

2017年全国爱国卫生工作要点

(上接第17期) (十四)组织开展城乡环境卫生整治行动督导检查。深入推进城乡环境卫生整治行动,按照《全国城乡环境卫生整治行动方案(2015-2020年)》要求,组织对各地活动开展情况和目标任务完成情况进行自查和督导检查,推动各地切实改善城乡环境卫生状况。(全国爱卫办牵头,各成员单位参与)

三、提高社会卫生综合治理水平

(十五)深入开展卫生城镇创建活动。继续开展国家卫生城镇创建评审工作,组织成员单位和专家完成2015-2017周期新申报国家卫生城市(区)的评审及2017年复审工作。对各省级爱卫办推荐的2014-2016周期国家卫生县城(乡镇)进行命名。进一步规范评审工作制度,组织对评审专家进行培训,切实提高评审工作质量。修订国家卫生县城(乡镇)标准。注重发挥卫生城镇创建的典型示范作用,带动城乡人居环境质量整体提升。(全国爱卫办牵头,各成员单位参与)

(十六)强化食品安全监管。强化事中事后监管,逐步实现以产品注册、生产许可和监督检查为主的食品生产监管常态化机制。构建食品生产监督检查体系,以日常监督检查、飞行检查、体系检查为重点,建立完善食品生产监督检查体系框架。坚持问题导向,以学校校园及周边、旅游景区及周边等重点区域,节假日和重大活动等为重点时段,加强对学校校园及周边、旅游景区及周边食品安全的监督检查,健全工作机制,创新工作方法,依法严肃查处食品安全违法犯罪行为,不断提高食品安全水平。(食品药品监管总局牵头,教育部、公安部、旅游局参与)

(十七)持续开展农产品质量安全专项整治。以全国农药专项整治行动为抓手,全面推进市场监督抽查、高毒农药定点经营、低毒生物农药使用补贴、安全风险监控。继续开展“瘦肉精”专项整治,健全案件查处机制,加大跨省案件督办力度和工作薄弱地区督查力度。全面运行生鲜乳收购站监管系统,实行信息化、精准化管理,落实质量安全卫生制度,定期对奶站、奶车进行抽样检测和巡查。继续用好兽药飞行检查精准打击违法违规行为。持续推进畜禽水产品抗生素、禁用化合物及兽药残留超标专项整治,进一步加强畜禽水产品生产经营质量安全监管。持续推进食用农产品批发市场专项治理,推动食用农产品批发市场开办者和入场销售者落实食品安全责任。规范水产养殖用药行为,持续就突出问题开展专项整治。继续开展国家农产品质量安全县(市)创建,再确定200个县(市)开展试点。(农业部、食品药品监管总局按职责分工负责)

(十八)加大“限塑”工作力度。积极开展环保宣传,严格贯彻落实相关法律法规,切实加强市场监管,依法查处销售不合格塑料袋等违法行为,提高“限塑”工作实效,遏制城乡白色污染。(发展改革委、商务部、工商总局按职责分工负责)

四、提高依法科学管理水平

(十九)推进爱国卫生立法工作。充分发挥高等院校、科研院所等专业机构和多领域专家的智力优势,深入开展爱国卫生工作理论研究。组织开展爱国卫生立法调研,推进爱国卫生条例草案研究起草工作。(全国爱卫办牵头,各成员单位参与)

(二十)加快爱国卫生信息化建设。充分利用现有设施资源,在全国部署使用爱国卫生信息管理系统及爱国卫生运动网站,实现全国爱国卫生工作信息共享,建立爱国卫生运动网上宣传平台、群众互动平台、社会监督平台和信息管理平台。(全国爱卫办牵头,各成员单位参与)

五、营造良好社会氛围

(二十一)开展健康教育和健康促进活动。结合全球洗手日、世界厕所日、世界无烟日、世界家庭日等各类健康主题活动,开展健康教育宣传活动,加大群众健康理念、健康知识等方面报道,进一步提升全民健康素养。以图表漫画、多媒体移动终端等方式宣传《“健康中国2030”规划纲要》实施落实情况。大力宣传健康中国行、全民健康素养促进进行、全民健康生活方式行动、健康家庭行动、服务百姓健康行动、中医中药中国行——中医药健康文化推进行动和“健康强军”实践活动等。(中宣部、住房城乡建设部、卫生计生委、新闻出版广电总局、新华社、中医药局、中央军委后勤保障部按职责分工负责)

(二十二)推进全民健身与全民健康深度融合。统筹落实《全民健身计划(2016-2020年)》,进一步加强顶层设计,切实发挥国务院全民健身工作部际联席会议制度的作用。完善全民健身公共服务体系,缩小贫困地区基本公共体育服务水平与发达地区的差距。促进全民健身与医疗卫生政策融合、机制融合、人才融合,推进科学健身人才队伍建设,将卫生计生人才培养与全民健身人才培养相结合,研究制定、推广普及健身指导方案、运动处方库和健身活动指

南,并运用在疾病预防、治疗和康复全过程,将全民健身工作作为全国卫生城市创建、健康城市建设的重要内容。推动《群众冬季运动推广普及计划(2016-2020年)》的贯彻落实,在全国开展群众冬季运动推广普及系列活动。不断优化青少年体育社会组织政策环境,积极引导俱乐部有序发展。大力推动青少年体育活动赛事广泛开展。继续推动全国各级各类学校全面实施《国家学生体质健康标准》。实施《全国体育传统项目学校体育师资培训五年计划(2016-2020年)》,全年培训传统校体育教师1000人。(教育部、卫生计生委、体育总局按职责分工负责)

(二十三)组织开展爱国卫生运动65周年系列活动。召开爱国卫生工作有关会议,全面系统总结爱国卫生运动65年来,特别是党的十八大以来取得的伟大成就和历史经验,部署新时期爱国卫生工作。制作播出专题纪录片和公益广告。组织编写史册,突出不同时期的重点工作内容。以“为了人民的健康——65年的历史与展望”为主题,在全国开展第29个爱国卫生月活动。发布全国爱国卫生运动标识。组织召开爱国卫生运动论坛暨学术交流会。贯彻大卫生、大健康理念,充分发挥主流媒体作用,采用报纸、书刊、广播、电视、网络等各种宣传形式,以文字、图片、漫画、音频视频及新媒体制作等多种方式,持续开展系列宣传报道,大力弘扬爱国卫生运动典型人物和先进事迹,掀起引导人民群众关心、支持、参与健康中国建设的宣传热潮,为党的十九大召开营造良好社会氛围。(全国爱卫办牵头,各成员单位参与)

40岁之前高血压,一定要检查这三项!

我们常说的高血压,一般指的是原发性高血压,没有明确的病因,其发生与遗传以及不健康的生活习惯有关。但是,还有一些高血压是因为某种疾病比如肾脏病、原发性醛固酮增多症等引起,先有这些病,后出现高血压,这类高血压称继发性高血压。

一般来说,原发性高血压大多40岁以后发生,而继发性高血压常于40岁之前发生。所以,对40岁之前发生的高血压一定要筛查上述的疾病。今天我重点介绍一个检查项目——高血压三项。

肾脏分泌一种东西叫肾素,肾素又激活一系列的程序称肾素-血管紧张素-醛固酮系统(专业称RAS系统)。正常情况下,RAS对维持人体的血压、血容量的稳定以及水和电解质等的内环境平衡发挥着非常重要的作用。但是,异常情况下,比如肾脏受损后

肾素分泌增加,或者肾上腺出现问题醛固酮分泌增加等,都会出现血压升高等一系列病理情况。

临床上,我们通过检查血液中的肾素、血管紧张素II和醛固酮三种物质的含量,来判断患者的高血压是原发性高血压还是继发性高血压,是哪一个类型的继发性高血压,这个检查就是高血压三项检查。

再说原发性醛固酮增多症。美国最新的一项研究发现,7000万个高血压患者中,估计有700万个原发性醛固酮增多症,远远高于之前统计的数字。也就是说,我们对原发性醛固酮增多症的认识还远远不够,大量的患者被误认为是原发性高血压。

2016年美国的指南提出应将原发性醛固酮增多症作为公共健康问题对待,并建议对以下人群进行高血压三项的筛查:

1、伴有低钾血症的高血压患者;

2、高血压同时伴有睡眠呼吸暂停的患者;

3、三个不同的日子测量血压,持续超过150/100 mmHg的患者;

4、难治性高血压(经3种常规降压药治疗无效)患者;

5、使用4种及以上药物控制高血压的患者;

6、有肾上腺肿瘤或肾上腺腺瘤的高血压患者;

7、40岁之前发生的早发型高血压,以及有早发型高血压家族史的患者;

8、直系亲属中有原发性醛固酮增多症的患者。

除了筛查高血压三项之外,还应该进行血钾、尿钾、肾上腺薄层CT等检查,必要时做肾上腺静脉插管取血查高血压三项。

孕期营养健康宣教

主讲人:绛县人民医院妇产科主任 王晓晔

一、什么是营养:营养是指人体摄取、消化、吸收和利用食物中养料(营养素)以满足生命活动的整个过程。

二、什么是平衡膳食:指膳食中所含的营养素要种类齐全、数量充足、比例适当。

世界上没有一种食物含有人体所需的全部营养素,必须多种食物相互搭配,以达到“平衡膳食”。

三、孕期营养不良的后果:增加早产、低出生体重、出生缺陷的风险;增加孕期贫血、妊娠期高血压疾病、妊娠期糖尿病、巨大儿、难产等孕期并发症合并症的发生比例。

四、孕早期膳食要点以新鲜蔬菜和水果、大豆制品、鱼、禽、蛋及各种谷类制品等清淡和适口食物为主;少食多餐以保证食量;可口服少量B族维生素以缓解妊娠反应;每日继续补充叶酸400微克,直至整个孕期。

五、孕中晚期膳食要点适当增加蛋白质的摄入适当增加奶类的摄入常吃含铁丰富的食物适量身体活动。

房前屋后的中草药

五加皮

【学名】五加皮
【科属】吊石苣苔属,五加科。

【别名(地方名)】追风使,坎拐棒子、老虎潦、一百针。

【主要生境分布】绛县辖区冷口峪,紫家峪,陈村峪,磨里峪,续鲁峪等地,多与灌木丛中的向阳坡地野生。

【采收加工】1.嫩叶采收:从4月下旬至8月末皆可采摘。要准确掌握采摘时机,在嫩叶完全舒展,尚处于鲜嫩状态时采摘。采摘时要用“采

一留一”的办法,保证有足够的叶片供树木正常生长。

2.嫩茎采收:刺五加一般在4月下旬至5月上旬开始发芽,当嫩茎长到15~20厘米时即可采摘。掌握采摘时机非常重要,采早了产量不高,味道不好;采晚了茎会变老,品质下降。3.根皮及茎干的采收:根及茎干的采收宜在秋天树木落叶后进行。对那些经过多年采摘和反复平茬,没有复壮希望的老龄树连根挖出,地上茎干部分截成20厘米长的段,洗净晒干

后捆成小捆。根部挖出后抖掉泥土,用清水洗净,剥掉根皮晒干后即可出售或储藏。

【性味功能】味辛、苦,微甘,性温。归经:归肝经,肾经。祛风湿;补肝肾;强筋骨;活血脉。

【临床应用】主风寒湿痹;腰膝疼痛;筋骨痿软;小数点几行迟;体虚羸弱;跌打损伤;骨折;水肿;脚气;阴下湿痒。

【用法用量】9~27g。水煎服

(李玉奎 郭志斌)

