

卫生短讯

市卫健委窗口

获评“服务群众先进窗口”

本报讯(宋红艳)根据中共六安市委办公室 六安市人民政府办公室关于2021年度“万人评科长”“社会评窗口”评议结果的通报,市卫健委行政审批窗口被评为“服务群众先进窗口”荣誉称号。这是市卫健委行政审批窗口进驻市政服务中心后第6次获此殊荣。

为积极推进“长三角一体化”审批服务工作,市卫健委积极创新,依托“皖事通”7×24小时政务服务地图推出“新冠肺炎核酸检测机构查询”、“新冠疫苗接种机构查询”、“卒中中心服务机构查询”等查询服务,以及“公共场所卫生许可证智慧办”、“医师护士执业证书电子化”等多项在安徽省首创的便民服务。推进电子证照归集工作,完成了生育服务证、独生子女父母光荣证、无偿献血证等共计184290条数据归集汇总,受到市“四最”营商环境领导小组办公室、市数管局的充分肯定和通报表扬。

此外,市卫健委行政审批窗口在原有行政审批服务事项全程网办的基础上,积极推动行政审批事项“五端”办理工作,目前86项行政审批事项已经全部实现手机端、自助端、电脑端、窗口端办理。同时,结合邮政快递,实现了“办事零到场”的服务目标。

急救技能培训“面对面”

本报讯(鲁源)6月16日上午,市医疗急救中心组织该中心党员及文明传播志愿者在皋城广场,开展了以“遵守安全生产法 当好第一责任人”为主题的“安全生产宣传咨询日”活动。

活动中,市医疗急救中心展示的模拟人和自动体外除颤仪(AED)吸引了众多市民的关注。在中心志愿者手把手演示教学下,市民们积极参与,基本掌握心肺复苏、AED的使用、海姆立克法等急救技能操作要领。他们纷纷表示学到了危急时刻第一时间自救互救的能力,非常有意。

保护劳动者的生命安全和职业健康是安全生产的本质核心,该中心将在履行120医疗急救工作职能的同时,继续向社会大众普及必备的急救知识和技能,切实保护劳动者的生命安全和身体健康。

卫生健康



六安市卫健委协办

编辑:李珊珊 电话:18605641152 邮箱:152679518@qq.com

冬病夏治正当时 市中医院“三伏贴”下月开贴

本报记者 李珊珊

即将入伏,又到了夏季养生重头戏“三伏贴”上场的时候了。从中医的角度来说,炎热的三伏天正是“内病外治”“冬病夏治”的最佳时机。7月16日是初伏首日,市中医院“三伏贴”将于当天火热开贴。小小一剂“三伏贴”,讲究可不少,具体怎么贴,让我们听听中医专家怎么说。

冬病夏治正当时

6月24日上午,在市中医院康复科,市民奚女士正在咨询“三伏贴”预约事项,这已是她三年来贴“三伏贴”了。

“上年纪了毛病多,腰疼,还有关节炎,怕冷,经常腰下面都是冰凉的,夏天晚上睡觉都要戴上护膝。”奚女士告诉记者,前年开始贴“三伏贴”,情况好了很多,腰疼也有减轻,今年再继续加强一下。

“6月中旬以来,已有不少人来咨询‘三伏贴’的消息,并预约登记。”记者从市中医院康复科了解到,“三伏贴”又叫“三伏灸”,是冬病夏治的典型疗法之一。根据中医理论,三伏天是一年中最热的时段,人体阳气旺盛,气血充盈,经络之气流畅,穴位敏感,此时根据不同病症,辨证选用具有温经通络、益气助阳的药物,贴敷到身体特定穴位,通过调理脏腑发挥平衡阴阳、畅通气血的功能,从而使好发于冬季或者于冬季加重的某些虚寒性病症得以减轻发作乃至不再发病,达到预防和治疗疾病的作用。

适宜多种慢性病

“别看这一片‘三伏贴’丸剂只有硬币大小,它是把十余种药物研成细末,用姜汁调和后制成,浓缩了十余味药材的药性,都是道地药材,经过严格审批和严格检查的,根据不同个体进行辨证施治。”

皖西名医、市中医院康复科一科主任陈家平在接受采访时表示,目前,该院“三伏贴”接纳的常见病种主要包括慢性支气管炎、支气管哮喘、过敏性鼻炎、反复发生的呼吸道感染等呼吸系统疾病,慢性胃肠功能紊乱、虚寒性胃痛等消化系统疾病,宫寒、痛经、慢性盆腔炎、产后身痛等妇产科疾病,消化不良、厌食感冒、哮喘、鼻炎、遗尿、营养不良等儿科疾病。此外,各种颈、肩、腰、腿痛,以及四肢不温、畏寒怕冷、体质虚弱、抵抗力低下的阳虚体质均在适应症范围。

“拿颈背腰腿疼来说,是中老年人冬天常见的疾病,与之相关的如骨性关节炎、

炎、关节发凉、麻木、酸胀等不同症状,通过贴敷刺激穴位,能够温经散寒、疏通经络,达到减少或防止冬天发生疾病的目的。”据陈家平介绍,进行“三伏贴”疗法的人每年都在增加,去年整个三伏,市中医院包括康复科、儿科就有逾千人进行了贴敷。且随着适宜人群的日益增多,贴敷人群也渐趋年轻化,孩子和年轻人逐渐成为冬病夏治的重点人群。

中药敷贴有禁忌

“‘三伏贴’疗效明显,但不是人人皆宜。”陈家平指出,医生会根据患者

的体质以及所患疾病的不同对症下药,不同患者药膏配制不同,贴敷的穴位也不同。根据个体差异耐受性不同,贴敷时长也有所变化。另外,“三伏贴”对于体质偏虚偏寒的患者效果明显,如果是温热病邪引起的热性疾病、感染的发热期,以及易于口舌生疮的内火较重者,用之无用甚至可能加重病情。因此,想靠“三伏贴”治病,最好还是在医生的指导下辨证施治,切勿盲目跟风。

另外需要提醒注意的是,冬病夏治是一个综合性治疗过程,并不能立竿见影,对于很多顽固性冬病,只有坚持按疗程治

疗,一般至少要贴够3年—5年,才能达到长期明显效果。

小贴士:

今年7月16日开始入伏,市中医院的“三伏贴”将从当天开始贴敷。具体时间为—— 头伏7月16日—7月25日,中伏7月26日—8月4日,闰中伏8月5日—8月14日,末伏8月15日—8月24日。

贴敷期间,医院还会根据不同人群需要,提供针刺、艾灸、拔罐、足浴等治疗方法配合治疗,以增疗效,市民可到院咨询。



图片新闻

6月14日是第19个世界献血者日,当日,市中心血站在城区献血点开展主题献血活动,吸引了众多市民的积极参与。

据悉,我市自开展无偿献血工作以来,市领导率先垂范、带头献血,社会各界爱心人士踊跃参与,市卫健主管部门及采供血人员认真履行《献血法》所赋予的责任和义务,保证临床用血需要和安全。目前,全市医疗临床用血100%来自无偿献血。

本报记者 李珊珊 文/图



为深入贯彻落实《中华人民共和国中医药法》,推进中医药文化传承发展与传播,6月22日下午,由市卫健委、市计生协会指导,市中医院主办的“中医文化进校园”活动走进梅山路小学。

活动中,市中医院中药师以常见中药为主题,为师生们上了一堂中药文化公开课。随后市中医院医护人员还现场为学生们进行“七步洗手法”的讲解和演示,并赠送了中药香囊。

李莹琪 文/图

老年教育点燃乡村振兴“新引擎”

——走进霍山县但家庙镇老年学校

本报记者 宋金婷

编者按:乡镇老年人怎样才算安享晚年?打牌?下棋?或许还有另一种可能,他们身兼数职,今天播种、栽培,明天除草、采茶,在做力所能及的事赚取“零花钱”的同时,顺便和年轻人讨论一下如何发展产业经济,为乡村振兴贡献自己的力量。

本期,让记者带你一起去霍山县部分乡镇看看这样“帅气”的晚年生活的老人。



唱念做打 精彩人生 本报记者 袁洁 摄

“我是2015年退休的,镇上很重视老年教育,我们有教材有制度,学校每季度都组织我们参观学习,看农业种植大户、参观红色历史遗址,接受革命教育。虽然退休了,但是我感觉自己并没有和社会脱节。”说起“上学”的感受,胡安胜开心又充实。

有着同样感受的黄书法告诉记者,“刚一退休时候,很不适应,觉得自己离社会远了,跟不上发展了。后来上了老年学校,参加了几次活动,我觉得自己与时俱进,学到了很多知识,我们积极开展各种活动,大家在这里找到了家的感觉。”

记者了解到,但家庙镇老年学校始建于1999年,经过20多年的探索办学,规模不断扩大,并带动建立了75所分校。2017年该校荣获六安市示范校,2019年获省示范校,2021年顺利通过示范校的复核和验收。2020年5所村中观音岩村和花石嘴村获评示范校。

该镇党委、政府始终高度重视老年学校建设,近几年政府累计投入近200万元,着力改善办学条件。对老年学校综合楼进行重新装修改造,600平方米的综合楼焕然一新,校舍宽敞明亮,清洁卫生,添置和更新了教学设备和教学器材,在学校室外活动场购置安装配备体育健身器材,建成一个能容纳200余人的灯光球场。目前,该校有专兼职教师18人,开设老干部培训班、新型农技推广班、文化书法艺术班、广场舞健身舞蹈班、东乡艺术班(京剧班)共五个班,注册学员60余人。学校做到“八个一”,即:一份授课老师名册和学员花名册,一

份完善的教学计划,一本备课笔记,一套授课书本,一班一间专门的授课教室,一个设施完善的活动场所,一套学习制度和一套授课设备。

近年来,老年学校立足教学需要,坚持课程安排与镇情实际相结合,努力满足学员多方面的学习需求,先后开设了“虾稻连作”培训班、油茶栽培技术培训等新型农民职业技术培训,开展丰富多彩的室内外教育教学活动,多次组织学员参观镇内美丽乡村示范点、舒传贤革命烈士纪念馆、万亩油茶基地、农民文化乐园、古西周遗址以及镇内几大广场,接受党史知识和红色教育。

在重大节日和纪念日,学校组织学员参加各种文艺汇演:如开展“高唱九十大、欢乐重阳”活动,“唱响红色旋律 担当强军使命”文艺进军营双拥晚会、“新时代、新担当、新作为”纪念建党100周年大型汇演、“庆祝改革开放四十周年”主题文艺汇演,“传承红色基因 立我青年志向”诗歌朗诵比赛、“迎五一、庆五四、歌祖国、颂青春”歌咏比赛等活动。2020年广场舞学员参加霍山县第二届广场舞大赛获“优秀组织奖”,2021年由县老年大学组织选送的镇老年学校参加的六安市第二十二届京剧票友会获“优秀组织奖”。

“我们在着重办学质量、办学职能提升,巩固创建省、市示范校建设成果的同时,非常注重发挥老年教育在乡村振兴中的重要作用。”但家庙镇老年学校常务副校长涂修明向记者介绍,老年人虽然退休,但是他们中很多人有经验有技

术有水平,学校积极引导学员在乡村振兴工作中建言献策、有所作为。

广泛吸收乡村振兴人才。乡村振兴工程是老年教育的重要支点,老年教育是构建全民学习、终身教育体系的重要组成部分。镇村老年学校在乡村振兴中担负着农村老年人教育培训的重任,是各类老年人才聚集的地方,是“五老”志愿者开展送思路、送政策、送技术的课堂,是熟悉农村工作特别是农村党建工作老干部们发挥余热、助力基层建设的重要舞台。

大力实施乡村文化兴盛工程。文化是乡村振兴战略的灵魂和内在动力。镇村老年校充分发挥文化人才优势,大力弘扬乡村文化,结合镇实际,努力挖掘乡土文化,把在外各行各业文化事业有成的外乡和返乡贤等名人后代邀回来,传承和弘扬中华民族优秀传统文化、红色文化,推动核心价值观在农村落地生根,带动农民增收。

依托老年教育平台开展志愿服务。充分发挥老年学校志愿服务工作,组建老党员、老干部服务队,开展环境卫生、传统报告、文艺宣传、科技服务、关爱帮扶、书画下乡等志愿服务活动。特别是在美丽乡村建设中,鼓励老年学员积极绘制各种孝德“文化墙”,弘扬孝德精神,提升文化品味。组织绘画写生、摄影小分队走进万亩油茶基地、紫薯种植基地、金丝黄菊基地、虾田连作基地等乡村振兴示范点,开展采风、义务宣传活动。东乡艺术团创作贴近农村生活题材的乡土文化作品,开展节假日文艺演出活动。

但家庙镇老年学校不仅是老年人晚年生活的幸福乐园,也是他们发挥老有所学、老有所为的重要平台,为乡村振兴贡献自己的一份“老年力量”。



六安老年教育 六安老年大学协办 本栏责任编辑:宋金婷 E-mail:784542876@qq.com

在霍山县佛子岭这个山区小城镇上,有一所深受当地老年人欢迎的学校,那就是佛子岭镇老年学校。学校整合新时代文明实践所等资源,教学活动面积达到650平方米,内设电子阅览室、图书馆、文娱室、舞蹈训练室,开设了思想政治理论、农技、卫生健康、文艺、体育等多方面课程。丰富多彩的校园生活让乡亲们增长知识、开拓眼界,有个学乐相促的老年生活。

“过去,我们在家就是务农种田、带孙子,生活过得很乏味,现在来到老年大学上课,讲讲笑笑、开开心心的同时,学习知识,强身健体,老师们教学都非常认真。”正在和黎克纯练习乒乓球的纪昌能告诉记者,“你看,这是我的老伙计们,我们几个都是74岁,相同年纪玩得来,生活既充实又快乐。”

“学校的发展离不开党委重视,保障有力。”佛子岭镇老年学校副校长何云金告诉记者,镇党委高度重视老年教育工作,将老年教育实行“四统一”,即:与中心工作统一研究、统一部署、统一督查、统一考评。镇党委书记任老年教育委员会主任兼任镇老年学校名誉校长,亲自安排部署,明确一名党委副书记、一名宣传委员和一名专职老干部,具体抓全镇老年教育工作。老年教育经费由镇财政全额保障,聘请农技专家、在校老师、卫生院医生等具有中高级职称专业技术人员为老年学校教师,根据老年群体实际需求开设课程,切实提高了老年学校的教师力量和教学水平。

开设思政课老年教育增“定”力。佛子岭镇利用各种以会代课形式,开设时事党课。镇党委主要领导给学员讲解镇经济社会发展情况、解读最新的党中央方针政策、学习法律法规等等。组织老年学员参加镇党委组织的廉政党课、十九届五中、六中全会宣讲等活动,加强对学员思想政治教育。

开展网上课堂,老年学校增“活”力。按照县委要求,今年以来,学校开办了网上课堂,使学员足不出户就能学习国家省市重要文件及会议精神、各项农业科技、新冠肺炎疫情防控等知识。同时,各村利用先锋网开展网上教学,丰富学习内容。镇各分校开展网上课堂3期,共18课时,参加学习的学员达2600人次,网课的开设为老年学校增添了“活”力。

开设健康课,老年学校增“动”力。结合健康扶贫和乡村振兴,镇老年学校增设卫生健康课。请校委会成员兼教师万军委、余宏凤到各村老年学校,给学员讲解老年人慢性病的防治知识,如高血压、糖尿病、肺阻病、冠心病、老年人骨质疏松等疾

『五力』合一 治校兴教

走进霍山县佛子岭镇老年学校

本报记者 宋金婷

病的防治,受到老年学员欢迎,提高了学员学习热情,收到很好的宣传效果,对老年学校的教育起到了宣传动员的作用,吸引更多老年人加入老年学校学习,为老年学校增添了“动”力。

开设农技课堂,老年学校增“引”力。结合脱贫攻坚和乡村振兴,开设农业知识课。4月初在镇村老年学校,为学员讲授田间管理、茶叶制作流程和工艺知识。5-6月份为学员讲授艾草、香菇、香椿栽培和田间管理知识。5-9月份讲授水稻田间管理知识等。今年以来共举办讲课8课时,听课学员1000多人次。农业技术知识课受到学员一致好评。老年学校学员、茶叶大户叶发说:“农技课百听不厌,希望年年讲。”农技课开设,为老年学校增添了吸引力。

开展实践文化课堂,老年学校增“魅”力。由老年学校教师邵旭东自编自演的小品《执着》、《礼金》、《贫困户的新存折》等作品获县委、政府颁发的二、三等奖;广场舞班《我爱中华》广场舞节目,在参加县老年大学举办的老教系统庆祝新中国成立70周年文艺汇演中荣获一等奖,朱正植的书法作品荣获三等奖;重阳节,广场舞班到镇敬老院为敬老班学员包饺子、表演广场舞,送去祝福、爱心和温暖;积极和新时代文明实践所一起,开展庆祝中国共产党成立100周年活动。学员们积极参加“端午颂党恩、永远跟党走”活动、“红色故事人人讲、红色基因代代传”活动、“学党史、悟思想、开新局”道德讲堂活动,其中四中学员《红色家书传万代 不忘初心显忠魂》讲述了革命先烈董德烈烈士在牺牲前写给妻子的一封信的故事。看完此节目,学员们纷纷表示,要牢记革命历史,缅怀革命先烈,倍加珍惜今天幸福生活,为社会发挥余热。丰富多彩的活动为老年学校增添了无穷“魅”力。

“莫道桑榆晚,为霞尚满天”。佛子岭镇老年学校生活异彩纷呈,活动丰富多彩,为乡镇老年朋友的晚年生活勾勒出一抹绚丽色彩。



积极开展乒乓球运动,强身健体。 本报记者 袁洁 摄