

筑牢服务网底 夯实基层基础

区卫计局为全区乡村医生“充电”

本报讯(通讯员 蒋婉丽)近日,区卫计局在区中医院举办了为期三天的全区乡村医生培训班,全区一百多名乡村医生参加了此次培训。

为了提高基层服务质量,让老百姓满意,此次培训从管理、临床服务、健康教育三大领域入手,采取理论与实践相结合,多层次、多角度、全方位地开展。培训内容涉及基层卫生政策法规、基层临床常见病、多发病的初步诊治与慢性病管理、基层常用急救技术、妇女、儿童保健服务

技术以及中医药适宜技术的应用与推广等内容。

整个培训过程,授课老师用生动、鲜活的病例,结合临床特点,为广大乡村医生认真解析医过程中遇到的各种疑难问题。乡村医生纷纷表示,通过此次学习,开阔了视野,补充和更新了相关医学知识。

“通过培训,切实加强了乡村医生队伍建设,提升了乡村医生医疗卫生服务水平,筑牢了农村医疗卫生服务网底,为保障农村居民享受均等化的基本公共卫生服务

打下了坚实基础。”区卫计局工作人员说。

据悉,此次培训是“十三五”期间乡村医生两年一次考核的重要组成部分,区卫计局还将于本月对乡村医生进行理论考试,此次培训及理论考试结果将作为乡村医生考核、注册的主要依据。下阶段,我区将进一步加强培训和考核工作,逐步建设一支能够满足基本医疗卫生需求,并具有较高专业素质的农村医疗卫生服务队伍。

下乡义诊送健康 为民服务暖人心

近日,黄岩中医院党总支志愿服务队走进北城街道后庄村开展送医送药下乡活动。志愿者服务队由内科、外科、骨伤科、针推科、眼科等科室十余名骨干组成,为村民提供量血压、测血糖、健康咨询和一般诊疗等服务。在这里村民不仅可以寻医问诊,还能免费领取药物。本次义诊活动共接诊100余人,发放药品价值1200余元,受到了村民的一致好评。

本报通讯员 王新安 摄



科普园地

黄岩区科协、《今日黄岩》报合办

冬季养生的误区

由于天气寒冷,很多人都会选择窝在家里不出去,即使是出去也会穿的厚厚的,认为这样才能够不被冻到,不会生病,但是真的是这样吗,很多时候并不是穿的越多越好,那么冬季养生6大误区有哪些,下面就为大家介绍一些。

1. 关紧门窗感冒少

有些人一到冬天就门窗紧闭,认为这样温暖,不容易感冒,其实并不是这样的,门窗紧闭会使空气不流通,而空气中有大量的细菌、病毒、二氧化碳和灰尘,在这样的空气中,人容易感冒、咳嗽,所以应该经常开窗,保持空气新鲜。

2. 戴口罩防感冒

在冬天,看大街上的人,包的严严实实的,还戴上口罩,在一定程度上虽然可以抵

御寒冷,但是也会使人的抵抗力变差,稍微受寒反而容易感冒,因此,努力提高自己的抵抗力,这样才能够更加健康的度过冬季。

3. 衣服穿的越多越好

很多人在冬天穿的一层又一层,其实,衣服是起到隔离寒冷的作用,它缓冲了外面冷空气和体表热空气之间的对流,使人体的热量得以保存,但是衣服穿的过后,就会使人的抵抗力下降,所以,冬季穿衣适宜就好了。

4. 从室外进屋先暖手和脚

许多人从寒冷的室外进入室内时,首先把冻僵的手脚放到取暖器边烤或用热水泡,其实这一冷一热的骤然交替对手脚极为不利,很容易使手脚生冻疮。正确的方法是,手脚相互摩擦,使表皮温度自然回升,然后再

用热水泡,放到取暖器边烤。

5. 蒙头睡觉

当室温低于16℃度时,晚上睡觉会感到一些凉意,有的人因此在冬季时会把头蒙在被窝里睡觉,感觉上暖和一些。其实,这是非常不科学的保暖方式,我们需要吸进的是氧气,呼出的是二氧化碳,被窝里空气流通太差,氧气会越来越来少,二氧化碳和不洁气体却越积越多。

6. 喝白酒可御寒

不少人以为喝白酒可以御寒。实际上,人喝酒后,受酒精刺激,血管扩张,身体的热量会大量释放,所以会有发热的感觉,但这种感觉会很快消失。尤其是热量释放到一定程度时,人反而会感觉冷。

(来源:99健康网)

遗失声明

遗失黄岩区新华书店事业单位法人证书正、副本各一本,证书号:事证第133100300096号,声明作废。

更正声明

2017年10月24日刊登于第3版中的(2017)浙1003民初2583号判决书中,其中原告名称“卢森琴”更正为“方蕾”,特此声明。

2017年11月21日

健康小知识

女性生殖健康小知识

1. 白带异常表明什么?

答:生殖系统可能有炎症,或局部异物刺激,或某些慢性病引起的内分泌失调,出现白带的量、颜色、粘稠度发生异常变化,即为白带异常,又叫带下病。

2. 紧急避孕药可以常吃吗?

答:紧急避孕是指在无避孕或避孕失败的房事后短期内采用的防止怀孕的短效补救措施。只能偶然使用,并且只对前一次房事有补救作用,对服药后的房事没有效果,不能代替常规的避孕方法。

3. 流产后多长时间可以再怀孕?

答:不论是自然流产还是人工流产,都对女性子宫造成一定创伤及发生体内的一系列改变。因此,流产后要有一定的休息时间,使子宫恢复到正常状态,如需再次怀孕,应在半年以上或更长时间,以保证正常的子宫孕育健康的胚胎。

4. 女性最佳生育年龄是多少岁?

答:从优生角度讲,最佳生育年龄在25岁—29岁。

5. 得了宫颈糜烂会出现哪些症状?

答:主要症状,通常呈粘稠或脓性粘液,有时伴有腥臭味,有时带血或有性交出血,其次是外阴瘙痒或灼热不适,下腹部或腰骶部疼痛,每于性交、经期和排便时加重。也有自觉双下肢无力,口苦,恶心,小便发黄等。

6. 什么情况下不能使用紧急避孕药?

答:在以下情况下是不能使用紧急避孕的:已经确定为妊娠;一个周期内多次无保护措施性生活。

7. 卫生护垫影响宫颈糜烂吗?

答:按道理讲应该没有直接的关系,但是现在市场上卫生护垫的卫生指标如果不合格反而会造成阴道感染。在一个健康报道上曾经登过,对一些生产卫生巾的厂家做过一些检测,有一些卫生巾的指标是超标的,其中有一些大肠杆菌、链球菌、真菌超标。还是穿纯棉的内裤天天换洗会好一些。因为有时候你确实不清楚产品质量是否合格。

8. 经常腰酸是不是妇科有炎症?

答:不一定。腰部损伤、腰部着凉等都可能引起腰酸,如果排除以上症状,应到医院进行妇科检查是否患妇科炎症。

(区卫计局供稿)

拟申请注销登记公告

台州市黄岩区新华书店拟向事业单位登记管理机关申请注销登记,现已成立清算组,请债权人自2017年11月23日起90日内向本清算组申报债权。特此公告。

讲文明树新风

中国文精化神
中国中国表形达象



我的中国梦

