

我区迎接北京市妇幼保健工作绩效考核

# 为全区妇女儿童健康提供有力保障

本报讯(通讯员祁强)为进一步加强对妇幼保健工作的领导,明确各部门职责,促进妇幼公共卫生服务各项任务的落实,最大程度降低孕产妇死亡率和婴儿死亡率,市卫生计生委开展了2013~2014年区县妇幼保健工作绩效考核与妇幼重大公共卫生项目督导工作。近日,检查组到我区进行了现场考核评估。

区卫生局相关负责人从区域基本情况、妇幼卫生服务体系建设、推进国家重大公共卫生项目、提升

辖区妇幼保健工作水平以及下一步工作重点等多个方面向考核组专家汇报了全区妇幼保健工作以及重大公共卫生项目开展情况,财政、计生、妇联等部门也分别进行了汇报。汇报后,专家组采用实地考察、查阅档案资料等形式重点检查了区政府为妇幼保健工作提供政策经费保障情况、区内各相关部门协作、全区妇幼卫生体系建设、妇幼卫生保健工作的开展等内容,并到北京朝阳医院西区、古城社区卫生服务中心和一所幼儿园分别

进行了现场检查。

随后,专家组实地察看了区妇幼保健院扩建工程,对医院儿童早期综合发展中心、妇女保健中心等特色门诊开展情况现场指导。专家组对我区妇幼保健工作和重大公共卫生项目落实给予充分肯定,并对考核中发现的问题提出了相关建议。

近年来,我区高度重视妇幼保健工作,将孕产妇和婴儿死亡率等妇幼保健指标纳入全区妇女、儿童发展规划及区卫生事业发展规划,

并作为政府部门的绩效考核重要指标。通过完善妇幼保健服务体系、建立部门协作机制、出台系列经费保障政策、健全医院公共卫生绩效考核机制等措施,为全区妇女儿童健康提供了有力保障。



市区卫生部门联合

## 开展医疗机构血液透析专项检查

本报讯(通讯员靳信)12月5日,区卫生监督所与市血液透析质量控制管理中心的专家,联合对辖区内获准开展血液透析项目的5家医疗机构开展专项执法检查。

针对检查中发现的问题,卫生监督执法人员当场下达卫生监督意见书,责令立即整改存在的问题。

下一步,区卫生局卫生监督所将按照专项检查要求加强日常监管,督促完善各项制度,规范管理要求,跟踪检查中的问题,定期进行复查。

## 石景山医院牵手社区 防治常见慢性病

本报讯(通讯员海蒂)日前,石景山医院社区科联合心内科、风湿免疫科及院下属的4个社区卫生服务站共同举办了“防治高血压——从身边做起”健康教育讲座及义诊、咨询活动。

活动在八宝山街道四季园居委会举行。心内科主任闫德春为居民讲授高血压的预防及经络保健操,生动形象、通俗易懂的现场演示方便居民们接受,大家纷纷向闫德春提问求教。随后,风湿免疫科、心内科和各社区站的医务人员又为居民免费测量骨密度、血脂、血压、血糖等,并进行档案登记、发放宣传资料。

居民们高兴地说:“石景山医院把健康知识送到了咱老百姓的家里了,石景山医院是咱老百姓的贴心医院。”

近期,远洋山水社区卫生服务站举办了以“心理健康,社会和谐”为主题的健康讲座活动,邀请齐源主任医师,进行络病理理论指导血管病变防治健康讲座。

齐源讲到,一些老年人退休后容易出现过度焦虑、情绪抑郁,抑郁和焦虑人群高血压的发生率较正常人群增加2倍,卒中、心绞痛和心肌梗死的危险增加6倍,死亡率增加2倍以上。他还向居民介绍了中华通络操,借鉴吸收传统养生功法,进行身心保健。

讲座结束后,大家说,现在了解了善良是心理养生的营养素,宽容是心理养生的调节阀,乐观是心理养生的不老丹,淡泊是心理养生的免疫剂,感到收获很多,这次讲座就像是心理的一剂良药。

老年性关节炎现在非常常见,多发生于50岁以上的中老年人,病因是关节提前老化特别是关节软骨的老化,常发病于某一关节,尤其是负重、易于劳损的大关节。膝关节的主要临床表现有膝关节酸痛、上下楼时关节疼痛、久坐蹲下站起腰腿僵硬、双腿不听使唤、膝关节屈伸活动时能听到“咔嚓咔嚓”的响声、在剧烈的温湿度变化下酸痛症状明显加剧。

我国40岁以上人群原发性骨性关节炎患病率为46.3%,关节退变在所难免,但日常生活中的不当行为会明显加重关节退变。

长期的慢性劳损:负荷过重导致关节面上承受过大的负荷,很容易导致关节软骨损伤。

### 健康知识

关节镜于1918年首次应用于观察关节。现在的关节镜制作日臻完善,关节镜是一种非常纤细的内窥镜,直径仅为1.9~4.0毫米。其他辅助设备包括光源、光纤纤维、摄录及监视系统、专用手术器械等。经皮肤的小切口可以将关节镜伸入到关节中,所探测到的图像经过放大后显示到监视器上。这样,在不需要切关节的情况下,医生能够更加清楚地观察到患者关节内的病变情况。随着科学技术的进步,关节镜设备发展迅速。等离子射频操作系统的出现,使得关节镜检查及手术的创伤更小,所能治疗疾病更加多样。

关节镜的应用,大大提高了关节内伤病诊断的准确率,达到98%

## 老年性关节炎患者须正确治疗

急性关节损伤:急性创伤导致关节骨折、脱位,如胫骨平台骨折后,骨折难以完全复位导致关节面不平整,可引起软骨增生修复失常,引起关节退行性改变。

体重过重:肥胖可引起并加重骨性关节炎,这一方面女性的发生率要比男性高得多。研究表明,10年内减重5公斤可降低老年性关节炎发病率50%。

不正当的体育锻炼:不合适的体育锻炼会加剧关节的损坏,如长期的爬山、爬楼梯。

其他骨性关节炎的不正当治疗:包括类风湿性关节炎、牛皮癣性关节炎、痛性关节炎。

当然,得了老年性关节炎也不必过分忧虑,可以通过调整生活方

式和正确的运动、锻炼,来预防和延缓骨性关节炎进程的。骨性关节炎病人在日常的康复中应做到如下几点:应尽量减少关节的负重和大幅度活动;下肢关节有病变时,可用拐杖或手杖;肥胖的人应减轻体重以减轻关节负担;关节炎发作期间应遵医嘱服用消炎镇痛等药物;病变的关节可用护套保护;注意天气变化,避免潮湿受冷。

骨性关节炎病人还需要做一些适当的体育锻炼来进行辅助治疗。日常生活中可保持或增加关节最大活动限度的活动,由病人主动进行,循序渐进每日练习3次以上;增强关节周围肌肉的力量和耐力,以增加关节的稳定性;增加户外活动,提高日常活动能力和耐力,如散步、游泳

等。

如果通过上述方式,关节的症状还是没有缓解甚至加重,老年朋友们应该到正规医院诊治,目前老年性关节炎的治疗手段丰富、有效,包括早期的药物、理疗及中晚期的微创手术及关节置换手术治疗,切莫为了省钱,接受江湖医生的稀奇古怪的“治疗”,延误了最佳治疗时机,使发病后膝关节功能受到限制,甚至成为残疾者。

石景山医院关节科开展关节镜手术11年,拥有目前最先进的关节镜系统,能为广大关节疾病的患者提供所需的医疗服务。

唐欣  
石景山医院关节科门诊时间  
普通门诊 周一至周五 全天  
专家门诊 周一、周三上午半天

## 你知道关节镜吗?

以上。随着科学技术的进步和人们对生活质量的要求不断提高,骨科手术的微创化已成为当今医学发展的一个重要方向,也是今后骨科技术发展的一个趋势。

关节镜手术的优点:

诊断准确:关节镜可看到关节内几乎所有的部位,比切开关节看得更全面;图像放大,比切开关节看的更准确。

手术创伤小、出血少、疼痛轻、并发症少:伤口仅0.5厘米,术后恢复快,是真正意义上的微创。

住院时间短:5~6天可出院。解决了许多中青年患者工作繁忙,没有时间治疗的困难。

关节镜系统适用范围很广,既可以用来诊断,也可以用来治疗;它

既可以治疗关节炎等慢性病,也可以治疗骨折等急性创伤;它还可以用于关节外的手术。

膝关节:骨性关节炎、类风湿性关节炎、滑膜炎、半月板损伤、交叉韧带损伤、关节软骨损伤、创伤性骨关节炎、膝关节游离体、髌骨脱位、关节粘连、关节内感染。

腕关节:腕关节撞击、腕关节骨性关节炎、腕关节游离体、肿瘤细胞学检查。

踝关节:踝关节韧带损伤、软骨损伤、创伤性关节炎、滑膜炎、踝关节游离体。

肩关节:肩袖撕裂、肩关节撞击综合征、肩关节周围炎、钙化性冈上肌腱炎。

腕关节:正中神经嵌压综合症、

腕关节软骨损伤、腱鞘囊肿、桡骨远端骨折、尺骨撞击综合征、TFCC损伤等。

肘关节:肘关节游离体、肘关节粘连、桡骨小头骨性关节炎。

其他:肩窝囊肿、臀肌挛缩、关节内骨折内固定物和钢板取出等。目前,关节镜技术正在飞速发展,应用的范围将越来越广,治疗效果将更加显著。

郝烨



**北京天山陵园**  
青山栖忠骨 绿水伴英雄  
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。  
电话: 60810732 / 60813732  
网址: www.tianshanly.com

**生活便利**  
刊登热线: 51667918

**建材家居**  
京西家具建材  
咨询电话: 88796938  
海特饭店往北路东  
爱玛格家居购物广场  
咨询电话: 88785688  
地址: 双峪路麻峪河西  
爱玛格古玩文易广场  
咨询电话: 88787088

**医疗服务**  
朝阳医院京西院区  
急诊51718199  
石景山区京原路5号  
首钢医院 总机 57830000  
石景山区西黄村  
北京长庚医院  
古城南里8号 88296363  
中国中医科学院眼科医院  
电话: 68686800  
北京市石景山区鲁谷路33号

**教育**  
中国人民大学网络教育  
咨询电话: 88696495  
优能中学教育  
咨询电话: 56983207

**印刷品制作**  
咨询电话: 68600298

**家电维修**  
艺鸿家电维修68845217  
专业维修、制冷上门服务

**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 EXPRESSWAY ADVERTISING CO., LTD.  
Tel: 010-51667918 www.51667918.com  
服务至上·服务佳