

# 全市启动清廉医院创建行动

本报讯(记者 刘伟)9月15日,周口市卫生健康委召开清廉医院建设清廉医院创建行动动员会,要求紧紧围绕清廉周口、健康周口建设目标,深入开展清廉医院建设工作,努力打造“党风清正、院风清朗、医风清新”的清廉医院,为谱写新时代周口更加出彩的绚丽篇章提供坚强保障。市卫生健康委、市医疗保障局及相关科室负责人,市直医疗机构党政主要负责人、纪委书记、分管行风工作负责人参加会议。各县(市、区)卫健委、医保局通过视频会议形式参会。

会议宣读了《清廉周口建设清廉医院创建行动工作方案》(以下简称《方案》)。《方案》指出,立足今后五年目标任

务,全市医疗系统权力运行监督、医德医风建设等制度机制更加健全,药品和耗材集中带量采购、医务人员薪酬、紧密型县域医共体等医疗体制改革进一步完善,围绕收红包、吃回扣、欺诈骗保、过度检查、不合理收费及用药等突出问题实现常态化治理,医药购销领域和医疗服务中的不正之风得到有效遏制。逐步实现清廉医院建设清廉医院创建各项制度机制成熟定型,政治生态持续优化,清廉文化深入人心,社会风尚正气充盈,让清廉医院成为清廉周口建设的显著标识。

按照《方案》要求,推进清廉医院建设清廉医院创建是贯彻落实习近平总书记重要指示批示精神的具体实践,是推进全

面从严治党向纵深发展的有力抓手,是市委着眼我市实际、对标对表上级要求作出的一项重要部署。全市卫生健康系统要加强党的领导,切实增强思想认识行动自觉。要层层压实责任,制定具体措施、工作进度安排和目标成效,每半年一总结,月月有报告,持续问题整改、每日提高,确保创建行动落实见效。要强化监督检查,建立清廉医院创建长效机制。各县(市、区)、各单位党组要把清廉医院创建作为全面从严治党主体责任考核重要内容,推动形成每年有目标、有举措、有考核、有反馈的工作闭环,确保清廉医院创建取得实实在在成效,形成长效机制。

## 组织业务培训 提升健康素养

本报讯(记者 史书杰)为有效推进健康行动健康知识普及行动,健康促进“321”行动和“健康周口行·大医献爱心”志愿服务等活动走深走实,助力周口市紧密型县域医共体改革,9月16日上午,由周口市卫健委主办的健康教育工作培训会顺利举行,全市80多名健康教育人员参加培训。

近年来,我市高度重视卫生健康事业,以健康促进“321”工作模式为抓手,将

健康教育纳入医疗健康共同体,建立了以周口市中心医院为龙头,各县市区医院为枢纽,疾控中心为技术指导,形成市卫健委主导,市中心医院牵头,各部门负责参与的工作格局,为健康教育工作扎实有序开展提供强有力的组织保障和政策保障。

此次培训,特邀河南省疾控中心健康教育所主任张强就心理健康素养、生

活方式健康素养、传染病健康素养、伤害的预防及急救等健康讲座为大家做专题培训。

“通过培训,我收获满满,增强了健康意识,提升了健康技能与素养,我将把学到的知识、技能运用到实际中去,把健康知识传授给每一位公民,规范他们的行为,帮助他们提升健康技能。”一位参加的培训人员说。



## 健康快讯

### 役前救护培训助力新兵迈好军旅第一步

本报讯(记者 刘伟 文/图)为进一步普及急救知识,提升应征入伍新兵的急救能力。9月19日下午,周口市第六人民医院急诊团队走进周口市预定新兵训练基地,为新兵开展了心肺复苏等急救知识培训(如图),以提高其应对突发事件和意外伤害事故的应急救援和自救互救能力,助力新兵迈好军旅第一步。

课堂上,指导老师用“现场模拟”培训方式,指导新兵如何快速判断并正确实施抢救的方法,让新兵“身临其境”,反复练习,将学到的急救技能熟练的应用到实际中,达到最佳培训效果。生动直观的教学,在场的每一位新兵积极性高涨,新兵在老师的指导下分

组进行了实地操作演练,并能及时准确实施心肺复苏术。

新兵纷纷表示对应急救知识有了一定的了解和掌握,更加深层次地了解各类突发事件及意外的处理方法,增强了自救互救意识和技能,今后遇突发情况时更有底气了。

“通过专业老师对我们这次培训,让我们学到了自救和急救的知识,为即将步入军队,打下了良好基础。”新兵王巍说。

“急救培训进校园、进企事业单位、进社区、进乡村已成常态,希望通过急救培训营造全民重视和主动学习急救知识的社会氛围,提高全民急救能力。”周口市第六人民医院负责人说。



## 疼痛有好坏之分 专家带您走出疼痛误区

很多时候,患者对疼痛疾病存在认识误区,认为疼痛不是疾病,忍忍就过去了,那么,我们应该如何正确看待疼痛呢?

### 误区一:疼痛忍一忍就过去了

很多人认为疼痛“忍一忍就过去了”“吃点止痛药顶顶就行”,只有在痛得无法忍受时才就诊,结果延误了最佳治疗时间。

### 误区二:完全消除疼痛才算有效

很多患者治病心切,恨不得疼痛一下子就能完全消除。其实,慢性疼痛

更需要耐心去治疗。对于某些疼痛,把疼痛减轻就算成功治疗。

### 误区三:轻伤不下火线

无论患者的疼痛程度如何,在治疗时听从医生的嘱咐是很重要的。门诊中经常遇到这样的患者,明明是腰椎间盘突出,在用药后却不好好卧床休息,继续重体力劳作或高强度锻炼,导致病情加剧。

### 误区四:病急乱投医

有的人发病就疼痛比较厉害,但是又不够重视,在街上随便找个诊所,

或是按摩院揉揉就算了。由于疼痛是个很复杂的现象,如果不仔细判断,很容易出现偏差,往往会暂时止痛不再继续治疗而延误加重病情。

### 误区五:自服镇痛药

近年来,服用镇痛药成瘾者越来越多,盲目过早地服用止痛片,虽然可以暂时缓解疼痛,但由于服用止痛药后掩盖了疼痛部位和性质,不利于医生观察病情和判断患病部位,不利于医生正确诊断和及时治疗。

(作者单位:周口骨科医院营养科 陈雨萍)

## 我市召开医保移动支付工作推进会

本报讯(记者 史书杰)为进一步推进我市医保移动支付工作进程,9月15日上午,我市医保信息化建设工作现场会在周口市妇幼保健院健康服务集团总医院召开。

参会人员现场参观了周口市妇幼保健院利用移动支付技术实现参保患者就诊全流程业务服务,包括参保患者在就诊、医保结算、取药、检查、“医保电子凭证”挂号、开处方、诊间审核、患者手机端移动支付实际操作的全过程。

据悉,该院在建设移动医保支付过程中,以妇幼健康

服务为特色,实现以“移动医保支付”为抓手,以“患者少跑腿,数据多跑路”“提升医疗服务品质、改善群众就医体验”作为建设工作的出发点和落脚点,重视“智慧医院”在医疗服务中的开展与实施。

周口市医疗保障局有关负责人表示,医保电子凭证全流程和移动支付应用,是便民、利民的一项民生工程,希望各单位提高政治站位,牢固树立“以人民为中心”的思想;坚持目标导向,积极推动信息化建设工作落实;细化工作措施,压实工作责任,尽快实现“数据多跑路,群众少跑腿”的便民目标。

## 注重口腔卫生 关爱牙齿健康

我国是一个口腔疾病高发的国家,现有6~7亿人口存在龋齿,就是我们通常说的“虫牙、蛀牙”,占到人口数的一半,除此之外还有80%的人有牙周疾病,比如牙周炎、牙龈炎等,这些口腔疾病会让我们牙疼、影响消化、产生难闻的口腔气味甚至还会造成牙齿脱落等。

2022年9月20日是第34个“全国爱牙日”,今年“全国爱牙日”的宣传主题是“口腔健康 全身健康”,副主题是“护牙健齿少年强 健康中国民族兴”。健康的牙齿可以让我们享用各种美味的食物,可以帮助我们清晰地发声和讲话,可以让我们的面部性状更好看,让我们笑起来更灿烂更阳光。

在此建议大家要少吃甜食、少喝碳酸饮料、掌握正确刷牙方法、定期进行口腔检查。提醒广大青少年,爱护牙齿要注意以下几个方面:

### 一、养成良好的刷牙习惯

每天早晚刷牙,每次刷牙时间不少于2分钟,晚上睡前刷牙更重要。选择合适的牙刷,一般每三个月更换一次牙刷,若出现牙刷刷毛变形外翻,要及时更换,做到一人一刷一杯。适合青少年的刷牙方法是“水平颤动拂刷牙法”,将刷毛末端指向牙龈方向,放在牙与牙龈交界处,短距离水平颤动5次,然后转动牙刷柄,沿牙齿长出的方向拂刷牙面,每个牙面都刷到。

### 二、使用牙线清洁牙齿缝隙

青少年应学习使用牙线清洁牙齿缝隙,可选择牙线架或卷轴型牙线,使牙线拉锯式进入两颗牙齿之间的缝隙,紧贴一侧牙面呈“C”字形包绕牙齿,上下刮擦牙面,再以同样方法清洁另一侧牙面。建议每天使用牙线,尤其晚上睡前要清洁牙齿缝隙。接受牙齿矫正的青少年,还需要使用牙间隙刷辅助清洁牙面。

### 三、健康饮食,限糖减酸

经常摄入过多的含糖食品或碳酸饮料,会引发龋病或产生牙齿敏感。青少年应少吃含糖食品,少喝碳酸饮料,控制进糖总量,减少吃糖次数及糖在口腔停留的时间。晚上睡前清洁口腔后不再进食。

### 四、为适龄儿童进行窝沟封闭

窝沟封闭是预防窝沟龋的最有效方法,不产生创伤,不引起疼痛,是用高分子材料把牙齿的窝沟填平后,使牙面变得光滑易清洁,细菌不易存留,从而预防窝沟龋,建议11~13岁可进行第一、二恒磨牙的窝沟封闭。

### 五、每天使用含氟牙膏,定期涂氟

青少年使用含氟牙膏刷牙是安全、有效的防龋措施。还可以每半年到医院接受一次牙齿涂氟,预防龋病,尤其是已经有多颗龋齿和正在进行正畸治疗的青少年,属于龋病高危人群,更应采取局部用氟措施。

### 六、积极治疗治疗错颌畸形

错颌畸形会增加龋病、牙龈炎等口腔疾病患病的风险,影响咀嚼、发音和美观,也会影响青少年的心理健康。在乳恒牙替换过程中或替换完成后,可以去正规医疗机构进行错颌畸形的诊治,确定具体的治疗时机及方案。正畸治疗时间较长,佩戴矫治器后牙齿不易清洁,因此在正畸过程中特别需要注意口腔清洁。

### 七、运动时做好牙齿防护,防止牙外伤

青少年参加体育活动时,宜穿运动服和防滑的运动鞋,预防摔倒造成牙外伤。必要时应佩戴头盔、防护牙托等防护用品。一旦发生牙外伤,应及时去医院就诊。

### 八、定期口腔检查

每年洁治一次龋病和牙龈炎是青少年常见口腔疾病,可引起牙痛、牙龈出血等症状。青少年应每半年至一年进行一次口腔检查,以便及时发现口腔问题,早期治疗。洁治可以清除牙齿表面的软垢、牙菌斑和牙石,让牙龈恢复健康。建议青少年每年进行一次洁治。

(作者单位:周口市疾控中心学校卫生科 袁倩)

## 市县两级医院合力上演生死大营救

本报讯(记者 刘伟)“救救我的孩子,有东西卡在他喉咙里了,快没气了!”9月8日晚10点多,一位儿童家长抱着孩子冲进鹿邑县人民医院。

见此情景,周口市中心医院在该院挂职的副院长岳新灿第一时间对其进行会诊。

“我接诊一进食管后突然出现呛咳、呼吸困难”的3岁儿童。考虑是肺内异物,吸入性肺炎,情况十分危急。”岳新灿立即拨通周口市中心医院PICU主任李磊电话,联系转院事宜。

当晚10时40分许,李磊接到电话,

立即组织医护力量,启动“绿色通道”。

鹿邑县人民医院院长孙普英立即指派周口市中心医院在鹿邑县人民医院挂职呼吸科副主任的梁珍珍乘120急救车护送患儿赶往周口市中心医院进一步治疗。

抵达周口市中心医院后,梁珍珍和PICU医生王卫华全程陪同患儿查胸部CT及办理入院。入院后,王卫华和团队立即为患儿行肺内异物取出术及支气管肺泡灌洗术,经过20分钟的救治,患儿转危为安。

这是我市紧密型医联体紧密合作显现出的成效,也是落实深化公立

医院改革的具体措施。紧密型医联体建设,使优质医疗资源下沉,解决区域医疗资源的不合理分布,让各级医院确定其医院定位,通过分级转诊合理分流,努力兑现“小病不出村、大病不出县、疑难危重疾病不出市”的医改目标,让老百姓真正享受到医改的红利。

“家属在照料孩子的时候尽量少让3岁以下儿童进食坚果、花生、瓜子、果冻类食物。提醒儿童在吃东西的时候不要追逐打闹,不要在哭闹的时候强行喂饭,否则会大大增加气管内异物发生的概率。”王卫华说。

## 医院动态

### 扶沟县韭园卫生院

### 打造老百姓家门口的优质医疗服务

本报讯(记者 史书杰)2022年,扶沟县韭园卫生院扎实开展疫情防控、医德医风、健康脱贫、家庭医生签约服务等工作,特别是在疫情防控和新冠疫苗接种等方面发挥了重要作用,有效保障了广大人民群众的身心健康与生命安全。

自新冠疫情发生以来,扶沟县韭园卫生院认真贯彻落实中央、省、市、县和乡政府关于疫情防控工作相关部署和会议精神,迅速响应,周密安排,及时落实各项防控措施,为全乡群众打好这场疫情防控阻击战筑了牢固防线。

加强组织建设,提高科普宣传。扶沟县韭园卫生院成立了新冠肺炎疫情疫情防控工作领导小组,建立了新冠肺炎疫情防控及疫情报告值班制度,实行院24小时轮班制。注重能力提升,多次利用中午休息时间全体领导班子组织全

院职工和村卫生室人员共同学习新冠病毒疫情防控相关内容。开设预检分诊、发热门诊,通过电话随访、门诊就诊、发放资料、院内LED等宣传形式,宣传新冠病毒的传播途径、症状、防范知识和措施,引导广大群众消除恐慌心理,以科学的方式、平和的心态做好防护工作。

新冠疫苗接种工作开展以来,为使新冠疫苗接种顺利进行,做到“能接尽接,应接尽接”,该卫生院工作人员不怕苦、不怕累,不分昼夜加班加点,确保每一位居民都能及时接种,构建了坚实的新冠病毒免疫屏障。目前,该镇疫苗接种率达到95%以上。

狠抓医德医风,提升卫生院形象。为提高工作效率,树立务实高效的良好形象,该卫生院先后制订医德医风管理规定,行风评议工作,各病种的医

疗护理常规、各种医疗护理质量管理、急诊急救等多项规章制度,行风建设工作得到了科学化、制度化、规范化。设立举报箱,公开举报电话,接到举报后严格按制度处理。通过整治,该卫生院整体形象明显提升,群众的满意度明显增强,受到广大群众一致好评。

家庭医生签约服务助推健康扶贫。为着力解决全乡因病致贫、因病返贫人口脱贫问题,保障贫困人口享有基本医疗卫生服务,该卫生院按照精准扶贫的工作要求,通过电话随访、签约服务等多种形式,加强政策宣传,提升政策知晓率,并为贫困人口开通了“绿色通道”,严格实行先诊疗后付费政策。目前,该镇家庭医生签约服务、贫困户签约服务,其他重点人群签约服务,家庭医生履约执行率100%、完成率100%。



## 健康服务热线

健康热线:13949993566 13592285505

电子信箱:zkrbwsb@126.com