

我省确立“十三五”卫生计生工作目标

1月15日,全省卫生计生工作会议在太原召开。会议总结“十二五”时期和2015年我省卫生计生事业改革发展取得的成绩,部署“十三五”的总目标和总任务,安排2016年的重点工作。省政协副主席、省卫生计生委主任卫小春出席会议并作工作报告。

“十二五”时期,全省卫生计生事业取得了辉煌成绩:新农合参保率达99.2%,实现应保尽保;人口自然增长率控制在6‰以内,

圆满完成了“十二五”规划目标;各级财政对卫生计生事业的投入达404.45亿元,年均增幅达24.4%;人均基本公共卫生服务经费由2010年的15元提高到2015年的40元,开展项目由9类21项扩展到12类45项,各项指标均达到或超过国家要求。

会议提出,到2020年,基本建立覆盖城乡居民的基本医疗卫生制度,实现人人享有基本医疗卫生服务,人均预期寿命在2015

年基础上提高1岁,婴幼儿死亡率和孕产妇死亡率进一步降低,主要健康指标达到或超过全国平均水平。

就今年的卫生计生工作,卫小春在报告中说,重点抓好十项任务:加快医药卫生体制改革,推进建立分级诊疗制度;坚持计划生育基本国策,促进人口长期均衡发展;提升医疗服务质量和水平,推进优质资源流向基层;发展健康养老和社会办医,满足群众

多样化健康需求;扎实开展公共卫生服务,强化疾病防控和健康促进;完善中医药事业发展政策和机制,切实提升服务能力;实施人才优先和科教兴医战略,推进医学科技创新;大力实施健康扶贫工程,全力以赴打好脱贫攻坚战;加强法治建设和综合监督,深入推进“六权治本”;狠抓廉政、安全、宣传和督查工作,营造稳定和谐发展环境。

寒冷月份要当心儿童传染四种疾病

1月份是冬季最寒冷的月份,而寒冷中有些疾病易传染儿童,特别是流脑、流行性腮腺炎、水痘和麻疹。提醒家长们要格外注意。流脑是由脑膜炎球菌感染引起的急性呼吸道传染病。其临床特点为起病急、病情重、传播快、病死率高。流脑的初期症状很像感冒,因此往往不被重视以致延误治疗。流行期间应搞好个人及环境卫生,保持室内通风,勤晒衣被。儿童可接种疫苗进行有效预防。

流行性腮腺炎是由腮腺炎病毒引起的急性呼吸道传染病。临床表现为体温中度增高、头痛、肌肉酸痛等。腮腺肿大常是首发体征,多见于5岁至10岁的儿童。主要通过飞沫及病人接触后传染,好发于人群聚集处,如幼儿园、学校等处。疫苗是控制腮腺炎流行的有效方法。

水痘是由带状疱疹病毒引起的急性呼吸道传染病。以发热、周身性红色斑丘疹、疱疹和痂疹为特征,常成批出现,多见于头部、脸部、胸部、四肢近端等部位。感染对象主要为幼托、学龄期儿童。水痘传染性强,易通过呼吸道或日常生活接触传播。预防措施上应注意平时开窗通风,保持空气流通,培养孩子良好的卫生习惯,幼托机构及学校等加强晨检,发现病人及时隔离治疗。易感人群可接种水痘疫苗进行预防。

麻疹是由麻疹病毒引起的一种急

性呼吸道传染病。临床上可表现为发热、咳嗽、眼结膜炎、口腔麻疹黏膜斑和皮肤红色斑丘疹,症状重者可并发肺炎、心肌炎。麻疹传染性极强,传播迅速,发病主要以儿童为主。预防麻疹,要保持室内空气流通和新鲜,加强户外锻炼。满月龄以上的未接种麻疹疫苗的易感儿童,可应用麻疹减毒活疫苗或麻疹—风疹—腮腺炎联合疫苗免疫预防。

婴幼儿是最易感染麻疹的人群,一般八个月到六个月的小孩多,因为抵抗力下降比较容易传染,成人一般很少。为了防患于未然,预防麻疹最好最有效的方法是注射疫苗(麻疹、麻风二联、麻腮二联、麻腮风三联),我们国家提倡8月龄的孩子开始打麻疹疫苗,18-24月龄再注射第二针,大人过去没出过麻疹或者没打过疫苗,也要注意个人卫生。流脑有严重的危害性,即使有适当的抗生素治疗,仍有约9-12%的病人死亡。而那些恢复的患者,超过20%有严重的后遗症,如:永久性失聪、四肢损失或脑损伤。所以预防儿童流脑非常重要。除了做好各项防护措施,预防流脑最重要的一点就是要按时接种流脑疫苗。预防水痘最经济、最便捷、最有效的方法就是接种疫苗,不仅可以直接预防儿童时期的水痘,还能间接预防成年期的带状疱疹。建议儿童在满1周岁时接种第1剂,在4-6岁接种第2剂。



高血压用药误区 | 王文教授:凭感觉服用降压药

王文教授:中国医学科学院阜外医院教授、国家心血管病中心专家、北京高血压防治协会会长

专家解读

高血压是最常见的慢性疾病之一,也是我国心脑血管疾病发生和死亡的最主要因素之一。目前,高血压的治疗包括坚持生活方式改善和合理服用降压药物,而科学的用药方案事关高血压的防控水平。但据相关数据统计,多数高血压病人都不能坚持长期用药,仅凭感觉服用降压药。

血压高者并非都有症状

高血压最常见的症状是头晕、头痛,但也有人收缩压高达160mmhg或170mmhg时并无症状,有人称高血压为“无声杀手”。对高血压如果长期置之不理,势必对心、脑、肾等器官造成损害。若想了解自己的血压数值,只能通过测量血压获知。正常成年人每两年测量一次血压,能把隐藏在正常人群中的高血压量测出来。

长期高盐饮食,肥胖、过量饮酒、精神高度紧张者是高血压的高危人群,建议每半年就要测一次血压。另外,收缩压在130mmhg-139mmhg或舒张压在80mmhg-89mmhg区间的人,每六个月量一次。即便是长期规律服药的高血压患者,也要定期测量血压,掌握用药和血压之间的关系。不规律的服药并不能保证血压长期平稳达标。

高血压的诊断标准为非同日三次测量血压,收缩压 ≥ 140 mmhg和或舒张压 ≥ 90 mmhg。按轻重程度,高血压又分为三个级别,70%-80%的高血压人群都属一级或二级,三级高血压是收缩压值超过180mmhg,和/或舒张压超过110mmhg。

血压患者都有效。因此,被初步诊断为高血压的2-4周内,病人要按医嘱定期到医院就诊,血压达标者,维持治疗。血压未达标者,通过调整药物,尽快达标。

一般来讲,1-2级高血压患者服药后4-12周能够实现血压达标就可以。血压降得过快、过低,易发生缺血性事件。一些对高血压状态耐受的,如果血压突然降到正常值会有不适应的感觉。有些老年人血压降得太快易造成体位性低血压,坐位时血压正常或升高,但站立时血压降低,致使摔伤事件几率增加。服用降压药降压的原则是逐步实现血压平稳。

长期规律服药只是控制血压的一个手段

长期,规律服药必须建立在健康生活方式的基础上,两者缺一不可。如果不加以控制吸烟、过量饮酒、高盐饮食等不良习惯,单纯靠吃药降压,再好的药物也难以将血压降至正常。

高血压饮食疗法最主要的关键点是减盐,严格限盐可以有效降低血压,中国营养学会推荐健康成人每日是钠盐摄入量不宜超过6克,高血压患者更低一点,限制钠盐的摄入是预防和治疗高血压花费成本最小的有效措施。钾的摄入量与血压水平成负相关。适当增加饮食中钾的摄入量也可取得降压效果,钾能促钠排出,我国人群每天钾的摄入量只有1.89克,远低于WHO推荐的3.51克。

总之,凭感觉服用降压药是用药误区。控制好血压,不仅要按医嘱定期、规律服药,还要定期监测血压值,养成良好的饮食和生活习惯。



卫生与计生

对症服药实现平稳降压
降压药的效果因人而异,
同一种降压药,并非对所有高

情系白内障患者 共建和谐新视界

县眼科医院实施免费白内障手术

绛县眼科医院是一家新成立的眼科综合专科医院,是新型农村合作医疗、医疗保险定点医疗机构,设有眼科、内科、视光中心、准分子激光治疗近视中心、检验科等科室。

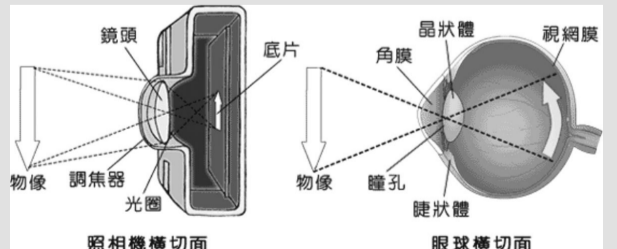
凡满足以下条件,均可享受免费手术:1、参加了新农合或医保的患者
2、有手术适应症
3、无碍手术的其

他疾病
4、绛县户籍。

白内障是发生在眼球里面晶状体上的一种疾病,任何晶状体的混浊都可称为白内障,但是当晶状体混浊较轻时,没有明显地影响视力而不被人发现或被忽略而没有列入白内障行列。根据调查,白内障是最常见的致盲和视力残疾的原因,人类约25%

患有白内障。

白内障若不及时治疗,可能会导致失明。到目前为止,世界上尚无确切有效的药物或者器械可以治疗白内障,手术治疗是白内障患者唯一有效的选择。绛县眼科医院采用国际先进的微创超声乳化技术,不仅手术安全性更高,术后视觉质量也更完美。



医院咨询电话:0359-6723111

手机:18535928857

地址:绛县涑水大街西段(信用社西侧)