

基层卫健现代化助力乡村振兴

我市举行县(市、区)卫健委主任大讨论活动

本报讯 完善乡村医疗卫生体系,是保障群众健康福祉的现实需要,也是全面推进乡村振兴的应有之义。近日,市卫健委举行以“基层卫生健康现代化助力乡村振兴”为主题的县(市、区)卫健委主任大讨论活动。

近年来,在市委、市政府的坚强领导下,全市基层医疗卫生服务能力不断提升。各地充分发挥省、市、县三级中心孵化功能及市、县两级医疗机构重点专科辐射功能,积极开展基层特色科室建设,累计建成省级基层特色科室33个、市级基层特色科室118个。深入推进家庭医生签约服务,共建成医疗机构外家庭医生工作室264个,“江苏省星级家庭医生工作室”21

个。全面开展“优质服务基层行”活动,累计建成29家省农村区域性医疗卫生中心,全部达到国家推荐标准,总数位居全省第一。近期,我市代表江苏省参加国家基本公共卫生服务项目考核评价,获得全国第二名。

当天,市委常委会讨论通过了《南通市基层医疗卫生服务能力提升三年行动方案(2023—2025年)》,为未来三年全市的基层卫生健康工作指明了方向。《三年行动方案》提出了完善服务体系、加强队伍建设、提升服务能力、提升公共卫生质效、优化服务模式等28项具体任务,并就医疗卫生机构事业编制配备、乡村医生待遇等提供了指导性意见,旨在形成工作合力,营

造全社会都来关心支持基层卫生事业的良好氛围。

为推进基层卫生事业,助力乡村振兴,今年我市将全力推进签约服务“六个拓展”:签约机构从基层拓展至二级以上医院,签约医生从全科拓展至专科,签约形式从团队拓展至专家个人,签约对象从居民个体拓展至家庭或单位团体,签约周期从一年拓展至更长时间,签约内容从慢性非传染性疾病拓展至传染病管理。

当天的大讨论活动上,各县(市、区)卫健委主任分别从“扎实推进医共体建设、市镇村卫生服务一体化管理”“整合区域资源、优化医疗布局”“破解基层人才荒现象”“构建医防融合发展

格局”“立足群众需求不断提高服务温度”等不同角度畅谈了“基层卫生健康现代化助力乡村振兴”特色做法。

记者了解到,此次活动是全市卫生健康系统开展的“中国式现代化南通卫生健康新实践大讨论”系列活动之一,旨在及时提炼总结,推广一批可复制可推广的经验,不断推动南通卫生健康事业高质量发展。

·冯启榕·



告别谈“痘”色变 科学护肤

市一院举行“全国护肤日”主题活动

本报讯 5月25日是一年一度的“全国护肤日”。眼下,正值初夏,很多人的皮肤开始出油、冒痘。这几天,市一院皮肤科开展了第十七届“5·25全国护肤日”主题活动暨科普宣讲活动,旨在通过聚焦护肤知识科普宣传,让更多痤疮皮肤人群正确认识皮肤问题,树立科学理性的护肤理念,减少谈“痘”色变等错误认知。

市一院皮肤科主任花志祥介绍,青春痘学名痤疮,是毛囊皮脂腺单位的慢性炎症性皮肤病,主要好发于青少年。皮损好发于面部及上胸背部,临床表现为粉刺、炎性丘疹、脓疱、结节和囊肿。痤疮的发病与很多因素有关,如皮脂腺过度分泌、皮肤菌群失衡、环境因素改变、遗传因素、护

肤品使用不当、饮食不当及生活压力过大等,都是造成痤疮反复发作的常见原因。

花志祥介绍,痤疮的治疗方法有很多,包括针对不同阶段的口服及外用药物、红蓝光、药物面膜综合治疗、光动力治疗等。对于痤疮后期遗留的痘印痘坑等,可选择果酸换肤、DPL法、红治疗、CO₂点阵激光等。在医生的指导下,选择一套外用药物+内服药物+物理治疗(美容激光)的组合拳,往往能取得良好的“战痘”效果。

“由于痤疮慢性易复发的特点,积极的自我管理和科学的护肤方式尤为重要。”花志祥提醒,应限制高糖和高脂肪饮食及奶制品尤其是脱脂牛奶的摄入,适当控制体重、规律作息、避免熬

夜等均有助于预防和改善痤疮发生。同时,注意科学护肤,洁肤用品建议选择清爽型、低刺激性的,在去除多余油脂的同时不会破坏结构脂质。避免使用肥皂等含强皂成分的洁面产品。一般洗脸次数以每日1—2次为宜,应注意避免过度清洁皮肤,忌挤压和搔抓,以免刺激细胞分泌更多油脂,从而出现恶性循环。清洁后,要根据患者皮肤类型选择相应护肤品配合使用,原则是温和无刺激的,不添加香料、色素等成分为好。油性皮肤宜选择控油保湿类护肤品;混合性皮肤T区选择控油保湿类,两颊选择舒缓保湿类护肤品;在使用维A酸类、果酸、水杨酸、壬二酸等药物或物理、化学剥脱治疗时易出现皮肤屏障受损,或皮肤干燥脱皮,此时宜选

择舒缓保湿类护肤品。加强皮肤保湿修护,通常使用乳液或者面霜。如果皮肤只是干燥,没用明显脱皮,保湿以乳液为主,如果皮肤干燥到脱皮的程度,可以使用不同滋润度的面霜。

花志祥还提醒,防晒对于痤疮患者来说是很重要的,除了药物的光敏性外,紫外线照射也可能加重痤疮,也可以加速皮肤老化。

·程佳伟 冯启榕·



护航中高考 确保用水安全

市卫监部门开展学校饮用水专项行动

本报讯 “按照市卫健委的部署要求,我们对市区全部中高考考点学校的饮用水卫生安全进行了专项检查,结果都符合要求。”5月31日,市卫生监督所学校卫生监督科科长卞力峰在接受记者采访时表示。

据悉,为保障南通市中高考考点学校饮用水卫生安全,结合《江苏省学校饮用水卫生专项监督检查行动方案》要求,最近,南通市卫生监督所对市区中高考考点学校,开展了专项监督检查和抽检工作,此次抽检的重点是10所中高考考点学校。

经过检查发现,10所学校均使用小型净水器提供饮水,均取得有效的《涉水产品卫生许可批件》,并有专人负责饮水卫生和消毒工作,每学期更换滤芯、滤料并做好记录,水质检测合格后才向师生提供饮水。经过卫生监督人员现场的认真核对,所有学校的净水器使用的滤芯均与批件一致。

值得一提的是,本次学校饮用水抽检工作全部由疾控中心承

担,共随机抽取29个采样点共116份水样,主要检测项目为浑浊度、高锰酸盐指数、菌落总数和总大肠菌群。

“2018年以来,我市开始实施校园饮水健康保障工程,每年多次对学校饮用水开展监督检查和业务指导工作,同时学校也建立了完善的饮用水卫生管理制度,有专人负责落实到位,切实保障了师生的饮水安全。”卞力峰介绍说。

随着中高考的日益临近,南通市卫生监督所将持续关注本次中高考考点学校饮用水卫生安全情况,加大日常监督频率,确保中高考期间师生的饮水健康和安全。

·李波·



送医下乡 惠及百姓

“六一”来临之际,启东市妇幼保健院(复旦大学附属儿科医院启东分院)执行院长沈军带领医院的党员代表,走进启东市第二人民医院开展了“党建+妇幼联盟”共建活动。专家义诊、教学查房、保健宣教、科普赠阅等多样化的医疗保健服务,为吕四港镇的小伙伴们送上一份节日的健康福祉。

·陈俊 陆柳彦·

多次出血后的争分夺秒

通大附院医生紧急TIPS手术为肝硬化患者护航



“没想到这次出血差点送了命,还是医生有办法,让我们捡回了一条命。”回想起抢救经过,周先生(化名)的家人仍觉得惊心动魄。谁也看不出此时躺在病床上笑盈盈的周先生,在5天前性命岌岌可危。

“5床又呕血了,血压只有70/50mmHg,人也烦躁……”通大附院消化内科主任医师蒯小玲听到副主任医师易楠汇报后立刻召集MDT多学科会诊。因为周先生有多年的肝硬

化病史,曾有多次内镜下治疗经历,四次再次内镜下治疗,由于门静脉有血栓而造成门静脉压力非常高,此次再出血量至少达到1500ml。

通大附院介入与血管外科主任赵辉、消化内科主任医师徐正府、主任医师张健锋会诊后认为内镜治疗效果不佳,需要急诊经颈静脉肝内门体分流术(TIPS手术)治疗。易楠沉着冷静,紧急联系输血科备血,置入三腔二囊管压迫止血,争取稳定患者生命体征为手术争取更多有利条件。与此同时,赵辉和患者家属积极沟通TIPS手术治疗的利弊,一场争分夺秒和死神赛跑的抢救在早晨7点开始。

情况危急,刻不容缓,立刻手术!在病人送往DSA室的5分钟内,赵辉已通知DSA室做好术前准备。“TIPS按照患者静脉曲张分型和肝功能情况分为早期TIPS、优先TIPS和择期TIPS,急诊TIPS手术是治疗肝硬化门脉高压出血的重要手段。尤其适用于早期药物或内镜

下控制出血后再出血发生前,可以最大限度地减少并发症,最大程度维系远期肝功能,不仅可以处理急性出血,同时又可以预防再出血。”赵辉向记者介绍。

穿刺、打通门静脉到肝静脉通道、栓塞出血静脉等一系列精准判断和精细操作,仅一小时,出血情况有效控制,病人生命体征稳定,手术非常成功。

“病人由于肝硬化引起门静脉高压,导致食管胃底静脉曲张,压力过大就会破裂出血,正常的胃底静脉曲张一般在0.1—0.2mm左右,这个病人的曲张静脉异常粗大,直径达到15mm以上,如不及时采取有效措施,再次大出血会有生命危险。”赵辉告诉记者,TIPS手术是介入领域技术难度最大、技术含量最高的四级手术之一,通过导管导丝建立肝静脉跟门静脉的分流通道,这样就把压力高的门静脉血,通过分流通道引入肝静脉内,降低门静脉压力,同时栓塞出血的胃冠状静脉,达到

快速止血的效果。

据了解,肝硬化引起的消化道出血往往是以呕血为主,也有部分病人是表现为大量的黑便,出血量很大,如果抢救不及时,往往由于短时间内过度失血导致失血性休克。

周先生此前就因肝硬化导致食管胃底静脉曲张破裂出血,曾多次入住消化内科保守治疗。这一次急诊TIPS手术的成功,将大大降低周先生未来再次发生大出血的风险。该项技术的应用与推广,为更多肝硬化伴上消化道大出血和顽固性腹水的患者带来福音。

·李波 陈静·

小贴士:

急诊TIPS手术(急诊经颈静脉肝内门-体分流术)是治疗肝硬化门脉高压出血的重要手段。尤其适用于早期药物或内镜下控制出血后再出血发生前,可以最大限度地减少并发症,最大程度维系远期肝功能,不仅可以处理急性出血,同时又可以预防再出血。

苏陕携手共筑健康骨骼

疾控专家赴汉中开展骨质疏松症流行病学调查

本报讯 为贯彻落实健康中国战略,深化苏陕协作健康帮扶,近期,南通市疾病预防控制中心与崇川区疾病预防控制中心一行7人奔赴陕西省汉中市汉台区、留坝县、佛坪县联合开展东西部地区骨质疏松症流行病学调查,同时开展骨质疏松科普讲座等健康教育活动。

骨质疏松症是一个全球范围的重大公共卫生问题,已成为当今全球仅次于心血管疾病的极具危害的慢性疾病,骨质疏松性骨折更是导致高致残率和高死亡率的危险因素。骨质疏松症及并发症的发生,直接影响劳动力人口正常工作和生活的能力,给家庭和社会带来沉重的疾病负担,甚至因病致贫。

崇川区是江苏省乃至全国最早开展骨质疏松高危人群健康促进项目的区县之一,项目开展十多年,打下了良好的基础,积累了丰富的经验。2017年10月起,崇川区与陕西省汉中市佛坪县、留坝县、宁强县建立结对帮扶关系,实施携手奔小康行动。2018年11月,崇川区疾病预防控制中心副主任穆海洋挂职佛坪县疾病预防控制中心副主任开展东西部协作健康帮扶,他针对佛坪老年驼背较多、当地群众高盐饮食及钙质摄入不足等情况,

·冯启榕·

深入基层传播健康知识

启东人院举行科普宣传周系列活动

近日,启东市人民医院以“生命至上”为主题,组织医护人员及志愿者,前往学校、社区等场所,开展了多场急救科普宣传活动。

在医院举办的健康大讲堂上,心内二科护士长王柳柳为大家讲授心肺复苏术和AED(自动体外除颤仪)的操作方法。围绕生活中常见的危急情况,生动、细致地讲解了如何拨打120、急救常识、急救须知、心肺复苏、AED除颤方法等,指导群众操作心肺复苏和使用AED。耳鼻喉科丁树军医师讲解、传授海姆立克急救法等。

该院的科普小分队走进百杏中学,为初中学生代表讲授急救知识,读懂生命意义。心内科副主任、南通市政协委员沈琦博为同学们讲解《心肺复苏》,从心脏骤停的原因和临床表现等角度,深度分析了心肺复苏各步骤的原理。其他志愿者还进行了多角度实操演示,通过学生上台模拟练习,带领大家掌握胸部按压、开放气道、人工

呼吸等正确的心肺复苏方法和AED使用方法与投放地。此外,科普小分队还走进南阳镇安平村新时代文明实践站,面向广大基层群众开展了科普义诊活动。

在该院科普教育基地与城投健康体检中心携手举办的亲子沟通营上,一场“我是小小体检师”的活动,让参加的小朋友切实感受到了生命急救的重要性。科普志愿者与30多位小朋友及家长讲解互动,一起了解AED(自动体外除颤仪)知识,现场实训心肺复苏法和海姆立克法,提升小朋友对生命急救的认知。

“公共场所意外发生率高,环境相对封闭,发生意外后短时间内无法获得院前医疗急救服务,所以需要提高全民心肺复苏及AED使用的掌握率,提升市民自救互救能力,急救培训很关键!”该院心血管护理专科小组组长、心内二科护士长王柳柳表示。下一步,该院科普小分队还会继续深入基层,为社会大众传播健康知识。

·曹磊磊 张令煜 龚海燕·

崇川“彩虹桥”健康产业联盟成立

推动行业健康发展 建设放心消费标杆

本报讯 5月30日,崇川区“彩虹桥”健康产业联盟成立。该联盟是在崇川区市场监督管理局虹桥分局指导下,由从事保健品经营等健康产业的企业共同发起成立的一个非营利性自律管理组织,旨在推动行业健康发展,带动联盟内各企业共同推进放心消费。联盟成立当天,各企业和崇川区市场监督管理局虹桥分局负责人即前往南通市北护理院、南通市大生护理院看望慰问老人,并捐赠了近6万元物资,以实际行动践行“彩虹桥”健康产业联盟的爱护精神。

该联盟理事长、江苏栖霞庭品牌管理有限公司董事长卢刚刚介绍,联盟成立后将健康产业的实际情况和消费者的实际需求出发,坚持“平等、自愿、互惠、共赢”的原则,围绕健康相关产品、技术、经营、运营和售后等内容,为成员提供信息与技术交流平台、产品与服务展示窗口;同时针对行业

发展中的重大问题与需求,提供法律、标准、制度等方面的帮助。

据悉,在联盟组建过程中,崇川区市场监管局虹桥分局从联盟章程、管理制度、消费承诺、会费管理、联盟活动等方面,给予了全程指导。在规范经营方面,联盟制定了产品进货查验、产品出入库管理等多项管理制度,严禁利用会销等方式虚假、夸大宣传,要求入会单位签订放心消费承诺书,承诺不影响二次销售的情况下,七天无理由退货退款。在促进行业发展方面,联盟会员单位将做好明码标价、自觉维护公平有序的经营环境等。该联盟的成立也是主管部门在保健品行业监管上的一次有益探索,下一步虹桥分局将密切关注联盟的建设与发展,指导联盟积极开展科普宣传、公益服务等,充分发挥联盟桥梁作用,把联盟建设成为保健品行业管理、保健品放心消费的典型和标杆。

·王怡·

《健康腺报告》在通首发

专家呼吁:健康生活,远离“腺”病

本报讯 乳腺结节、甲状腺结节、前列腺增生、胰腺炎……现代社会,随着人们生活方式的改变,与腺体有关的疾病高发。近日,一场别开生面的“健康生活方式教育论坛暨健康腺报告发布会”在通举行。当天,国内收录医学期刊论文最权威的数据库平台——万方医学与我市知名健康管理企业——神尊光年集团共建的“生活方式医学研究院”正式对外发布《健康腺报告》,从13个方面全面阐述了腺病与健康生活方式之间的关系、健康腺管理的对策等内容。

神尊光年—万方医学生活方式医学研究院院长、《健康腺报告》发布人于海峰介绍,该报告历时三年,查询了大量文献、数据,并进行了翔实的调研,最终形成了数万字的报告,并选择在全国健康城市建设样板城市——南通进行首发,更是希望能够在南通推广“健康腺”教育项目,助力健康南通建设。该项目融合了合理膳食、国医验方、心理调适、中医适宜技术和健康管理、养生文化等多种要素,旨在提供

腺体相关疾病问题的一站式解决方案,改善腺体疾病患者的健康状况,并将更多腺健康知识用老百姓喜闻乐见的方式进行推广,让大家不生癌、少生病。

早在去年5月,万方医学就与神尊光年集团合作共建非营利性机构——生活方式医学研究院,并在通州区金新街道社区教育中心等地开展了中医文化养生健康教育公益项目。神尊光年创始人陶微介绍,接下来,研究院还将与中国地名学会深度合作,重点研究全国各地的经济、文化、生态、健康等方面的许多优秀研究成果,在全国范围内推广“长寿之乡”南通独特的地域养生文化,并通过完整社区教育联合体、医疗健康联合体等多个平台,将最简便易学且安全的非药物非创伤健康腺干预手段及更多健康从业人群和普通市民,提升公众对健康生活方式的认知,真正做自己健康的第一责任人。

记者了解到,以民办非营利性机构的名义发布《健康腺报告》,这在我市尚属首次,在全省乃至全国也不多见。

·冯启榕·