

综合动态

我区建设中医健康社区试点再出新动作,社区卫生中医推进月——

让居民与中医来次“亲密接触”

本报讯(通讯员汪磊)“开展中医义诊、传授中医养生功法……”10月9日,随着石景山区社区卫生中医推进月正式启动,一项项实实在在的特色中医活动在社区展开,让居民更加了解中医,享受中医带来的健康,和中医来次“亲密接触”。

推进中医健康社区试点建设工作是石景山区打造高端民生保障体系、全面提升社区中医药服务能力的重要内容,作为试点建设工作的一出“重头戏”,区卫生计生委于近日启动了社区卫生中医工作推进月,此次活动将持续至11月中旬。

区卫生计生委相关人员介绍了推进月活动的具体内容,他表示,活动期间重点开展中医健康社区试点“五个一”工程。一是开展居民

健康大课堂及中医义诊咨询活动。活动期间在试点社区内开展1场有中医特色的健康教育大课堂,同时开展中医义诊咨询活动,为居民发放中医健康教育处方。二是加强中医家庭保健员培养与使用。在9个试点社区居民中各选取10名中医家庭保健员进行培养。各试点社区根据本辖区实际情况,制定有针对性的培养计划与培训内容,以《家庭保健员中医健康教育手册》、《中医健康素养释义》为基础,开展中医养生保健方法、中医保健技能及常见慢性病的中医保健与中医健康管理等内容,对每家保员进行现场培训,已培养的中医家庭保健员也将参与机构开展试点社区健康教育讲座、主题宣传等活动。三是开展基

本公共卫生中医药健康管理。建立试点社区65岁及以上老年人、0~36个月儿童健康管理底册,为试点社区65岁及以上老年人提供1次中医体质辨识和中医药保健指导、向0~36个月儿童家长提供儿童中医饮食调养、起居活动指导。四是开展中医药慢病服务。建立试点社区高血压、糖尿病等慢病患者健康管理底册,按照社区慢病中医健康管理方案要求,为试点社区高血压、糖尿病等慢病就诊患者进行1次中医健康管理。五是组建中医养生功法队伍。在试点社区内组建1支中医养生功法队伍,向居民传授太极拳、八段锦、十二导引术等中医养生功法。按照“五个一”工程的要求,社区卫生服务机构等积极主动地开展

居民健康管理工作,关注居民健康行为养成,为居民提供防、治、保、康、健教等全方位服务,为社区居民健康提供保障。

据了解,中医健康社区试点工作已纳入我区打造高端民生保障体系工作中,各级卫生医疗机构高度重视此项工作,积极与街道(鲁谷社区)协调配合,扎实推进,并加强宣传,提高居民对此项工作的知晓率。同时,区社区卫生服务中心也将试点工作纳入社区卫生绩效考核,进一步加大对试点工作的监督管理力度,充分发挥中医药的优势和作用,吸引居民积极参与,用中医药知识指导社区居民养成健康的生活方式,不断提高社区居民健康素质水平。

我区积极开展“世界精神卫生日”宣传活动

让健康的“心” 呵护和谐生活

本报讯(通讯员祁强 刘蕾)10月10日是第24个世界精神卫生日,今年活动主题是“心理健康社会和谐”。为促进公众对居民精神健康的关注,呼吁倡导人人都要讲究心理卫生,积极采取健康的生活方式,提高健康水平,区卫生计生委联合全区残联,在全区范围组织开展了系列宣传活动。

10月9日,区卫生计生委组织区疾控中心、北京大学首钢医院、石景山医院等辖区7家医疗单位20余名精神卫生科医护人员在海特花园广场进行宣传义诊,通过设置宣传咨询点、摆放健康科普知识展板、悬挂主题横幅、发放宣传资料、现场义诊等多种形式,向周边群众讲授精神疾病防治有关知识、义务进行心理健康咨询,还为精神疾病患者及家属讲授治疗和康复方法及预防知识,受到人们的热情关注。

此次宣传活动,增强了群众对精神卫生防治知识的了解,极大地消除了人们对精神疾病的偏见,营造了理解、接纳、关爱精神障碍患者的社会氛围,对精神卫生防治工作深入开展起到积极的推动作用。

提高防护意识 提升防护能力

我区开展“世界狂犬病日”宣传和狂犬病防治知识培训

本报讯(通讯员邱峥艳 周莹)日前,在第9个“世界狂犬病日”期间,区动物卫生监督所在沃尔玛山姆会员店门前广场开展“一起终结狂犬病”主题宣传活动,进一步加强我区动物疫病防控工作,保障公共卫生安全。

活动中,执法人员向来往群众详细讲解了相关法规政策、强制免疫管理制度等内容,针对大家关心的宠物安全、狂犬病免疫证明及免疫标识的发放及领取、动物疫病防控等方面的问题进行了现场解

答。远洋山水动物医院作为我区定点免疫机构,在狂犬病免疫宣传活动的同时,现场举办宠物义诊活动,免费为宠物做健康检查。此次活动,共发放《狂犬病防治及强制免疫宣传手册》、犬只狂犬病强制免疫告知书等各类宣传材料500余份。

据悉,9月份区动物卫生监督所已联合各街道办事处(鲁谷社区)组织开展了动物狂犬病集中免疫宣传活动,共派发宣传材料2万余份。通过开展形式多样的宣传活

动,向群众宣传普及狂犬病防治知识,进一步推进犬只狂犬病强制免疫及监督管理工作,促进社会监督和共同治理,积极营造群防群控的良好社会氛围,保障公共安全。

据有关媒体报道,截至8月,今年全市报告本地狂犬病死亡病例8例,病例数较去年同期的3例上升近1.7倍。

为了提高我区防治狂犬病能力及规范狂犬病预防处置工作,10月8日,区医院管理中心邀请北京大学首钢医院感染科主任对我区医

护人员进行狂犬病防治知识培训。

本次培训主要包括狂犬病概况及我国流行趋势,疾病的传染源、传播途径和易感人群,人在狂犬病暴露后的风险评估及处置,伤口处置的具体方法及意义,如何使用被动免疫制剂与优质疫苗,狂犬病暴露前及特殊情况下的免疫预防措施等内容。培训的开展进一步巩固了医护人员的基础知识,提高了医护人员对狂犬病的防治技能,有效地推进我区狂犬病防治工作的开展。

简讯

● 国庆期间,区卫生监督所对我区一非法行医人员和行医场所进行询问调查和现场检查。在确认该行医人未取得《医疗机构执业许可证》和《医师执业证书》后,监督执法人员现场对其违法行为予以取缔,没收违法药品及医疗器械1袋,约5公斤。 谢卫芳

健康科普

被猫犬咬伤如何正确处置?

一、什么是狂犬病?
狂犬病是由狂犬病毒侵犯神经系统引起的人畜共患急性传染病。人狂犬病主要是被感染狂犬病毒的犬、猫、野生动物咬伤而感染发病,潜伏期一般为1~3个月。临床表现为伤口异常感、特有的狂躁、恐惧不安、流涎、咽肌痉挛、恐水、怕声、怕光、怕风,病程短,病死率极高。

二、传染源有哪些?
狂犬病的主要传染源是患病或隐性感染的犬、猫、家畜(猪、牛、马等)和野兽等温血动物。

三、传播途径是什么?
狂犬病主要存在于动物的唾液中,通过咬伤、抓伤、舔及粘膜或已破损的皮肤进入人体而感染。

四、什么是狂犬病暴露?
狂犬病暴露是指被犬、疑似狂犬或者不能确定健康的狂犬病宿主动物咬伤、抓伤、舔舐粘膜或者破损皮肤处,或者开放性伤口、粘膜接触可能感染狂犬病病毒的动物唾液或者组织。

五、暴露后怎么处置?
按照接触方式和暴露程度将狂犬病暴露分为三级。接触或者喂养动物,或者完好的皮肤被舔为I级。裸露的皮肤被轻咬,或者无出血的轻微抓伤、擦伤为II级。单处或者多处贯穿性皮肤咬伤或者抓伤,或者破损皮肤被舔,或者开放性伤口、粘膜被污染为III级。

判定为I级暴露者,无需进行处置。判定为II级暴露者,应当立即处理伤口并接种狂犬病疫苗。

判定为III级暴露者,应当立即处理伤口并注射狂犬病被动免疫制剂,随后接种狂犬病疫苗。II级暴露者中免疫功能低下的,或者II级暴露位于头面部且致伤动物不能确定健康时,按照III级暴露处置。

六、伤口如何处理?
所有被可疑动物致伤的患者必须在致伤后立即进行伤口处理。用20%的肥皂水(或者其他弱碱性清洁剂)和一定压力的流动清水交替彻底清洗、冲洗所有咬伤和抓伤处至少15分钟。然后用大量清水冲洗伤口。彻底冲洗后用75%的酒精及2%~3%的碘伏消毒伤口。建议在冲洗后立即前往指定的狂犬病免疫预防门诊进行处置。

七、狂犬疫苗如何接种?
首次暴露后的狂犬病疫苗接种应当越早越好。

接种程序:一般咬伤者于0(注射当天)、3、7、14和28天各注射狂犬病疫苗1个剂量,目前也有四针法的程序,即0天注射2针,7天和21天各注射1针。注射部位:上臂三角肌肌肉内注射。2岁以下婴幼儿可在大腿前外侧肌肉内注射。如不能确定致伤动物的健康状况,对已暴露数月而一直未接种狂犬病疫苗者也应当按照接种程序接种疫苗。

八、以前注射过狂犬病疫苗,现在又被咬了怎么办?
一般情况下,全程接种狂犬病疫苗后体内抗体水平可维持至少1年。如再次暴露发生在免疫接种过程中,则继续按照原有程序完成

全程接种,不需加大剂量;全程免疫后半年内再次暴露者一般不需要再次免疫;全程免疫后半年到1年内再次暴露者,应当于0和3天各接种1剂疫苗;在1~3年内再次暴露者,应于0、3、7天各接种1剂疫苗;超过3年者应当全程接种疫苗。完成了全程狂犬病疫苗接种者,不再需要使用被动免疫制剂。

九、接种狂犬疫苗有什么禁忌症吗?
狂犬病病死率达100%,暴露后狂犬病疫苗接种无禁忌症。少数人可能出现局部红肿、硬结等,一般不需做特殊处理。极个别别人的反应可能较重,应当及时就诊。发现接种者对正在使用的狂犬病疫苗有严重不良反应时,可更换另一种狂犬病疫苗继续原有程序。

十、注射狂犬病疫苗期间饮食上需要注意什么?
注射狂犬病疫苗期间,尽量少吸烟、少饮酒、少吃辛辣刺激食物。

十一、正在进行计划免疫接种的儿童如果被咬伤怎么办?
可按照正常免疫程序接种狂犬病疫苗。接种狂犬病疫苗期间也可在保证接种间隔的前提下,按照正常免疫程序接种其他疫苗,如发生冲突,则优先接种狂犬病疫苗。

十二、到哪儿去打疫苗?
全市各个区县均有悬挂标牌的狂犬病免疫预防门诊。石景山区的狂犬病免疫预防门诊设在区疾病预防控制中心。地址:体育场南路6号院,联系电话88605007。

如遇严重咬伤,请前往北京朝阳医院京西院区急诊科进行伤口处置及被动制剂的注射,再到狂犬病免疫预防门诊接种狂犬病疫苗。



医院特色

健康小屋自测量 社区居民享健康

在五里坨社区卫生服务中心的门诊大厅,一个20平米的小屋内整齐陈列着翠绿色的桌椅,摆放着臂式电子血压计、身高体重仪、身体脂肪测量器、腰围尺及健康教育宣传资料。

在“健康自测小屋”中,居民可以通过自主体验,免费进行自身血压、体重、身体脂肪率等健康指标的检测,了解自身的健康状态,减少到医院检查的经济负担。但在初期,居民对此项服务认知度不高,很少主动去健康小屋自测。为提升居民对“健康自测小屋”的了解及认知,社区卫生服务中心将健康自测小屋纳入全科诊疗模式,与慢性病就诊、家庭医生式服务签约等有机结合。现在,自测健康指标已成为居民自觉的常态化行为,有益于对慢性病进行自助式健康管理。

目前,“健康自测小屋”每天接待几十名居民,医护人员为他们建档、查体、分析数据、健康教育,并进行全民健康生活方式的指导,“小屋”真正促进了“大健康”,受到广大居民的热烈欢迎。 罗文玉

