

综合动态

我区已实现“国家免费孕前优生健康检查项目”全覆盖

筑牢预防出生缺陷“第一道防线”

本报讯(通讯员孙利军)日前,笔者从区卫生计生委了解到,我区已实现“国家免费孕前优生健康检查项目”全覆盖,全区9个街道(鲁谷社区)、148个社区目标人群覆盖率均达80%以上。今年以来,区卫生计生委不断拓展服务形式、增加服务内容,通过宣传倡导、优生检查、咨询服务三项措施筑牢新生儿出生缺陷的第一道防线,加强出生缺陷预防工作,降低出生缺陷风险发生,不断提高出生人口素质。

在工作中,区卫生计生委加强宣传倡导,举办主题为“幸福家庭从主动婚检开始”的系列宣传活动。在全区9个街道开展社区宣传,同时深入企业、机关、部队针对目标人群进行宣传,对参加活动的群众发放免费婚前检查、免费孕前优生健康检查宣传折页、卫生急救包等宣传品,现场为群众答疑解惑。在全区各单位、社区广泛开展免费婚检和免费孕前优生健康检查教育讲座,通过聘请专家讲解婚前检查13项和免费孕前优生健康检查19项的具体服务项目及意义,提高育龄群

众的风险防范意识,倡导育龄人群主动接受免费婚前检查和免费孕前优生健康检查。

为了加强优生检查,区卫生计生委联合区妇幼保健院为适龄人员开展免费婚检和免费孕前优生健康检查。截至目前,共计为580对计划怀孕夫妇提供免费孕前优生健康检查,其中被评估为具有风险因素的人数为106人。区妇幼保健院根据检查情况为计划怀孕夫妇进行指导治疗、跟踪随访,降低出生缺陷风险发生。

同时,我区还在区民政局婚姻登记处设立咨询服务台,提供免费婚前健康检查、免费孕前优生健康检查、生殖健康、优生优育相关知识和免费避孕药具等咨询服务。截至目前共为新婚夫妇发放新婚大礼包1896个。据了解,全区各街道(鲁谷社区)共设16个叶酸发放点,本区户籍的待孕妇女和怀孕3个月内妇女可以携带生育服务证、女方身份证、女方户口本到叶酸发放点免费领取,服用叶酸可以预防神经管畸形,降低出生缺陷。

石景山区发放叶酸的围产保健服务机构名单

机构名称	所对应街道	联系电话
古城卫生服务中心	古城街道	57474637
北辛安社区卫生服务站	古城街道	68871640
八角社区卫生服务中心	八角街道	88929785
老山社区卫生服务中心	老山街道	15311084374
清华大学玉泉医院	老山街道	88255976
金顶街卫生服务中心	金顶街街道	88758363
苹果园卫生服务中心	苹果园街道	88995638
首都医科大学北京康复医院	苹果园街道	56981305
北京军区司令部门诊部 北京军区总医院京西医院	北京军区司令部	66398299
五里坨社区卫生服务中心	五里坨	51510589 转 8020
广宁社区卫生服务中心	广宁街道	88993815
鲁谷社区卫生服务中心	鲁谷社区	51718735
石景山区妇幼保健院	鲁谷社区	68623840
石景山医院	鲁谷社区	88689276
八宝山社区卫生服务中心	鲁谷社区、八宝山街道	68655151 转 8223
同心医院	鲁谷社区、八宝山街道	51792594

区卫生监督所

开展案例讨论活动
提升办案能力

本报讯(通讯员于洋)针对近期医政执法办案工作中遇到的各种问题,日前,区卫生监督所组织了一次执法案例讨论活动,通过共同分析探讨案例、答疑解惑,进一步提高监督员的执法办案能力。

活动中,卫生监督员先后介绍四个案例的案情摘要,将案例涉及法律、法规的疑难问题一一列出,并提出自己的执法建议。在场人员围绕案例进行热烈讨论,对每个案例逐一发表自己的看法和意见。通过讨论,最终对每个案例达成一致意见,明确下一步工作的重点方向。

此次活动重点解决了卫生监督员在办案过程中遇到的困难疑惑,为监督员进一步提升办案能力提供了良好的经验交流平台。

热点关注

我国推进分级诊疗
方便群众就医

据中国政府网报道 国务院总理李克强9月1日主持召开国务院常务会议,部署推进分级诊疗制度建设,合理配置医疗资源方便群众就医。

分级诊疗制度就是要按照疾病的轻重缓急及治疗的难易程度进行分级,不同级别的医疗机构承担不同疾病的治疗,实现基层首诊和双向转诊。简单地说,分级诊疗就是要形成“小病在社区,大病进医院,康复回社区”的理想就医格局。因此,分级诊疗被视为新医改攻坚阶段的重头戏和有效降低医疗费用、缓解“看病难、看病贵”问题的重要举措。会议指出,建立分级诊疗制度,是深化医改的重要举措,有利于促进优质医疗资源下沉,推进基本医疗卫生服务均等化,提高人民健康水平。会议确定,坚持群众自愿、政府引导,以提高基层医疗服务能力为重点,以慢性病、常见病、多发病为突破口,逐步建立基层首诊、双向转诊、急慢分治、上下联动的分级诊疗制度。一是加强基层医疗卫生机构和县级公立医院服务能力建设,强化基层全科医生等人才培养,推动基本实现看大病不出县。合理拉开不同级别医疗机构起付线和支付比例差距,鼓励常见病、多发病患者首先到基层医疗卫生机构就诊。二是整合共享检查检验、消毒供应等医疗资源,推进检查检验结果互认。促进不同级别和类别医疗机构之间有序转诊,上级医院对转诊患者提供优先接诊、检查、住院等服务,畅通慢性病、恢复期患者向下转诊渠道。三是鼓励老人、儿童、孕产妇、慢性病患者等,在自愿基础上与基层全科医生、乡村医生等签约,接受基本医疗、公共卫生和健康管理等服务,鼓励二级以上医院医师参与签约,使居民获得更便捷的优质医疗服务。今年所有公立医院改革试点城市和综合医改试点省份都要开展分级诊疗试点。

(转自9月2日 健康报)

政策宣传

想优生优育 准妈妈们一定要记下这几条!

——石景山区免费孕前优生健康检查服务指南

孕前优生健康检查是预防出生缺陷的关键环节,是出生缺陷一级预防的重要手段。出生缺陷也称先天异常或先天缺陷,是指婴儿出生前在母体的子宫内发生的发育异常,而非分娩损伤所致的个体形态、结构等方面的异常,它包括先天性畸形、遗传代谢性缺陷、先天性残疾(盲、聋、哑)免疫性疾病、智力低下等。按照国家卫生计生委、北京市卫生计生委相关要求,石景山区在区妇幼保健院开展免费孕前优生健康检查服务,欢迎有生育意愿的夫妇参加。

服务对象

符合生育政策并准备怀孕的石景山区户籍人口和流动人口(至少一方具备本地户籍或夫妇双方非

本地户籍并在本地居住半年以上)

服务原则

- 1.为服务对象每次提供一次免费孕前优生健康检查。
- 2.如果服务对象在接受检查后未按计划生育怀孕或怀孕后出现流产、死胎、死产再次准备怀孕时,应根据需要在医生的指导下自费接受孕前优生健康检查。
- 3.免费孕前优生健康检查应遵循科学规范和知情自愿的原则。

服务流程

- 1.2015年10月1日之后进行婚姻登记注册的夫妇,婚检时,妇幼保健院负责向自愿参加免费孕前优生健康检查的夫妇发放《石景山区免费孕前优生健康检查服务卡》;未参加婚检并准备怀孕的夫

妇,可凭双方户口本、身份证、结婚证到户籍所在地街道计生办进行资格审查,符合条件的育龄夫妇,由街道计生办发给《石景山区免费孕前优生健康检查服务卡》。

- 2.2015年10月1日之前进行婚姻登记注册的夫妇,仍在街道计生办领取《石景山区免费孕前优生健康检查服务卡》。
- 3.育龄夫妇双方凭身份证和《石景山区免费孕前优生健康检查服务卡》到区妇幼保健院接受免费孕前优生健康检查。

- 4.区妇幼保健院依据育龄夫妇双方身份证和《石景山区免费孕前优生健康检查服务卡》核实服务对象身份,按照项目规定为服务对象提供免费孕前优生健康检查服务。

检查须知

时间:周一至周六上午8:00~11:00(国家法定节假日除外)地点:石景山区妇幼保健院(石景山区依翠园5号)电话:68627201

检查注意事项

- 1.体检前三天宜清淡饮食,避免过度饮酒及劳累。
- 2.女性避开月经期,体检前三天禁阴道用药、禁性生活。
- 3.体检当日早晨需空腹。女性盆腔B超检查,需要憋尿。检查前一小时饮清水500~800毫升(不能含糖)。
- 4.夫妻双方如患有正在治疗或已经治愈的疾病,请携带近期就诊病历、药品说明书、体检报告,以供参考。

小心9种可能带“毒”食物

一、鲜黄花菜 鲜黄花菜含有秋水仙碱,进入人体后被氧化成毒性很大的二秋水仙碱,会强烈刺激胃肠和呼吸系统,引发食物中毒。

祛毒方法:烹调前,先将鲜黄花菜用开水焯一下,再用清水浸泡2小时以上,捞出后挤掉汁液,彻底炒熟。需要说明的是,干黄花菜在加工过程中有毒物质已遭到破坏,不会引起中毒。

二、鱼胆 青鱼、草鱼、鲤鱼等胆内含鱼胆汁,会对人体细胞造成损害,导致恶心、剧烈呕吐、腹痛等症状。

祛毒方法:清除鱼胆,位置处于鱼腹部,一般呈淡淡的青黄色或青黑色,在烹调前一定要清除干净。

三、发绿的土豆 土豆发芽后,龙葵素的含量剧增。人吃了这种土豆,轻者恶心、腹痛,重者可出现呼吸困难。

祛毒方法:如果土豆发芽不多,可将芽眼彻底挖除干净,并剔除发

绿部分,然后放在冷水里浸泡约1小时再炒(龙葵素会溶解在水中),出锅前加点醋也可去掉部分毒素。

四、四季豆 生四季豆中含有毒蛋白和皂素,如果没有煮熟煮透,人吃后1~5小时就会中毒,轻者头痛头昏,重者恶心、呕吐、腹痛。

祛毒方法:四季豆烹调时的毒素含量较高,应去掉。烹调时一定要焖煮10分钟以上方可去除毒素。当四季豆颜色由鲜绿色变为暗绿或墨绿色,吃起来没有豆腥味,就可以放心食用。

五、果仁 白果、苦杏仁、樱桃仁、苹果仁等含有毒素。白果含有白果酸、白果酚及银杏毒等有毒成分,会损伤末梢神经。其他果仁因含有苦杏仁甙和苦杏仁甙酶,水解后易产生氢氰酸,引发中毒。

祛毒方法:不生吃白果,而选择加热后食用(加热后可减弱白果毒性);不要多吃,一次可吃10粒左右。其余果仁不要直接吃。

六、红心甘蔗 红心甘蔗系霉菌在其中大量繁殖。轻度中毒后会出现恶心、呕吐、腹泻等症状,重者可发生阵发性抽搐,甚至死于呼吸衰竭。

祛毒方法:避免毒甘蔗重在源头。在挑选甘蔗时,选择外表色泽比较鲜亮的新鲜甘蔗,而且去皮后,甘蔗果肉应是白中带黄。

七、黄豆 生黄豆中含有胰蛋白酶抑制物,这种物质会刺激肠胃,妨碍蛋白质吸收。另外,生黄豆中的凝集素是一种糖蛋白,摄入过多可能使人恶心、呕吐。

祛毒方法:将黄豆煮熟,就可以充分破坏有毒物质,我们就可以放心食用了。值得注意的是,从外面买来的生豆浆,应该彻底煮开再饮用;建议看到豆浆沸腾后,再煮8分钟饮用。

八、烂水果 水果经过长时间贮存后,通常会遭到微生物的入侵,其中出现频率最高的是青霉;经过

新陈代谢后它会产生展青霉素。这种物质会造成人体的胃肠道功能紊乱、肾脏水肿等病症。

祛毒方法:“烂水果”应立即全部丢掉,没腐烂的部分也不要再食用。

九、有哈喇味的坚果 坚果中含有大量不饱和脂肪酸,储存不当或长时间存放会产生酸败现象,出现我们常说的“哈喇味”。大量不饱和脂肪酸腐败后产生的物质,如小分子的醛类、酮类等还威胁身体健康。如果大量食用,轻则会引起腹泻,重则可能引发肝脏疾病。

祛毒方法:有的坚果商贩不舍得把变质的坚果扔掉,就通过在加工时加入大量盐、花椒、大料、糖精、香精等进行调味,期望掩盖“哈喇味”。因此,变质坚果时常会隐藏在咸味、五香味、奶油味的坚果中。相比之下,原味的、清炒的坚果品质相对会好一些。

转自:人民日报 来源:生命时报

