区卫生局开展“服务百姓健康行动”大型义诊活动周

11家医疗机构派医疗专家助阵

本报讯(通讯员高晖)为深入开展党的群众路线教育实践活动,加强健康和医学知识的宣传普及,努力为人民群众健康服务,9月14日,区卫生局组织朝阳医院西区、首钢医院、石景山医院、北京军区京西医院等辖区11家二、三级医院的医疗专家在石景山区古城公园举办“服务百姓健康行动”大型义诊活动。共出动医务人员150人、接待咨询3280人、健康知识宣讲3970人、发放资料5940份、现场健康服务2230人。

本次大型义诊活动是区卫生局连续第二年举办“服务百姓健康行动”义诊活动。从14日至20日这一周时间,各医院还将通过在社区义诊、医疗机构内义诊、对口支援义诊、开展健康大讲堂等多种形式,努力为辖区百姓提供免费健康服务。

区卫生局负责人表示,今后仍将每年9月的第三周作为“服务百姓健康行动”大型义诊活动周,把义诊工作作为为人民群众健康服务的重点工作,长期坚持不懈。

突击检查肠道门诊开诊情况

有效预防和控制秋季肠道传染病疫情发生

本报讯(通讯员刘丽娜)目前正值肠道传染病高发季节,为有效预防和控制肠道传染病疫情发生,卫生部门采取多项措施加强肠道传染病防控工作。近日,区卫生局采取日查和夜查相结合的方式,组织区疾病预防控制中心及区卫生监督所组成联合督查小组,对全区5家有肠道门诊的医疗机构开诊情况进行了突击检查。

检查内容包括传染病疫情登记与报告制度执行情况、传染病规章制度落实、门诊登记、疫情控制措施、应急物资储备情况、依法执业、消毒隔离、医疗废物管理等。检查结果显示辖区大部分医疗机构肠道门诊能够按照要求24小时开诊,各项设施、装备均达到规定要求,配备专业人员在岗、腹泻患者登记记录完整,对肠道突发疫情能够进行规范化报告和处置。对此次突击检查中发现的问题,专业人员现场予以指出并敦促有关单位立即整改,并将进行复查。

下一步,区卫生局将强化培训,提高肠道门诊人员的诊疗水平,加强对辖区肠道门诊工作的督导检查,及时发现并解决问题,认真做好腹泻病人的流行病学史筛查,及早发现可疑关联性腹泻事件,严防肠道传染病的流行扩散。不断提高肠道门诊的管理水平,确保秋季肠道传染病防控工作的顺利开展,充分发挥肠道门诊前沿哨点监测作用,保证我区肠道传染病防治工作的顺利开展。

健康科普巡讲走进军营社区

让糖尿病人健康过节

本报讯(通讯员杨咸枝)近日,区卫生局联合五里坨街道办事处在联勤部社区举办了以“糖尿病人健康过节”为主题的健康科普专家社区巡讲活动,100余名离退休老干部及军属参加活动。

本次讲座邀请京煤集团总医院宗桂芝医生围绕“糖尿病的基础知识和糖尿病患者如何过节”讲解,介绍了糖尿病的全球流行形势、发病机制、分型,指出我国95%的糖尿病患者为2型糖尿病,继而讲授糖尿病的症状、诊断标准、高危人群、治疗和糖尿病所造成的严重后果,分享了糖尿病预防的五驾马车并围绕防治方法详细介绍了糖尿病人如何自我保健。

在场听众表示此次讲座受益匪浅,特别是介绍的食品交换法,对于糖尿病患者而言,能够通过等量食物交换换出新口味,品尝不同佳肴,国庆佳节即将来临,可使糖尿病病友们的饮食不再单调,结合五驾马车的其他方法,综合防控糖尿病,活出精彩人生。

简讯

●为了推进我区慢性病综合防治示范区建设,打造我区健康示范人群,提升职工健康水平,推动全区兴起“健康减重,预防慢病”活动热潮,近日,区疾控中心举行了“健康减重,预防慢病”职工减重比赛启动会。 **安欣华**

SHI JING SHAN QU WEI SHENG JU 石景山区卫生局
开启健康之门
区卫生局协办

市卫计委专家

检查防控埃博拉病毒工作落实情况

本报讯(通讯员张宁)近日,北京市卫计委组织相关专业专家到石景山医院检查防控埃博拉病毒工作落实情况。

检查内容包括医院是否制定埃博拉出血热的防控方案,医务人员是否了解埃博拉出血热病例临床检验的有关要求,院内隔离诊室是否能够随时启用。应急防护物品是否齐全有效等。检查组对医院的防控工作总体满意。

埃博拉出血热是由埃博拉病毒引起的一种急性出血性传染病。主要通过接触病人或感染动物的血液、体液、分泌物和排泄物等而感染,临床表现主要为突起发热、出血和多脏器损害。埃博拉出血热病死率高,可达50%~90%。目前,国家和北京市卫计委出台了一系列防控埃博拉出血热的文件,石景山医院也按照上级主管部门的要求,积极开展防控工作,及时成立领导小组及专家组,召开工作会议,制定工作方案和工作流程,开展培训。

杏林掠影
石景山医院协办

高龄老人不能做脊柱手术吗?

本报讯(通讯员李士春)腰椎退行性疾病(腰椎间盘突出症、腰椎管狭窄症、腰椎滑脱症、退行性腰椎侧凸等)是老年人的常见病,患者多在65岁以上,其中不乏80岁以上的患者。但是,在很多老年人的印象中,人老了腰疼、腿疼是很正常的,根本没想过还能手术治疗,有的则认为做手术会导致瘫痪,甚至会死亡。其实,随着现代医疗科学技术的进步,年龄已经不是手术的禁忌症。

前不久,石景山医院骨科收治了一位80岁高龄的老年患者。老人住院时腰部活动明显受限,即使卧床都能感到明显的腰腿痛,严重影响日常活动和睡眠。详细追问病史,其实老人腰腿痛已经有10多年了,一直是采用非手术治疗,可症状仍然间断发作,近3、4年老人只能在家中活动,就没有出过家门。由于担心手术会发生不良并发症,一直未进行手术治疗。此次症状发作也已经1个多月了,患者被家人抬着辗转就诊于市里多家大医院,都因为现在年龄太高而拒绝给予手术治疗。由于患者服用大量止痛药,已经出现食欲减退、返酸、嗳气等症状。骨科医务人员进行了讨论,充分评估患者的病情及身体状态,最终决定给予实施腰椎后路全椎板切除椎管减压术。手术进行得很顺利,术后患者症状明显缓解,术后第5天即可下床活动。

目前,我国已经进入老龄化社会,很多老年人伴有严重的骨质疏松。严重的腰背痛很多是由于椎体压缩骨折引起的,如果经过检查确认的话就可以采取微创手术来解决。脊柱骨折的椎体成形术属于微创手术,痛苦少,恢复快;操作简便,疗效确切,手术风险相对较小;有效缓解腰痛,早期下地活动,真正可以达到立竿见影的神奇效果。很多病人入院时坐担架或者轮椅,出院时就已经是行走自如了。

不管是老年性腰椎骨关节病还是骨折,根据情况大多可以选择微创的办法给予解决。随着技术实力的增强,石景山医院脊柱外科可根据患者的病情为其提供阶梯式的诊疗服务。这些手术类型已有大量成功经验,根据病情不同可以合理采用,不受任何技术、条件和狭隘观念限制,充分发挥不同治疗方式的优势。很多高龄患者手术后均疗效显著,生活质量明显提高。同时,石景山医院骨科还拥有优质的护理团队,骨科全体医务人员本着“一切为了病人,为了病人一切,为了一切病人”的宗旨,将为解除老年患者病痛,提高其生活质量,竭尽所能为广大患者服务。

“医学重点学科”之窗

健康知识

三类中成药不能随意吃

感冒类中成药

中医一般把感冒分为风热、风寒两种,而常用的感冒药也分为寒性、热性。用反了,不但对治疗没帮助,还会加重病情。比如感冒清热冲剂是治疗风寒感冒的,具有解表清热的功能,但如果因风热感冒而服用,就会加重病情。很多人一感冒后就找出维C银翘片、感冒清热冲剂、板蓝根等一大堆感冒药混着吃,认为吃越多见效越快,但实际上这些感冒中成药通常都有至少两种以上的成分交叉重复,增大了药物过量的风险。例如,板蓝根药性苦寒,虚寒体质的患者多喝容易伤到脾胃,引起胃痛、食欲不振等症状。

祛火类中成药

“上火”后不少人都喜欢吃中成药调理,只要一牙疼、出现上火的症状就买来牛黄解毒片吃,一些女性更是利用它的泄泻作用来通便减肥。但需要注意的是,牛黄解毒片、牛黄上清丸等清热解毒产品,都属苦寒药,中医辨证适用于实火上攻的症状,如果患者是由虚火或者心火引起的上火,那么服用这些药物就会导致身体更加亏虚,症状更明显。还有的患者为了能够迅速泻火解毒,会自行加大药量服用,但牛黄解毒片中含有雄黄,大量服用可影响到神经系统、消化系统和泌尿系统等,会出现胸闷、心悸等不良反应。此外,服用此类药后往往会“泻”,耗损胃气,导致脾胃虚弱。

补益类中成药

在补之前要先清楚自己是否真的需要补,体质较强者就不宜补。只有清楚自己的体质后,才能有针对性地选择补益药。比如,阿胶已成为不少女性进补的良方,虽有补血的功效,但也并非适用于所有人。阿胶性滋腻,脾胃虚弱的女性服用后,会出现食欲不振、胃部饱胀等症状。只要肾亏就吃“六味地黄丸”的现象更是比比皆是,不少人将它视为“补肾秘方”长期食用,但却感觉越补越虚,不仅原有的症状加重了,甚至还补出了胃肠不适的毛病。到医院“投诉”六味地黄丸的患者,多数是自己作为补品滥用造成的。六味地黄丸不能“瞎吃”,更不可像维生素一样每日服用。 **海蒂**