



弘扬英模精神 立足岗位奉献

自开展党史学习教育以来,文登区退役军人事务局着力转变机关作风,立足部门职责和服务对象实际需求,将学习教育与业务工作紧密融合,扎实开展学习教育活动,收到显著成效。

自今年3月起,文登区退役军人事务局主动作为,在全区首次开展为烈士寻亲活动。通过翻阅档案,核查烈士信息,积极为24位异地安葬的文登籍烈士寻找亲属。通过区、镇、村三

级联动,截至目前已为20名烈士找到了亲人。清明节前夕,文登区退役军人事务局工作人员陪同4名烈士的亲属们,前往济南历城革命烈士陵园寻亲祭奠。这项工作在社会上引起积极反响,清明节后,先后有30余名烈士亲属寻求帮助寻找烈士安葬地。文登区退役军人事务局从资料库中认真核实烈士信息,并及时与媒体、退役军人志愿者等群体对接,增强寻访力

量。经过多方努力,为近20名烈士亲属找到了烈士安葬地。

深入挖掘基层典型,发布《是医者,也曾是军人——不一样的阵地一样的坚守》《巾帼心向党,最美“她”风采》等微信公众号,大力宣传退役军人先进典型事迹。4月2日,文登区退役军人事务局组织全体干部职工、军休干部80余人,在军休所召开王文水同志先进事迹巡讲报告会,感受劳模精神、退役军

人风采,并利用微信公众号发布致敬英雄——抗战老兵系列微视频,大力宣传文登区抗战老兵先进事迹。截至目前已发布13期13人。

此外,文登区退役军人事务局还组织全系统女职工20余人,开展“巾帼心向党、百年绽芳华”红色教育暨党史学习教育主题活动,来到高村镇慈口观村红色基因纪念馆开展党史学习教育活动。3月27日,文登区退役军人事务局又组织党员干部30

余人参观红色胶东展馆,为天福山起义纪念碑敬献花篮,重温入党誓词。4月1日,全系统干部职工40余人参加了全区的清明祭扫活动,参观烈士纪念馆,向革命先烈敬献鲜花,感受英烈精神。同时,文登区退役军人事务局还以重大历史事件为脉络,制作中共党史大事记简表,发布微信公众号,供广大党员干部下载学习。并开展党史学习教育云答题竞赛,助力学习教育成果。

(岳刚 国际辉)

文登区泽库镇卫生院“中医药五进”活动进校园

“热敏灸又称热敏灸,属于针灸的一种,这种疗法不用针、不接触人体,通过激发经气的活动来调整人体紊乱的生理生化功能,从而达到防病治病目的的一种疗法。”4月19日,文登区泽库镇卫生院开展“中医药五进”活动进校园,为泽库镇中小

学教师普及中医热敏灸养生知识。

文登区泽库镇卫生院医师详细讲解了热敏灸技术与传统艾灸的异同点、热敏穴的判定标准、热敏灸的治疗作用及其特点、注意事项等知识,并现场演

示了热敏灸的操作流程,逐一对其进行热敏灸操作指导。

通过“中医药五进”活动让更多从中感悟到中医文化的魅力,营造“学中医、信中医、用中医、懂中医、爱中医”的浓厚氛围。(王新红)

心理健康素养十条

(上接4月20日5版)

第六条 服用精神类药物需遵医嘱不滥用,不自行减停。药物治疗是针对许多心理疾病常用而有效的治疗方式之一。

精神类药物种类繁多,药物在用量、适用范围与禁忌、副作用等方面各有特点,精神类药物必须在精神科医生的指导下使用,不得自己任意使用。某些药物的滥用可能会导致药物依赖及其他危害。

在用药期间,要把自己的实际情况及时反馈给医生,尊重医生的要求按时复诊,听从医生的指导进行药物类别及用量的调整。

在病情得到有效控制后,应继续听从医生的用药指导,不可急于停药,自己任意调整药量甚至停止用药可能带来病情复发或恶化的风险。

药物具有一定的副作用,其表现和程度因人而异,应向医生沟通咨询,切不可因为担忧药物的副作用而拒绝必要的药物治疗。

第七条 儿童心理发展有规律要多了解,多尊重,科学引导。

儿童心理发展包括感知觉、认知、语言、情绪、个性和社会性等方面,各有其内在发展规律。

养育者需了解儿童发展特点,理性看待孩子间的差异,尊重每个孩子自身的发展节奏和特点。越是早期的发展阶段,对一生心理特征的影响就越大。如果儿童的压力过大、缺乏运动、缺乏社交,将不利于大脑发育,阻碍心理成长。

儿童心理发展是先天因素与环境因素的共同作用。家庭是最重要的环境因素,良好的家庭氛围有益于儿童的身心健康。惩罚是短期有效但长远有害的管教方式。比奖惩更有效的,是理解并尊重孩子的情绪和需求,科学引导。

养育者需要管理好自己的情绪,在养育孩子的过程中不断的学习、反思和成长。养育者要把握好尺度,即要支持引导,又不要急于干预。

在儿童发展中,有些“问题”其实是常见的过程,会随着成长逐渐消失。养育者有时可能会夸大或忽视孩子的问题,要开放地听取他人的反馈,或向专业人员求助。

第八条 预防老年痴呆要多运动,多用脑,多接触社会。

老年痴呆是一种发生于老年期的退行性脑病,目前尚无特效药物能达到治愈效果,所以早期识别和干预尤为重要。

老年痴呆主要症状包括:记忆退化乃至影响生活、难以完成原本熟悉的任务、难以做出决策、言语表达出现困难、性格发生变化等。通过认知功能评估可早期发现老年痴呆。健康的生活方式有助于预防老年痴呆。

老年人要多运动、多用脑、多参与社会交往,包括:保持规律运动的习惯,增加有益的户外运动,保持学习与思考的习惯,积极进行社会交往等。

第九条 要理解和关怀精神心理疾病患者,不歧视,不排斥。

人们对于精神心理疾病的恐惧和排斥很多是出于对疾病的不了解。实际上,精神心理疾病在得到有效治疗后,可以缓解乃至康复。

因此,精神心理疾病患者经过有效治疗,症状得到控制后,可以承担家庭功能、工作职能与社会角色。把患者排除在正常的人际交往和工作环境之外,是不必要的,也是不恰当的,会为患者及其家庭带来新的压力。

对于能够维持工作能力精神心理疾病患者,为其提供适当的工作和生活环境,有利于病情的好转和康复。

第十条 用科学的方法缓解压力,不逃避,不消极。

面对生活中的各种压力,人们会采取不同的方式进行缓解。需要注意的是,有些减压方式看起来当时能够舒缓心情,但弊大于利,是不健康的减压方式。例如,吸烟、饮酒、过度购物、沉迷游戏等方式。

虽然当时可能带来心情的缓解,但是也会带来更多的身心健康和生活适应的问题。通过学习科学有效的减压方式可以更好的应对压力,维护身心健康。

第一,调整自己的想法。找出导致不良情绪的消极想法;根据客观现实,减少偏激歪曲的认识。

第二,积极寻求人际支持。选择合适的倾诉对象,获得情感支持和实际支持。

第三,保持健康的生活方式。采用适量运动和健康的兴趣爱好等方式调节情绪。判断什么是科学的减压方式,主要是看这种方式是否有利于更好的应对现实问题,是否有利于长远的身心健康。(肖燕)

巡诊车慢病实时报销解民忧

今年,在文登区卫生健康局和文登区医保局的支持下,文登区张家产镇卫生院开展巡诊车慢病实时报销试点,通过巡诊车上的慢病地纬系统终端,群众现场办理慢病、取药、报销可以同步进行。

巡诊车慢病实时报销是通过家庭医生提前对团队所辖村局办理慢病的群众进行统计,随巡诊车到村后,开展“两病”政策宣传,对已经办理慢病的群众,运用地纬慢病系统现场开具药品,现场报销,对未办理慢病的群众,现场备案,开具药品,第一时间享受报销政策,真正让老百姓足不出村,就能享受医疗惠民政策。

文登区张家产镇林家床村毕女士常年口服高血压病药物,“两病”政策出台后,家庭医生通过公共卫生慢病管理系统调阅随访及用药记录(至少3次以上),家庭医生下乡巡诊时第一时间给予办理了慢病备案手

续,并通过邮局送药解决服药及报销问题,药费支出也下降了大半(“两病”人群不设起付线,报销60%)。取药报销问题得到解决,但医

生不能与病人面对面,根据血压情况及时调整用药,血压控制仍然不是很理想。巡诊车慢病实时报销后,家庭医生现场根据毕女士的血压情况调整药物,现场取药,现场报销。(初晓)



文登区天福社区卫生服务中心“全民艾灸”进机关

为进一步弘扬中医药文化,传播中医药知识,文登区天福社区卫生服务中心按照文登区“全民艾灸”工程实施方案的工作要求,积极开展中医药“五进”之“全民艾灸”进机关活动,为机关工作人员普及中医艾灸健康知识,推广艾灸适宜技术。

4月23日下午,文登区天福社区卫生服务中心组织中医科骨干人员到天福街道办事处进行中医药文化知识讲座。活动现场,中医科医师王鹏超为参会人员讲解艾灸文化、艾灸理论知识

和艾灸操作方法,让越来越多的人群了解艾灸、会用艾灸。与会人员纷纷表示,王鹏超医师的讲座通俗易懂、深入浅出,他们都受益匪浅,不仅了解到了中医药文化的博大精深,也提高了对艾灸养生的认识,得到广大机关干部的一致好评。

此次活动共有100余人参加,发放艾灸服务礼包100余份,通过开展“全民艾灸”进机关活动,进一步传播中医药文化,普及艾灸基本知识,倡导广大群众

树立中医药“治未病”的理念。

下一步,文登区天福社区卫生服务中心将继续开展中医药“五进”活动,采取公众喜闻乐见、易学易懂的方式,着重宣传中医药文化的科学性、实用性,普及推广中医养生保健理念和方法,扩大中医药健康文化在文登区各机关、企业和家庭中的影响,增进广大群众对中医药文化的了解,掌握正确的养生保健知识,养成良好的健康生活习惯,提高人民群众的身体素质。(赵照)

文登区皮肤病医院吹响国家卫生城市复审“冲锋号”

为认真做好迎接国家卫生城市复审工作,营造浓厚的创卫迎审氛围,根据上级的安排部署,按照《2021年威海市迎接国家卫生城市复审宣传工作方案》要求,威海市文登区皮肤病医院全面备战,全力以赴,积极投身到迎接复审的各项工作中。

文登区皮肤病医院领导高

度重视,积极召开全院中层干部会议,按照国家卫生城市复审工作的重点及具体实施要求进行安排部署,并将工作任务进行细化、分解,责任到人,同时,加强宣传力度,通过电子屏、微信公众号、宣传栏、报纸等载体大力宣传卫生城市复审工作宣传标语、健康知识,形成人人皆知、全

民参与的浓厚氛围。医院工作小组对医院环境卫生、标识标牌、公共设施等国家卫生城市复审重点内容进行了全面摸排检查,进一步补齐短板弱项。一系列的工作,为人民群众提供了一个干净、整洁、舒适、温馨的就医环境。(姜嘉欣)

开展公共卫生服务 构建群众健康屏障

为深入开展党史学习教育,更好地继承发扬党的优良传统,进一步把学党史、悟思想转变为办实事、开新局的动力,文登区宋村中心卫生院把党史学习教育和公共卫生服务有效结合起来,全力推动公共卫生服务高效开展。

宋村中心卫生院公共卫生科工作人员利用患者就医和下乡义诊的有利时机,向辖区居民宣传国家基本公共卫生服务项

目及家庭医生签约服务,核实居民健康档案的建立情况,对于已经建立健康档案的居民复核更新档案的基本信息,对于没有建立健康档案的居民,现场为其建档、测血型,讲解居民健康档案、家庭医生签约服务内容。共复核档案232份,新建居民档案20份。

通过发放宣传材料、现场签约等形式宣传基本公共卫生服

务和家庭医生签约等相关知识,及时给予健康宣教及指导。提升群众健康素养和公共卫生服务、家庭医生的知晓率。

文登区宋村中心卫生院将以更多实际行动,践行为民服务的宗旨,切实将党史学习教育成效转化为“更好为民服务解难题”的内生动力,以群众满意度来检验党史学习教育成效。(王洪英)

