

市疾控中心开展慢性病防控宣传活动

入村送健康 防控有“良方”

本报讯 记者黑晓晓报道:近日,市疾病预防控制中心(市卫生监督所)慢病科工作人员先后深入沁县倪村和平顺县棒蛟村,开展“科学防控慢病 安心温暖过冬”健康宣传活动,将通俗易懂的慢性病防控知识与贴心实用的健康服务精准送达农村群众家门口,切实筑牢基层冬季慢性病防控防线。

活动紧密围绕农村群众核心健康需求,以“三减三健”健康理念为核心,聚焦慢性病防控关键要点开展精准宣传。工作人员结合农村地区高发慢性病案例,用接地气的方言俗语讲解专业知识,向群众系统阐

释“早预防、早诊断、早治疗”的慢性病防控核心原则,详细讲解日常饮食中盐、油、糖的科学定量控制方法。针对老年群体慢性病高发、自我健康管理能力较弱的情况,工作人员重点普及口腔健康维护、健康体重管理及骨骼强健保护等实用知识,把专业健康理念转化为群众易理解的日常生活技巧,让健康知识真正入脑入心。

为推动健康知识落地见效,活动现场专门设置实操演示与物资发放环节,切实提升宣传实效。工作人员不仅向到场群众发放慢性病防控宣传手册、健康生活包等物资,更通过

具象化教学的方式,帮助农村群众快速掌握蒸、煮、凉拌等科学烹饪技巧,助力大家养成低盐少油的健康饮食习惯。

此次入村宣传活动,有效提升了农村群众对慢性病的认知水平和自我管理能力,进一步强化了“每个人是自己健康第一责任人”的健康理念。今后,市疾病预防控制中心(市卫生监督所)将持续聚焦基层群众健康需求,推动健康科普资源向乡村下沉,通过多样化、常态化的宣传形式,把慢性病防控知识送到田间地头、送到群众身边,切实守护广大基层群众身体健康。

和平医院援非医疗队启动门诊扩容工程

瞄准诊疗缺口 补齐服务短板

本报讯 记者王敏报道:近日,长治医学院附属和平医院援非医疗队深入洛美受援医院开展专项调研,精准研判当地专科诊疗缺口与民众核心健康需求,正式启动“门诊挂牌扩容”工程,以务实举措持续提升当地医疗服务可及性,为洛美民众织起坚实的健康保障网。

为确保扩容后的专科门诊被广泛知晓、切实惠及民众,医疗队多措并举开展全方位宣传推广工作。在受援医院门诊大厅醒目位置,多语种指示牌整

齐陈列,清晰标注各专科诊疗范围、专家坐诊时间及医师简介,助力不同语言背景的民众快速精准获取就诊信息。同时,医疗队精心制作图文并茂的宣传手册,以通俗直白的语言详细介绍专科服务内容、技术特色及诊疗优势,让当地民众深入理解新增专科的服务价值与实际意义。

自门诊挂牌扩容工程启动以来,医疗队专科服务覆盖面持续拓宽,接诊量呈显著增长态势。据统计,仅近一个月内,专科门诊已累计接诊患者数千

人次,高效破解了当地民众多项专科诊疗难题。医疗队凭借精湛的医疗技术、严谨的执业态度与温暖的服务理念,赢得当地民众广泛认可与高度信赖,成为洛美民众心中可靠的“健康医靠”。

今后,医疗队将结合临床接诊情况与民众健康需求,持续优化专科布局、完善服务流程,不断提升当地专科诊疗水平,以实际行动践行援非医疗使命,进一步架稳中非医疗卫生合作的连心桥,续写中非友谊新篇章。

精准施策助康复 温情陪伴暖童心

文/图 郭倩倩 王慧丽

凛冬时节,市妇幼保健院儿童早期发展中心训练室却暖意融融。来自天津的达达(化名)正紧紧抓着治疗师的手,在平衡木上稳步前行,走完一程便开心微笑,满是雀跃。谁能想到,这个如今能灵活蹦跳的孩子,初到这里时,只能扶墙蹒跚而行。多年来,达达一家每逢寒暑假,都会从天津奔赴长治,在这条跨越数百公里的康复路上,执着坚守、步履不停。

“特殊儿童康复,核心在于精准施策、专业赋能。”治疗师介绍,达达初到中心时,团队便对其进行了全面评估,为达达量身定制了“五健融合”康复方案,兼顾骨骼、口腔、心理等多个维度,分阶段、有侧重地推进康复训练。

在骨骼健康训练中,治疗师采用“辅助支撑+阶梯式强化”模式,循序渐进提升达达的肢体能力。初期,让他扶着平行杠练习重心转移,待肢体能力稳步提升后,便引入平衡木、触觉垫等专业教具,针对性强化下肢肌力与肢体控制度。针对达达口面部肌肉控制力弱、发音模糊的问题,治疗师先从口腔感知训练入手,帮他建立口腔肌肉敏感度,再通过吹泡



医护人员开展日常康复训练。

泡、吹蜡烛等趣味游戏,锻炼唇部闭合能力与气息控制度;发音训练阶段,采用“音形结合”的方式,从单音节逐步过渡到词语、短句,治疗师逐字逐句矫正她的发音错误,全程耐心引导,助力他实现了从“咿呀学语”到清晰表达的关键跨越。

康复之路,不仅要练出强健的体魄,更要守护好脆弱的心灵。初到中心的达达十分胆怯,不愿与人交流,总是躲在家长身后。为了帮他打开心扉,治疗师陪着他玩积木、读绘本,用温柔的陪伴拉近彼此距离,用耐心引导消解他的胆怯与不

安。这份双向的坚守,终在时光里浇灌出成长的硕果。如今的达达,早已不是那个怯生生的小男孩,他活泼健谈,每次抵达长治,都会主动向治疗师和医护人员分享旅途中的趣事,那份阳光与热忱,正是心灵守护与肢体康复双向赋能的最好见证。

在市妇幼保健院儿童早期发展中心,这样的成长蜕变每天都在上演。医护团队始终以专业的诊疗技术、温柔坚定的守护,为每一位特殊儿童撑起一片蓝天,助力他们摆脱困境束缚,绽放生命光彩。



健康动态

淮海医院碎石科新设备正式投用

精准诊疗为患者带来福音

本报讯 记者王敏报道:为进一步提升泌尿系结石诊疗水平,持续优化患者就医体验,近日,长治医学院附属淮海医院碎石科全新医疗设备顺利完成安装调试,正式投入临床使用。该设备的启用,以更精准、高效、安全的诊疗技术,让广大泌尿系结石患者有了新的诊疗选择。

据悉,此次引入全新医疗设备,是该院聚焦学科建设、改善诊疗条件、提升服务能力的重要举措。相较于传统碎石设备,新设备实现了定位精度、碎石效率及患者舒适度的全方位升级。依托先进的影像引导技术,该设备可快速精准锁定结石位置,智能调控能量输出,在高效击碎结石的同时,最大限度减少对周围正常组织的损伤,显著降低患者术中不适感及术后并发症发生风险,尤其适用于肥胖患者等特殊人群的精准碎石治疗。

自新设备投入使用以来,碎石科已成功为多名泌尿系结石患者开展诊疗服务。从临床反馈情况来看,患者术后恢复状况良好,对新设备带来的优质诊疗体验给予高度评价。这一设备的落地,不仅填补科室在精准碎石领域的技术短板,有效缩短诊疗周期、提高诊疗成功率,更为科室学科发展注入强劲动力,为后续优化就医流程、提升医疗服务质量奠定了坚实基础。

今后,该院将持续深耕泌尿系结石诊疗领域,不断精进诊疗技术,将以新设备投用为契机,进一步强化医疗服务能力,始终坚守医者初心、恪尽职守,为群众提供更安全、高效、便捷的泌尿系统健康诊疗服务,切实守护广大群众身体健康。

健康科普

流感防治小知识(一)

流感基本概念

流感,全称流行性感冒,是由流感病毒引发的急性呼吸道传染病,具有较强的传染性,冬春季为高发时段。其流行周期通常为每年11月至次年3月,流行高峰一般集中在12月至次年2月。流感病毒主要分为甲、乙、丙、丁四型,典型症状以全身症状为主,多表现为突发高热,同时伴随乏力、头痛、全身肌肉酸痛等不适。

流感和普通感冒的区别

- 1. 病原体不同**
普通感冒由鼻病毒、冠状病毒等不同种类的病原体感染引起;流感由特定的流感病毒(主要是甲型和乙型)感染引起。
- 2. 传染性不同**
普通感冒传染性弱,很少引发严重并发症;流感传染性很强,易在学校等集体单位内引起暴发流行。
- 3. 症状不同**
普通感冒疾病初期主要以鼻塞、流涕、打喷嚏、咽痛等上呼吸道表现为主,全身症状轻微,一般不发热或仅低热,通常一周内自愈;流感发病急,全身症状重,主要表现为突发高热(39°~40°)、全身肌肉酸痛、乏力等。
- 4. 治疗不同**
普通感冒无特效抗病毒药物,治疗以对症缓解症状为主;流感需针对性使用抗流感病毒药物(如奥司他韦、玛巴洛沙韦),搭配解热镇痛药等进行对症治疗,且抗病毒药物建议在症状出现48小时内服用效果更佳。

预防流感的核心措施

- 1. 及时接种疫苗**
接种流感疫苗是预防流感最有效的手段,可以减少感染、发病以及发生重症的风险。
- 2. 保持良好的个人卫生习惯**
勤洗手、常通风、戴口罩、少聚集。
- 3. 养成健康的生活方式**
规律作息、均衡饮食、适度运动。
- 4. 做好健康监测**
密切关注自身及共同居住者的健康状况,一旦出现高热(39°以上)、头痛、肌肉痛等流感典型症状,及时居家休息,尽量减少跟他人接触。如症状加重,出现呼吸困难、胸痛、意识模糊,要及时就医,以免延误病情。



长治市疾控中心(长治市卫生监督所) 宣