

# 菏泽“2020年贯彻《疫苗管理法》学理论·重实践”活动年启动大会举行 菏泽预防接种单位信息化全覆盖

本报菏泽12月16日讯(记者 李德领) 近日,菏泽市《疫苗管理法》宣贯培训班暨“2020年贯彻《疫苗管理法》学理论·重实践”活动年启动大会举行,会议解读了《疫苗管理法》,菏泽免疫规划队伍将着重学习免疫规划理论知识、重视实践操作,使全市免疫规划服务能力保持较高水平。

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者

了解到,菏泽免疫规划疫苗接种率保持较高水平,预防接种信息平台显示,截至2019年12月11日,全市“八苗”接种率达90%以上,卡介苗、脊灰、乙肝、甲肝等疫苗接种率达95%以上。已连续17年无脊灰野病毒引起的脊灰病例发生,人群乙肝病毒携带率由八九十年代的10%下降到目前5岁以下儿童的0.5%以下,麻疹发病得到有效控制,乙脑、流脑等疫苗相关

传染病发病率达历史最低水平。

目前,全市共有预防接种门诊217处,其中数字化预防接种门诊183处(29处省级已验收,144处完成市级初验),全市数字化预防接种门诊建设率达到84%。牡丹区建设智慧预防接种门诊1处,开发区3处智慧预防接种门诊正在建设中,全市产科预防接种室111处,所有预防接种单位均已实现信息化

覆盖。

生物制品、冷链管理更加规范。按照《疫苗流通和预防接种管理条例》要求,完善了各项工作制度,疾控机构固定专人管理生物制品,专人负责冷链温度监测,乡镇预防接种门诊同样明确专职或兼职工作人员负责。

据悉,会议要求各单位深刻领会《疫苗管理法》的精神实质和基本内容,把学习宣传《疫

苗管理法》作为贯彻当前“不忘初心、牢记使命”主题教育活动的一项具体措施。同时,全面加强预防接种规范管理,加快推进预防接种单位标准化建设和分级分类管理,积极协调财政等有关部门落实投入保障,加快推进疫苗冷链系统建设,全面按时完成预防接种信息系统升级改造,确保疾控机构和接种单位能够按照要求提供疫苗追溯信息。

## 圆一个乡村孩子的阅读梦 “百万图书大漂流”第三季捐赠仪式在菏泽举行

本报菏泽12月16日讯(记者 赵念东) 让阅读成为乡村孩子的一种生活方式。12月14日,“圆一个乡村孩子的阅读梦——百万图书大漂流第三季”2019圆梦菏泽活动在菏泽定陶区举行,将为菏泽偏远乡村孩子送去陶冶情操、增长知识、促进身心健康的优秀图书,借此发动全社会各界人士共同推动菏泽乡村文化振兴,助力菏泽更好更快跨越式发展。据悉,“百万图书大漂流”已成功举办两届,累计捐赠学校三十三所,捐出图书十万余册。

“我希望拿到这本书之后,可以像书中的主人公一样,好好学习,长大以后做一个对社会有用的人。”12月14日上午10时许,“圆一个乡村孩子的阅读梦——百万图书大漂流第三季”2019圆梦菏泽活动图书捐赠仪式在菏泽定陶区举行,11所学校校长代表接受捐赠。

9月16日,省委、省政府在菏泽召开乡村振兴调度推进工作会议,专门提出努力在乡村振兴上取得新进展实现新突破,加快建设全省高质量发展增长极、鲁西崛起新高地。为积极响应省委、省政府号召,今年将“圆一个乡村孩子的阅读梦——百万图书大漂流第三季”2019圆梦菏泽活动,作为落实省委关于突破菏泽、鲁西崛起



11所学校校长代表接受图书捐赠。 齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 赵念东 摄

重大决策部署的重要文化举措,为菏泽偏远乡村孩子送去陶冶情操、增长知识、促进身心健康的优秀图书,借此发动全社会各界人士共同推动菏泽乡村文化振兴,助力菏泽更好更快跨越式发展。

“圆一个乡村孩子的阅读梦——百万图书大漂流第三季”2019圆梦菏泽活动,旨在通过图书漂流,人人都捐出一本书,在菏泽部分地区小学建立“爱心阅览室”、“爱心阅览室”等方式,圆一个乡村孩子的阅读梦想,从而进一步推动乡村文化振兴。

据悉,“百万图书大漂流”

已成功举办两届,累计捐赠学校三十三所,捐出图书十万余册。接下来,将继续加大全民阅读工作力度,重点围绕乡村文化振兴开展各类阅读推广活动,通过采取文化集市、流动图书馆、图书大篷车等形式,让阅读走进村户,惠及群众。同时,要发挥好农家书屋的作用,大力推动乡村阅读,兴起新一轮乡村阅读热潮,为乡村文化振兴提供智力支撑。

仪式结束后,长长的爱心物流车队满载图书,陆续驶离济南奔赴偏远乡村,他们将把这些承载爱心的图书分送到乡村孩子们的手中。

## 东明农商银行 高低柜改造 “六区协同”高效运行

本报讯(通讯员 孟庆奇) 自9月省联社年中工作会议后,东明农商银行全面启动辖内网点厅堂高低柜改造,截止目前32家网点高低柜改造全部完成。高柜区、低柜区、智慧柜员区、移动智慧柜员区、自助服务区、信贷服务区“六区协同”高效运行。

厅堂高低柜改造明确智慧柜员区办理现金存取、开卡、客户信息维护等58种业

务以及原先占用大量柜面资源的社保卡激活、粮食补贴等“高频低效”业务;自助服务区满足夜间金融服务以及厅堂业务补充。通过功能分区、客户分流,极大减轻柜面压力,提高客户满意度,营销人员分工合理,分区负责,分层营销。通过六区协同,20位客户基本在5分钟内分散消化完毕。请看长兴、海头、张寨等支行改造前后营业厅图片展示。

## 男子捡拾他人手机 盗刷花呗5000元被刑拘

本报东明12月16日讯(记者 赵念东 通讯员 齐林) 盗窃捡来的手机,并恰巧一次性解锁成功,用他人支付宝花呗的付款码进行购物消费,短短半个月,共盗刷5000余元。目前,嫌疑人刘某因涉嫌盗窃被东明县公安局刑事拘留。

12月14日,孙某到东明县小井派出所报案称,在今年11月底,其丈夫田某某的手机丢失,在找寻未果的情况下,田某某重新换了一部手机,并办了手机卡。12月12日,田

某某收到19条支付宝花呗信息,显示累计消费5030.92元。看到自己丈夫的支付宝账户被盗刷,孙某心急如焚,连忙到派出所寻求帮助。

接警后,民警立即着手调查,经缜密侦查,很快锁定嫌疑人刘某的身份,并在其工作单位的宿舍内抓获。经查,刘某在捡到田某某的手机后,成功解锁屏幕密码,盗刷支付宝花呗5000余元。

目前,嫌疑人刘某已被东明警方刑事拘留,案件在进一步侦办中。

## 关爱身边的老人,这些常识要谨记

老年人的健康要注意些什么呢?一起来看看~

### 积极认识老龄化和衰老

老年人要不断强化自我保健意识,学习自我监护知识,掌握自我管理技能,早期发现和规范治疗疾病,对于中晚期疾病以维持功能为主。

### 合理膳食,均衡营养

老年人饮食要定时、定量,每日食物品种应包含粮谷类、杂豆类及薯类(粗细搭配)、动物性食物、蔬菜、水果、奶类及奶制品,以及坚果类等,控制烹调用油和食盐摄入量。建议老年人三餐两点,一日三餐能量分配为早餐约30%,午餐约40%,晚餐约30%,上下午各加一次零食或水果。

### 适度运动,循序渐进

老年人最好根据自身情况

和爱好选择轻中度运动项目,如快走、慢跑、游泳、舞蹈、太极拳等。上午10~11点和下午3~5点为最佳运动时间,每次运动时间30~60分钟为宜。

### 及早戒烟,限量饮酒

戒烟越早越好。如饮酒,应当限量,避免饮用45度以上烈性酒,切忌酗酒。

### 保持良好睡眠

每天最好午休1小时左右。如果长期入睡困难或有严重的打鼾并呼吸暂停者,应当及时就医。如使用安眠药,请遵医嘱。

### 定期自我监测血压

测前应当休息5分钟,避免情绪激动、劳累、吸烟、憋尿。每次测量两遍,间隔1分钟,取两次的平均值。高血压患者每天至少自测血压3次(早、中、晚各1次)。警惕血压晨峰现象,防止

心肌梗死和脑卒中;同时应当避免血压过低,特别是由于用药不当所致的低血压。

### 定期监测血糖

老年人应该每1~2个月监测血糖一次,不仅要监测空腹血糖,还要监测餐后2小时血糖。糖尿病患者血糖稳定时,每周至少监测1~2次血糖。老年糖尿病患者血糖控制目标应当适当放宽,空腹血糖<7.8毫摩/升,餐后2小时血糖<11.1毫摩/升,或糖化血红蛋白水平控制在7.0%~7.5%即可。

### 预防心脑血管疾病

老年人应当保持健康生活方式,控制心脑血管疾病危险因素。如控制油脂、盐分的过量摄入,适度运动,保持良好睡眠,定期体检,及早发现冠心病和脑卒中的早期症状,及时治疗。

关注脑卒中早期症状,及早送医

一旦发觉老年人突然出现一侧面部或肢体无力或麻木,偏盲,语言不利,眩晕伴恶心、呕吐,复视等症状,必须拨打“120”,紧急送到有条件的医院救治。

### 重视视听功能下降

避免随便挖耳;少喝浓茶、咖啡;严格掌握应用耳毒性药物(如庆大霉素、链霉素等)的适应证;力求相对安静的生活环境。听力下降严重时,老年人要及时到医疗机构检查,必要时佩戴助听器。定期检查视力,发现视力下降及时就诊。

### 重视口腔保健

坚持饭后漱口,早晚刷牙,合理使用牙线或牙签;每隔半年进行1次口腔检查,及时修补

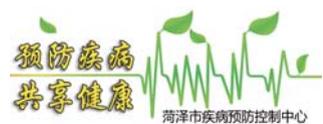
龋齿孔洞;及时镶补缺失牙齿,尽早恢复咀嚼功能。

### 定期体检

老年人每年至少做1次体检,积极参与由政府和大医院等组织的普查,高度重视异常肿块、肠腔出血、体重减轻等癌症早期危险信号,一旦发现异常应当去肿瘤专科医院就诊,发现癌症要去正规医院接受规范化治疗。早发现,早干预慢性疾病,采取有效干预措施,降低疾病风险。保存完整病历资料。

### 外出随身携带健康应急卡

卡上注明姓名、家庭住址、工作单位、家属联系方式等基本信息,患有哪些疾病,可能会发生何种情况及就地简单急救要点,必要时注明请求联系车辆、护送医院等事项。



菏泽市疾病预防控制中心