

综合动态

我区成立北京市首家区级肿瘤防治办公室

本报讯(通讯员刘丽娜)癌症是严重威胁人类健康的一大类疾病,我国癌症防治形势仍十分严峻,每年新发癌症病例约310万,死亡约200万,且癌症发病率呈逐年上升趋势。石景山区癌症发病趋势与我国保持一致,恶性肿瘤死亡一直排在全部死因的首位,占全区户籍人口全部死亡的30%以上,致癌因素主要包括慢性感染、不健康的生活方式、环境污染和职业暴露等。随着老龄化进程的加快,癌症发病、死亡率还将不断上升,对国家、社会和个人造成沉重的经济负担。

为进一步完善政府主导、多部门协作、专业机构支持、全社会参与的癌症防治工作机制,控制主要可防可控致癌因素增长水平。我区成立北京市首家区级肿瘤防治办公室(简称区肿

防办),区肿防办设在北京大学首钢医院,主要职责是加快提升我区癌症综合防治服务管理水平,建立以三级综合医院为技术主体和基层医疗机构上下联动的癌症综合防治网络,做好癌症防治工作的组织协调、技术指导、健康教育、预防诊治和监测评估,探索癌症防治服务模式。

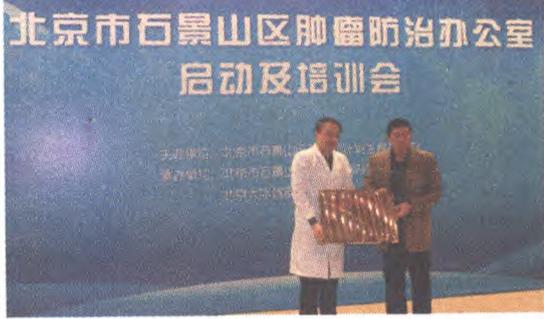
2016年12月21日,石景山区卫生计生委在首钢医院召开区肿瘤防治办公室启动暨培训会,北京市卫生计生委、北京市肿瘤防治办公室、区卫生计生委、首钢医院及辖区9个街道(鲁谷社区)、149个居委会卫生计生专干、9家社区卫生服务中心负责人及医务人员代表共计160余人参加此次会议。

会议首先由区肿瘤防治办公室领导介绍了办公室成立的背景。随后,

区卫生计生委领导为首钢医院授予了区肿瘤防治办公室的牌匾。最后,首钢医院院长顾晋为参会人员进行了专业知识培训,主题围绕“肿瘤离你有多远”,包括癌症的定义、发生癌症的原因、癌症的信号、预防癌症的方法等内容,顾晋院长授课内容通俗易懂,受到了参会人员的一致好评。

下一步,石景山区肿瘤防治办公室将进一步发挥三级综合医院的医疗资源优势,坚持预防为主、防治结合、中西医并重;加强癌症防治体系建

设,对基层医疗卫生机构实施业务指导和技术支持,提高癌症防治能力,实施癌症综合防治策略和措施,为遏制石景山区癌症增长、降低癌症疾病负担奠定基础,为辖区居民身体健康和生命安全作出应有的贡献。



区卫生计生委

部署医疗机构专项监督检查工作

本报讯(通讯员崔瑞莲)为进一步加强医疗行业监管,整顿规范医疗机构执业行为,新年伊始,石景山区卫生计生委召开医疗机构专项监督检查工作部署会,区卫生监督所、区社管中心、区卫生计生委相关科室和全区各级医院、社区卫生服务机构、门诊部及诊所等150多家单位参加了会议。

会上对石景山区医疗机构专项监督检查工作方案进行了详细的学习,部署了我区医疗机构专项监督检查的具体工作要求,讲解了专项检查自查要求,并就相关法律法规知识进行了详细解读。会议要求各单位要高度重视,切实加强领导,明确责任,确保此次专项监督检查工作落到实处,取得实效;要抓好落实,落实医疗机构主体责任,医疗机构领导干部要带头学法尊法用法,认真组织开展依法执业情况自查,卫生计生行政部门、卫生监督机构要认真落实监管责任,积极落实“双随机一公开”机制,加强监督检查;要求务实求效,建立长效监管机制,全面提升各医疗监督单位的执法水平和综合管理能力,依法依规开展工作。

此次专项检查将持续到今年7月份,各级各类医疗机构要进行全面自查,发现问题及时整改,并对重点医疗单位采取“双随机”方式突出重点抽查,确保此次专项监督检查工作落到实处,为整顿和规范医疗服务市场秩序,维护人民群众健康权益作出保障。

——简讯——

●近日,市重大办检查组由张毅良处长带队对石景山区2016年度动物防疫责任制工作开展考核。考核组听取了石景山区2016年度动物防疫责任制落实和动物疫病防控基本情况,重点了解了犬只狂犬病免疫、行政处罚等问题,查阅了动物防疫责任书签订、制度化建设文件、经费落实文件、队伍建设和管理文件及宣传培训等记录,并到病死动物暂存点进行实地查看。检查组对我区开展的做法给予肯定,并对我区动物防疫工作提出宝贵意见。邱峥艳

展“中医家庭保健员”风采 共同提高健康管理水平



本报讯(通讯员汪磊)2016年,石景山区家庭保健员培养工作取得了可喜的成绩,不仅完成常规的528名中西医结合家庭保健员的强化培养,同时在辖区9个街道(鲁谷社区)的31个中医健康社区试点建设单位培养了128名中医家庭保健员。为进一步加强家庭保健员工作的宣传力度,展现石景山区家庭保健员风采,近日,区社管中心举办“2016年石景山区中医家庭保健员欢乐赛”。

参加比赛的18名选手,是各社区卫生服务中心从中医健康社区试点单位精心推荐出来的中医家庭保健员精英。比赛分为知识竞答、识别中药饮片、找穴位等环节,家保员们充分发挥在

培养中学到的中医知识,在各环节中展开了激烈的角逐,最终来自鲁谷社区卫生服务中心培养的2名中医家庭保健员以380分的总成绩获得了比赛的冠军。市社管中心副主任张向东参加了此次活动。

通过在中医健康社区试点建设单位开展家庭保健员培养工作,培养出了高质量的中医家庭保健员,带动了社区居民改变不良生活习惯,充分发挥了社区居民利用中医药知识在慢性病防治中的主观能动作用,在慢性病预防和控制中取得了实效。中医家庭保健员工作的开展不仅为石景山区慢性病干预工作开辟了新模式,而且为慢性病的防治带来了跨越式的发展。

全国健康促进区

本报讯(通讯员杨成枝)为进一步推动我区“健康北京人——全民健康促进十年行动规划”和全国健康促进区试点工作的贯彻落实,深入普及健康知识和技能,近日,区卫生计生委在北京工业职业技术学院开展“北京健康科普专家进大学校园巡讲活动”,该校师生150余人聆听讲座。

健康科普活动走进大学校园

为了不影响学生们正常上课,讲座安排在晚上进行。北医六院副院长姚贵忠对话大学生心理健康问题,针对前期对该校学生进行的需求调研,结合学生们普遍关注的心理健康问题,姚院长以“强内心、不纠结”为题进行授课,指出学生们所提出的心理健康问题,其实是心理压力的一种表现,而心理压力是源

于环境要求与自身应对能力的不平衡,进而提出内心强大,是防止失衡的根本;要做到内心和谐,需要做到“我想要做什么”、“我该做什么”、“我能做什么”的三合一;要尽量将生活简单化,设定事情的优先级,对于无法追求的要学会放弃。期间,学生可以随时提问,姚院长以问题为导向,结合专业知识,给予了相应

的分析。此次讲座在市级技术部门指导下,进行了网络直播,共有2000余名网民参与同步互动。

两个多小时的讲座,师生们收获颇丰,纷纷表示,心理健康是大学生全面发展的基本要求,也是积极从事社会活动的重要条件,今后,会将学习到的健康理念带到自己的学习和生活中去。

“暖心计划”关爱计生特殊家庭

本报讯(通讯员李宏)为充分体现政府对计生特殊家庭的关爱,最大限度地确保计生特殊家庭的根本利益,日前,石景山区卫生计生委在全区各街道、社区全面开展关爱计生特殊家庭“暖心计划”宣讲推介会,扎实推进项目执行。

“暖心计划”是北京市卫生计生委、北京市计生协为计划生育特殊家庭量身打造的民生工程,于2011

年正式启动,由政府出资,为独生子女死亡家庭的父母购买养老和医疗保险,其目的是为提高计划生育特殊家庭抗风险能力,改善家庭养老、医疗水平,维护社会稳定和谐,而提供养老、医疗等综合保险,实现目标人群老有所养,病有所医。服务对象明确,即当年通过独生子女死亡特别扶助资格审核的人员;服务内容全面,保险方案中既包括了养老,

也包括了医疗,同时突出关爱计生妇女,特意设计了女性重疾保险;服务力度大,能够真正保障特殊困难计生家庭的平安和健康,帮助他们解决最现实的养老和医疗困难。

2016年,“暖心计划”在保持服务对象不变、服务内容不变、投入标准不变的基础上,进一步加大保障力度:一是意外伤害保险金的额度由3万元增加为5万元,增加了赔付

金额;二是减少了领取养老金的等待时间,达到国家法定退休年龄的投保老人,不再需要等投保满三年,而是在一年保期结束后就可以领取2900元养老金。

下一步,区卫生计生委将按照工作要求,做好统筹协调,向被保险人发放暖心卡,适时为出险人员提供理赔服务,并结合项目内容开展计划生育特殊家庭帮扶工作。



关于马拉松运动的几点注意事项

马拉松运动是最富挑战性的运动项目之一,它需要必要的生理机能和顽强的毅力。虽然运动对身体和精神健康都有好处,但马拉松并非人人能跑,运动过量反而伤害身体。近年来,各地的马拉松赛事都曝出受伤甚至猝死的事例。这里特别为跑步爱好者提供几点

建议:
第一,选一双合适自己的跑鞋,跑步需要舒适贴合感、柔软的缓震和保护。
第二,准确的跑步姿势,不但可以避免伤病,还可以减少体能的消耗。
第三,跑步要使用循序渐进的

方法进行训练,对于一个志在参加半马或全马的跑步爱好者而言,每周必须要设立一次长距离慢跑,这样可以感受到自己跑步的瓶颈,并且通过训练努力突破它。
第四,及时关注天气因素,选择合适的衣物。
第五,对于参加马拉松比赛的

选手,赛前一定要做好热身活动,赛程中一定要量力而行,别设定超过自己能力的目标,身体出现不适,不要勉强自己,及时向随队医生或者志愿者求助。
总之,马拉松运动不应一味地追求长距离短时间,而应该是以强身健体为目标。

