

# 县卫健局举办全县医疗监督执法及疫情防控传染病防治培训

本报讯 12月9日,县卫生健康和体育局在县卫校举办全县医疗监督执法及疫情防控传染病防治培训,培训班为期2天。卫体局副局长逯矿旗,卫生监督执法大队队长荆晨剑,卫校校长宁天洋,参加开班仪式,各医疗卫生单位业务院长、医务科主任、乡镇卫生监督协管员、卫生监督执法队全体人员,共80余人参加培训。

开班仪式由卫校校长宁天洋主持,卫健局政策法规监督股股长崔鸽子宣读《关于举办全县医疗监督执法及疫情防控传染病防治培训的通知》,卫生监督执法大队队长荆晨剑强调培训纪律,卫体局副局长逯矿旗做重要讲话。

逯矿旗提出,此次培训目的是进一步提高全县卫生监督执法能力建设,增强卫生监督执法水平,提升各级医疗卫生机构协管能力有力确保我县冬春季疫情防控工作落实落细。他强调要充分认识到卫生监督工作的重要性,切实履行好职责,要通过培训提高卫生监督

执法能力,提升依法办事水平,为全县人民群众的生命安全和身体健康撑起“蓝色护盾”,全力以赴确保我县疫情防控取得最终胜利。

本次培训,特邀省、市卫生监督所传染病防治和医疗卫生监督专家授课。培训班上,老师们就医疗监督执法、新形势下疫情防控传染病防治监督检查、妇幼健康执法监督、医疗机构临床用血监督进行了详细讲解,并一一解答了学员们提出的执法办案难点,并从实际办案角度与学员们进行了互动交流,学员们情绪高涨,现场学习气氛浓厚。

本次培训通过“理论授课+视频讲座+案例分析”相结合的形式,强化了理论基础,全面增强卫生监督执法人员执法实践能力,提高监督执法水平,为进一步加强我县医疗卫生与传染病防治监督管理工作、疫情防控工作、切实维护人民群众的健康权益、促进全县卫生事业健康发展打下了坚实基础。



## 富血小板血浆疗法(PRP)项目落户涇县中医医院

本报讯 12月8日,富血小板血浆疗法(PRP)项目落户县中医医院,启动会在县卫体局五楼召开。县卫生健康和体育局副局长贾俊红,县中医医院院长王文杰,富血小板血浆疗法(PRP)团队参加。

县卫体局副局长贾俊红向项目团队的到来,表示热烈的欢迎和衷心的感谢!她讲

到,富血小板血浆疗法(PRP),安全性高,愈后效果好,应用前景广阔,是我县卫体系统引进新项目、运用新技术的又一有力举措。随着新治疗技术的引进、推广和普及,将为我县及周边县市患者尤其是一些疑难病症提供有效的治疗方法,造福人民群众,惠及人民群众,让更多的患者受益,为促进我县

卫生健康事业发展填上了浓墨重彩的一笔。

富血小板血浆疗法(PRP)技术是一种新的非手术治疗方法,不需要开刀,患者只需抽取自身的血液,通过离心装置把血液中的PRP血浆收集起来,然后注射到患者体内(如膝关节炎患者注射到膝关节腔内),血小板内的生长因子就会促进组织的再生和

修复。PRP注射用于治疗各种膝关节骨性关节炎,退化性关节炎,急性慢性肌腱炎,慢性肩痛,肌腱及韧带扭伤拉伤,足底筋膜炎,网球肘,高尔夫球肘,跟腱炎等疾病,避免糖皮质激素反复应用后的不良反应和韧带关节退变。

### 冬季五种多发疾病做好预防是关键

#### 鼻炎

冬季鼻炎以冷空气过敏性鼻炎居多,患者经常出现鼻塞、鼻痒、流涕、打喷嚏等症状。

**预防方法:**气味浓的物品、化妆品等都会刺激鼻炎发生,应避免接触;开空调取暖的房间用加湿器,保持室内空气湿润、清新;提高御寒抗病能力,每天早晨可用冷水洗脸;学会正确的擤鼻方法,先擤一侧,再擤另一侧,切勿用力过猛;按摩迎香穴、鼻通穴和印堂穴。先将双手掌搓热,然后用两手中指指腹用力按揉100次,直到穴位产生酸痛感为止,还可以推鼻梁、揉搓鼻翼,坚持做可以预防鼻炎发生。

#### 哮喘

寒冷季节容易发生呼吸道感染,或天气突然变化或气压降低,都可激发哮喘发作。

**预防方法:**远离过敏原。有哮喘病的患者可以去医院检查过敏原。尘螨、花粉、牛奶、禽蛋、羽毛、棉絮、真菌等都是重要的过敏原,要避免在日常生活中接触,雾霾天外出戴口罩;预防感冒。感冒和上呼吸道感染(尤其是病毒感染)是最常见的诱因,冬春季节或气候多变时更为明显。对于流行性感冒,可接种流感疫苗进行预防;避免过度劳累及情绪激动,以免诱发哮喘。

中医膳食食疗可以缓解呼吸道疾

病,预防哮喘。如芡实核桃粥:芡实30克,核桃仁20克,红枣10个,粳米50克,煮粥食用,有补肾纳气定喘之功效。参苓粥:党参、生姜切薄片,茯苓捣碎泡半小时,取药汁,与粳米同煮粥,具有补肺益气、固表止哮之功效。

#### 心脑血管疾病

冬季气温低,人体新陈代谢缓慢,心脑血管病人身体受冷空气刺激,血管骤然收缩,易导致血管阻塞,从而诱发心脑血管疾病。

**预防方法:**要注意保暖,建议冬日太阳出来后再运动,运动强度要适当,最好选择散步、慢跑、打太极拳等不太激烈的运动;进补适度,很多人都有冬季进补的

习惯,但由于冬季运动少,如果大量进补,会造成血脂升高,有可能会发生心脑血管意外;多吃对心脑血管有益的高蛋白、高维生素、高纤维素、低脂肪饮食,如牛奶、鱼类、芹菜、玉米之类,建议50岁以上人群、高血压、糖尿病、慢性肾病患者食盐日摄入量不超过1.5克,要戒烟限酒;定期体检,高血压患者要按时服药,不可突然减量或停药;保持情绪稳定,避免精神紧张和情绪激动;在医生指导下经常按摩劳宫、内关、合谷、神门、少府等穴位,有疏通经络、活血化瘀等作用,对心脑血管病有预防作用。

(完)

## 涇县新冠肺炎疫情防控指挥部提示

当前,境外新冠肺炎疫情大流行呈加速扩散态势,对我国疫情防控带来严峻挑战。特别是进入冬春季以来,我国多地接连报告进口冷链食品外包装及外包装核酸检测阳性,尤其是12月份以来,我省临汾市尧都区、侯马市等地陆续从进口冷链食品外包装中检测出新冠病毒核酸阳性。新冠肺炎疫情通过进口冷冻食品等渠道传入我县的风险持续增大,疫情防控形势日趋严峻。为科学精准果断做好我县常态化疫情防控工作,严格执行“外防输入、内防反弹”防控策略,坚持“人物同防”“多病共防”原则,严把“境外输入”“省外输入”“冷链输入”三个关口,县新冠肺炎疫情防控指挥部紧急提示:

**一、关注疫情动态、掌握防疫政策。**14天内有中高风险地区旅居史的来(返)涇人员,要第一时间向所在村(社区)、单位(宾馆酒店)报告,配合当地开展疫情排查和核酸检测。凡持有7日内核酸检测阴性证明的,在做好个人防护的前提下,进行7日居家(宾馆酒店)自我健康监测。如无法提供核酸检测阴性证明,先集中隔离医学观察并第一时间完成核酸检测:检测结果阴性者,解除集中隔离,在做好个人防护的前提下,进行7日居家(宾馆酒店)自我健康监测;检测结果阳性者,立即收治定点医院。自我健康监测期间非必要不外出。

**二、增强防护意识、养成良好习惯。**外出或到人员密集场所时,要科学佩戴口罩。养成“一米线”、勤洗手,注意咳嗽礼仪,使

用公筷公勺等卫生习惯。减少不必要聚会、聚餐等聚集性活动,尽量避免前往人员密集和通风不良的场所。加强锻炼,注意保暖,均衡营养,劳逸结合,提高身体免疫力。居家、教室、办公场所等注意经常开窗通风,保持空气流通、清新。

**三、科学选购食品、正确加工烹饪。**选购冷链食品要去正规超市或市场,应尽量避免海淘、代购国外商品。通过电商、微商等渠道购买的进口商品,快递外包装如未消毒不要带入室内。在选购冷链食品时,应佩戴口罩和一次性手套,避免用手直接接触,购物后及时进行手部清洗消毒,避免用手接触口鼻眼等处。处理食材时,避免在水龙头下直接冲洗,防止溅洒污染。进口冷链食品购买回家后,可用75%酒精消毒外包

装表面。食材加工时,要生熟分开、煮熟煮透。

**四、开展健康监测、及时规范就医。**开展自身健康监测,如出现发热、干咳、乏力等可疑症状,不要自行购买和服用药物,应自觉避免接触他人,规范佩戴口罩后前往指定医院发热门诊检查治疗(县人民医院)。

**五、强化管控措施、开展定期消毒。**车站、商场、大型超市、医疗机构等大型公共场所要强化健康扫码、测体温、通风消毒等防控措施,提醒进入场所的人员戴口罩、保持安全距离。定期对公共设施特别是电梯、门把手、卫生间等开展预防性消毒。

涇县新冠肺炎疫情防控指挥部  
2020年12月8日