

综合动态

区卫生监督所持续开展控烟工作

# 保障辖区内公共场所良好的无烟秩序

本报讯(通讯员左奇 曹颖)随着天气渐渐变冷,室内公共场所吸烟现象容易出现反弹,为保障辖区内公共场所良好的无烟秩序,区卫生监督所继续加强对辖区内网吧和餐饮业等人员密集公共场所的控烟监督检查力度。此次共检查辖区内网吧、餐馆吸烟现象高发的公共场所12家,主要检查各场所“四有一

无一劝阻”的落实情况。检查共处理控烟投诉举报案件6起,对1家实施控烟责任不到位的单位发放了责令改正通知书,责令其限期改正。同时,冬季以来,卫生监督员不断加强对学校内特别是学校内公共场所控烟的日常监督检查。重点检查学校内理发店、会议中心、招待

所、教学楼、办公室、食堂、楼道、卫生间等公共场所。检查内容是否为建立了禁止吸烟制度,有无设置禁烟标识并注明举报电话号码,是否配备专兼职控烟管理人员对违法吸烟者进行劝阻,是否开展禁止吸烟宣传培训,并有相关记录等。检查结果显示,各学校控烟制度落实情况良好。

本次控烟监督检查进一步巩固了前期的执法成果,有效遏制了室内吸烟的违法行为,有助于形成公共场所不吸烟的良好风气。下一步,区卫生监督所将继续加大控烟工作的监督执法力度,力争把此项工作落到实处,为学生及广大市民提供一个健康的无烟环境,牢固树立无烟北京新形象。

区卫生监督所

## 开展平台执法信息录入工作专项稽查

本报讯(通讯员于洋)为进一步加强北京卫生监督工作平台执法信息录入工作的管理,及时发现问题,解决问题,确保卫生监督相关执法数据的准确填报和及时传输,近期,卫生监督所开展了对北京卫生监督工作平台执法信息录入工作专项稽查工作。

稽查员通过北京卫生监督工作平台和纸质案卷认真细致地一一进行核对,共检查202件行政处罚案件,稽查结果显示,行政处罚案件、自觉履行总件数与纸质案卷情况一致;一般程序行政处罚基本信息,包括创建时间、立案日期、处罚时间、结案时间在时效内,违法行为、处罚结果、执行情况录入完整准确、真实有效。截至2015年底无传输数据错误、未分类数据、处罚不完整数据、突击填报等信息报告问题。

2016年,卫生监督所将继续做好各项稽查工作,推动依法行政的开展,保证全所监督任务的顺利落实,促进监督质量的逐步提高。

建设全国健康促进区

## 我区全国健康促进区试点取得阶段性成果

本报讯(通讯员杨成枝)1月12日,市卫生计生委委员郑晋普带队北京市“全国健康促进区试点工作”项目专家组对我区健康促进区试点工作进行现场督导。

督导组首先听取了我区开展全国健康促进区试点工作汇报和我区贯彻落实《北京市控制吸烟条例》工作汇报,随后分四组对我区的健康促进区试点工作进行现场督导:资料组查看工作资料;现场一组对健康示范单位自来水公司进行现场督导;现场二组对健康社区新华社社区进行现场督导;健康可支持性环境组对体育场南路、八角西街、八角雕塑公园等进行查看。通过督导检

查,市级项目专家组对我区开展全国健康促进区试点工作给予肯定,认为我区领导重视,充分发挥了“政府主导、部门协作、专业指导、社会动员、全民参与”的工作机制,各项工作开展有序,取得了阶段性成果。

下一步,我区将继续深入开展全国健康促进区工作,充分利用“首都文明区”、“全国绿化模范城市”、“节能先进区县”等各种工作平台,进一步加强组织领导、注重整合资源、强化能力建设和宣传教育,不断总结经验、开拓创新、凝心聚力、锐意进取,切实把我区健康促进各项工作落到实处,不断提升全区居民健康素养水平。

图片新闻



日前,区卫生计生委举办了第一届输血知识竞赛活动,主题为“规范执业,提升技能,关爱生命,珍惜血液”。通过加强对我区医疗机构临床用血管理,推动辖区医疗机构科学合理用血,保障临床用血安全。李小洁

政策宣传

### 两孩以内生育登记流程

夫妻一方或双方为本市户籍,可持夫妻双方户口本、身份证、结婚证到本市一方户籍地社区村(居)或乡镇(街道)办理两孩以内生育登记,由家庭自主安排生育。

#### 办理方式及程序

1.当事人可持相关证件到本市一方户籍地乡镇(街道)或社区村(居)如实填写《生育登记信息采集表》后办理生育登记,子女已出生的还需携带《出生医学证明》。

2.进行生育登记的夫妻享受生育保险、围产期保健及免费的孕前优生健康检查、避孕药具、计划生育基本项目的技术服务等。

3.需要领取第一个子女《生育服务证》的,可在生育登记3个工作日后到办理生育登记的社区村(居)或乡镇(街道)领取《生育服务证》;需要领取第二个子女《生育服务证》的,可在生育登记7个工作日后到办理生育登记的社区村(居)或乡镇(街道)领取《生育服务证》。凭《生育服务证》办理生育保险的,当事人领取《生育服务证》后到夫妻双方单位(无单位的到户籍地社区、村居委会)盖章。

4.办理生育登记的夫妻必须如实出具个人资料,填写《生育登记信息采集表》,对提供虚假信息的不予办理《生育服务证》;已获得《生育服务证》的,一经查实予以注销;已经生育的依法依规进行严肃处理,并将失信记录纳入社会征信系统。

行业风采

### 数九严寒里的温暖鼓励

了家庭医生式服务,签约医生正是汪奇峰医生,老人从此定期来中心进行复查,每次就沟通中,汪奇峰医生总是耐心地向她和家属介绍病情变化,并详细给出下一步的治疗建议,消除老人的顾虑。老人的家人表示,汪奇峰医生待患者就像对待自己的亲人一样亲切、和善,每一次的复查过程都很轻松愉悦。在这一年里,老人在汪大夫的悉心治疗下,病情的各项指标都控制得很好。

好。新年伊始,老人强烈要求家人写封感谢信,专程来感谢汪大夫。

热情洋溢的感谢信,是对老山社区卫生服务中心医务人员扎实专业技能、热情服务态度的充分肯定。现在,很多像汪奇峰医生一样的社区医务人员正是用饱满的工作热情,像照顾家人一样全心全意地为每一位社区居民服务。这份数九严寒里送来的温暖鼓励,激励着社区医务人员。

于永

热点关注

### 北京:出生堆积三五年内完成释放

本在3年~5年内释放完成。

2014年2月21日,北京市开始实施单独两孩政策,截至去年12月31日,该市单独两孩申请数达61810例,其中约2万例已生育。据测算,北京市符合全面两孩政策可

生育第二个子女的常住育龄妇女数量约有236万人。2017年,北京市常住人口总和生育率将从1.1上升至1.6,出生堆积基本在3年~5年内释放完成,2021年后人口出生回归常态。

来源:《健康报》

健康科普

### 冠心病患者冬季养生小常识

数九寒天,最容易导致心脏疾病的发作,冠心病是常见的发病之一。冠心病患者对寒冷的刺激很敏感,因为寒冷可使体表小血管收缩、痉挛,血流速度减慢,血液粘滞度增高,从而间接地引起冠心病发作。同时,寒冷的刺激还可以直接引起冠状动脉痉挛,导致心肌缺血、缺氧,诱发心绞痛或急性心肌梗塞等。因此,冠心病病人在冬季应注意以下几个问题。

1.防寒保暖。根据气温变化,随时调整着装,保暖御寒。尤其是寒流和冷空气侵袭、气温骤降时,要多穿衣服,以防止身体着凉受冻。选择着装时,必须遵循轻便的原则。因为过重的衣服和鞋子会增加患者的心脏负担,加重病情。

2.适量运动,增强体质。(内经》提到的修身养性法有《素问·四气调神大论》中“冬养藏”的养生之道。当天气晴朗、气温不太低时,可有意识地增加室外活动和室外逗留时间,适当参加一些力所能及的体育活动,如散步、慢跑、打太极拳和做健身操等。对于冠心病患者,适宜的运动锻炼,有助于促进侧支循环的形成,提高体力活动的耐受量而改善症状。

3.提倡用冷水洗脸,温水擦澡,能提高皮肤的抗寒能力。(老人尝试此方法时应以自己适应为宜)。同时应该注意室内空气的流通,如果房内长时间不通风,会导致房间里缺氧,极易诱发冠心病。

4.合理的膳食对于冠心病的预

防起着非常重要的作用。饮食保持清淡,少食辛辣等刺激性食物,如饮食不节,过食肥甘生冷,或嗜酒成癖,以致脾胃损伤,运化失健,聚湿成痰,痰阻脉络,则气滞血瘀,胸阳失展,而成胸痹(冠心病)。中医认为,冬令进补以立冬后至立春前这段时间最为适宜。但对于冠心病患者来说,千万不能盲目进补,进补不可过量,要因人而异。俗话说:“药补不如食补”,食补在冬季调养中尤为重要。如气虚阳虚者,可选择一些有甘温补益之功的羊肉、鸡肉、兔肉、桂圆以及大豆制品;阴虚内热者,可适当选择一些有补虚、除热和脏腑、利水道之功的鸭肉、鹅肉以及百合、山药、糯米及绿豆等。同时,也要注意多吃些水果、新鲜蔬

菜,以补充相应的维生素。

5.起居有常,注意劳逸结合,避免过于劳累,保证足够睡眠。冠心病患者应养成良好的排便习惯,应保持大便通畅,以免排便时用力过度,导致腹压升高,心跳加快,心肌耗氧量增加,而诱发心绞痛,甚至引起心肌梗死或猝死。平时应有意识地多吃一些含纤维(尤其是粗纤维)较多的食物,如绿叶蔬菜、水果、五谷杂粮等。

6.控制情绪。情绪激动是冠心病发病的罪魁祸首。不良情志可引起气血运行紊乱,导致脏腑功能失调,形成内伤。所以遇事要想得开,放得下。要保持青春之心,以积极的、善意的态度看待周围人事,遇到不顺心事,要一笑了之。

