是个体损害的程度和部位有所不同,危险因素多发生的损害就越多。医生口中常讲的危险因素指的是:高血压、糖尿病、高血脂、高胆固醇、高尿酸、肥胖、抽烟、工作紧张、焦虑、遗传因素等。高危患者应选用血小板抑制剂、抗凝药及活血化瘀中药联合治疗,使血粘稠度、血脂、血糖、红细胞降低,正确使用药物降压,脑中风发病率会大大降低。长期服用降压药如果发生耐药则要调药,或两种药、多种药合用,待血压平稳后再减量,最后予以维持,减少药对人体的副作用。 海带

带状疱疹正高发 需清肝火利湿热

目前,进入了带状疱疹多发的季节。带状疱疹俗称“蛇串疮”,祖国医学称为“缠腰火丹”、“蜘蛛疮”或“蛇丹”,是一种急性炎症性皮肤病,任何年龄都可发生,但50岁以上的中老年人更容易感染。一些特殊治疗方式包括皮质激素治疗、放疗及抗癌药,本身就可引起带状疱疹。

带状疱疹是由水痘一带状疱疹病毒感染引起的。这种病毒长期潜伏在人体的神经节细胞中,当机体免疫功能抑制或抵抗力减弱

了的时候,如精神紧张焦虑,生活不规律,过度劳累,就可发病。长期大量使用肾上腺皮质激素,或接受大剂量放射治疗和化学治疗及抗癌药物等,容易发生带状疱疹。

很多人都知道,带状疱疹不仅皮肤会出现带状水疱,而且很痛——神经痛。该病是急症,患病后应及时治疗,以减轻痛苦,缩短病程,防止继发感染,防止后遗神经痛的发生。患者首先要注意休息,使用维生素B1或甲钴胺等营养神经,选用阿昔洛韦或泛昔洛韦等以抗疱疹病毒,或应用转移因子、甘露聚糖肽、干扰素等,提高细胞免疫功能。

水疱可外用炉甘石洗剂,眼部疱疹应小心护理,可使用四环素眼药水或眼膏,0.1%疱疹净眼药水或无环鸟苷眼药水。止痛给予镇痛

药,如无禁忌症,可在早期短期服用强的松以减轻炎症反应及副作用的发生等。有资料介绍,应用理疗如紫外线疗法、氦氖激光疗法、音频疗法,疗效较满意。

除了应用上述方法,对付带状疱疹特别强调中医的作用。中医认为,带状疱疹主要是由于情志内伤,或饮食失调,肝脾失和,气滞湿郁化热化火,湿热火毒外攻皮肤所致。治疗宜清肝火、利湿热,若热盛者用龙胆泻肝汤,若湿盛者用除湿胃苓汤加减;后期水疱已愈合,还有后遗神经痛的,宜活血祛瘀行气止痛,用桃红四物汤加减。

在治疗期间,结合神灯照射局部皮损,针刺治疗,火针治疗,及皮肤局部喷雾治疗,可以促进皮损修复及防治神经痛,具有很好的疗效。 海带



杏林掠影 石景山医院协办