

12项免费国家基本公共卫生服务项目 你享受了几项?

聚焦医改

本报讯(记者马珂)家住海口府城的糖尿病患者李大爷,每个月都会接到社区卫生服务站工作人员的电话,询问他的病情和用药情况,卫生服务站也建立了李大爷的健康档案。

国家基本公共卫生项目中的慢性病健康管理服务。什么是国家基本公共卫生服务项目?读者可能会既熟悉又陌生,熟悉是因为很多项目自己已经享受,陌生是因为不了解什么是国家基本公共卫生服务项目。

海南省卫计委有关部门人士告诉记者,5年来,我省由基层医疗卫生机构为城乡居民免费提供基本公共卫生服务项目,由9项增加到12项,并将任务下沉到村卫生室。目前全省已建立了763万人(份),以城乡居民健康档案为主体,综合提供针对0—6岁孕产妇、老年人三个健康群体,和针对高血压、糖尿病、重性精神病和结核病患者4种特殊人群的健康管理服务内容的电子健康档案,建档率85%,超出75%的目标要求。

据悉,在全面展开基本公共卫生服务的同时,我省已在琼海、海口、三亚、昌江和陵水开展城乡签约化服务。城乡居民可以自愿选择与社区、乡村医生签约服务,享受村医带来的基本医疗和公共卫生项目服务。

记者了解到,4月8日下午,省妇幼保健院接到消息后,立即派出救护车到临高接阿花。在从临高赶往海口的急救车上,海南省妇幼保健院重症医学科主任蒋国洪采取有效的抢救措施,边鼓励着羊水栓塞患者阿花。

业界资讯

长达19小时救治 省妇幼保健院挽回 羊水栓塞产妇生命

本报讯(记者马珂)近日,临高产妇阿花(化名)生下了一个健康的男孩,但阿花随之出现了呼吸困难、大出血、血压急速下降,造成了羊水栓塞,经过医护人员连续19个小时的守护和救治,她与死亡擦肩而过。

记者了解到,4月8日下午,省妇幼保健院接到消息后,立即派出救护车到临高接阿花。在从临高赶往海口的急救车上,海南省妇幼保健院重症医学科主任蒋国洪采取有效的抢救措施,边鼓励着羊水栓塞患者阿花。

“及时诊断,尽早组织抢救是羊水栓塞成功抢救的最关键因素。”蒋国洪说,如何在最短时间内保住产妇的生命,是对产科医生的鉴别诊断能力和组织抢救能力的考验。

省妇幼保健院副院长樊利春告诉记者,随着二孩时代的到来,高危孕产妇比例会增加,二次剖宫产、高龄、羊水过多都是羊水栓塞的高发因素。

蒋国洪建议高龄或者怀二孩的孕妇,一定要定时做产前检查,及时发现生产风险,并配合医生治疗,从而预防羊水栓塞的发生。

解放军第187医院举行 科学抗癌大型义诊活动

本报讯(记者马珂 通讯员黄武 燕翔)我省“科学抗癌 关爱生命——癌症防治,我们在行动”大型主题义诊活动,4月17日在解放军第187医院肿瘤医院举行。

据悉,此次义诊活动在第22届全国肿瘤防治宣传周期间举行。海南省抗癌协会、解放军第187医院肿瘤医院和全国放疗刀肿瘤微创诊疗中心联手,广泛深入开展了抗癌义诊宣传活动,通过讲座、义诊、专家访谈等形式,帮助大家科学认识癌症,树立正确的防癌抗癌观念。来自省内外科肿瘤诊疗方面的数名权威专家参加了义诊活动。

医学新发现

每天吃新鲜水果可降低 多种慢病风险

“从消化系统、免疫系统到代谢健康的维持,奇异果(也称猕猴桃)对人体健康的益处不断被发现”。“每天吃新鲜水果,可降低中国成年人患心血管疾病死亡率达四成”……近日,国际上一系列针对慢性病防治的最新研究表明,健康饮食和运动有助于“遏制”当前呈爆发式增长的糖尿病患病率和心血管疾病死亡率。

统计显示,中国约有1亿名糖尿病患者,约占中国成年人总数的1/10。更为严重的是,中国近半数成年人处于糖尿病前期,约为5亿人。

国际顶级医学期刊《新英格兰医学杂志》发表了来自中国慢性病前瞻性研究的一项最新研究成果,研究成果表明,每日吃新鲜水果可能降低中国成年人患心血管疾病死亡率达四成。

国家心血管病中心防治资讯部主任、中国医学科学院阜外医院陈伟伟教授表示,目前国际上关于多吃水果蔬菜对心脑血管病的防治研究很多,大量研究已经表明,多吃水果与心血管疾病以及死亡的风险较低有关。(据新华网)

长腿男性患 直肠结肠癌风险较高

先前研究发现,结肠直肠癌的发病风险和久坐、吸烟、吃大量红肉等有一定关联。然而一项19日在美国癌症研究协会年会上公布的研究不禁让人吃惊:腿长的男性比腿短的男性罹患结肠直肠癌的风险要高42%。

美国明尼苏达大学流行病学研究人员参照一项长达20年的动脉硬化症研究参与者的数据,分析了1.45万名研究对象的身高、躯干长度和腿的长度与结肠直肠癌发病率之间的关系。

结果发现,在男性研究对象中,腿长的人比腿短的人患结肠直肠癌的风险平均要高42%;腿最长的男性(90厘米)与腿最短的男性(79厘米)相比,前者结肠直肠癌的发病风险比后者高出91%;在女性中,腿的长度与结肠直肠癌的关联并不明显。(据新华社电)



给我关注 还你健康
健康周刊广告联系: 18976640822
投稿邮箱: hnrjzk@qq.com

名词解释

什么是国家基本公共卫生服务项目?

是我国政府针对当前城乡居民存在的主要健康问题,以儿童、孕产妇、老年人、慢性病患者为重点人群,面向全体居民免费提供的最基本的公共卫生服务。

国家基本公共卫生服务项目包括哪些内容?

城乡居民健康档案管理、健康教育、预防接种、0—6岁儿童健康管理、孕产妇健康管理、老年人健康管理、慢性病患者健康管理(高血压、糖尿病)、重性精神疾病患者管理、结核病管理、传染病及突发公共卫生事件报告和处置、中医药健康管理、卫生监督协管。

哪些人享受国家基本公共卫生服务项目?

凡是中华人民共和国的公民,无论是城市或农村、户籍或非户籍的常住人口,都能享受国家基本公共卫生服务。

谁提供国家基本公共卫生服务?

主要由乡镇卫生院、村卫生室、社区卫生服务中心(站)负责具体实施。

基本公共卫生服务对居民有什么好处?

- (1) 提高居民健康意识,改变不良生活方式,树立自我健康管理理念;
- (2) 减少主要健康危险因素,预防和控制传染病及慢性病的发生和流行;
- (3) 提高公共卫生服务和突发公共卫生服务应急处置能力,建立居民健康的第一道屏障,促进居民提高健康素质。

不同的服务项目有不同的服务对象:

普通人群:

统一建立居民健康档案、健康教育、传染病及突发公共卫生事件报告和处置、卫生监督协管。

特殊人群(0—6岁儿童、孕产妇、老年人、特殊疾病患者):

如预防接种、孕产妇与儿童健康管理、老年人健康管理、慢性病患者健康管理(高血压、糖尿病)、重性精神疾病患者管理等。

居民享受这些服务需要付费吗?

由国家为城乡居民免费提供,所需经费由政府承担,居民接受服务项目内的服务不需要再缴纳费用。

陵水黎族自治县:

签约家庭4.67万户19.74万人,签约率55%;八成行政卫生室开展乡村医生签约服务

琼海市:

签约400户1150人

海口市:

签约16985户63966人

昌江黎族自治县:

签约1575户6326人

马珂/采写 制图/红青

疾病预防控制与健康

海口市疾病预防控制中心 特约专栏

高血压防治知识

高血压是最常见的心血管疾病,可能危及每一个人的健康。海口市疾控中心为此提供如何防治高血压的有关知识。

1. 高血压是最常见的心血管疾病,可能危及每一个人的健康,因此成年人每年至少应测量一次血压。

2002年中国居民营养与健康状况调查结果显示,中国成年人高血压的患病率为18.8%,即全国约有1.6亿高血压患者,每5个成人就有一人患高血压,高血压已成为我国最常见的心血管疾病。

我国年轻人高血压患病率呈上升趋势比老年人更为明显,高血压发病低龄化值得重视。

女性在更年期和更年期后高血压、动脉粥样硬化和冠心病的发病率显著增高,应引起高度重视和有效防范。

儿童高血压也不少见,而且知晓率极低,往往被忽视。

2. 高血压病人早期常无感觉,往往悄然起病并造成突发事件,被公认为“无声杀手”。

没有头晕头痛等不适,不能认为就没有高血压。

平常貌似“健康”而突然死亡者,多数是心脏病或脑出血引起的猝死;猝死往往与血压骤然升高或严重心律失常有关。

3. 中风、心脏病、肾功能不全等疾病是最常见的高血压并发症,致残、致死率高,危害严重。

高血压是中风最重要的危险因素;高血压常并发中风(脑卒中),脑出血的80%由高血压引起,脑梗死的发生多与血压升高有关。

4. 超重和肥胖、高盐饮食、过量饮酒是高血压发生的主要危险因素;控制体重、限盐、限酒是防治高血压的有效措施。

每周运动3—5次,每次20—60分钟,有利于调节血压水平。

已习惯饮酒的健康人每天饮酒量限制在少量:即啤酒小于5两,或葡萄酒小于2两,或白酒小于1两。妇女饮酒量减半。

5. 世界卫生组织提倡每人每天平均食盐摄入量不超过6克。

6. 血压易受环境、活动、情绪及用药不规则等多种因素影响而发生波动,因此高血压病人要经常测量血压。

7. 早晨服药前的血压可反映24小时平稳血压水平。

8. 健康的生活方式是高血压防治的基石,持之以恒将终身受益。

健康的生活方式包括:不吸烟;坚持适量体力活动;合理膳食,适当限制钠盐和脂肪摄入,增加蔬菜与水果摄入;节制饮酒;保持正常体重,超重和肥胖者应减轻体重;心理平衡。

9. 控制高血压患者血压水平,减少心、脑、肾等器官损害。

10. 有效控制高血压,可预防或减少心脑血管事件。

11. 全面考虑各种心脑血管病的危险因素,药物与非药物治疗相结合,全面达到治疗目标。

12. 非药物治疗法主要为“治疗性”生活方式改善。

13. 降压治疗的其他目标:保护心脑血管;改善生活质量;最高目标为避免或减少心脑血管病发生危险,延长寿命。

14. 合理选择、长期坚持、规律服用治疗高血压药物,是持续平稳有效降压的基本保证。

15. 高血压是慢性病,大多数患者需长期规律服用降压药来控制血压。

16. 人人参与,共同行动,提高高血压知晓率、治疗率和控制率。

17. 我国有1.1亿人不知道自己已患有高血压,1.2亿高血压患者并没有正规使用降压药治疗,1.5亿的高血压患者没有达到降压目标。

18. 预防高血压应从儿童抓起。

(小可)



你会吃错药吗?

缓释片剂、肠溶片剂等 千万不能掰开服用

本报记者 侯赛
特约记者 汪传喜

有数据显示,全世界每年死亡病例中,有三分之一与不合理用药有关,在我国,每年有20万人死于用药不当。药千万不能乱吃。记者采访了海口市人民医院药剂科主任朱刚直,他告诉读者一些正确用药的方法。

不是所有药 都可以掰开吃

临床中,朱刚直接触过不少把药物掰开吃,导致加重病情甚至致命的例子。他说,不是所有的药,都可以掰开或者碾碎服用。像洛丁新片、赖诺普利片等普通片剂,或分剂片的药物,才可以掰开服用。“有的药片中间还有条分割线,这就表明这药可以掰开服用。”

但是有些药千万不能掰开服用。比如,缓释片剂、肠溶片剂、胶囊剂和双层糖衣片剂等。朱刚直说,缓释片剂的特点是进入体内后缓慢释放,保持较长时间的药效,其制剂是用特殊的方法制备而成,如果把缓释片剂碾碎或掰开服用,就会影响药效,药物就不能发挥缓释作用。

肠溶片剂是指在胃中完整而在肠内崩解或溶解的包衣片剂。凡易被胃酸破坏的药物如胰酶,或对胃刺激性太强的药物,如阿司匹林、红霉素,或肠道驱虫药等均采用肠溶

衣片,如果研碎或掰开服用,将降低药效或对胃产生刺激。

胶囊剂不仅可掩盖药物的气味和苦味,而且进入胃肠道后再溶解,生物利用度也比一般片剂好。若将胶囊拆开,气味特异,小孩不宜服用,同时剂量也难以准确。胶囊剂有普通胶囊和缓释胶囊两种,缓释胶囊若研碎将破坏其结构而不能达到缓释的目的。

至于双层糖衣片剂,朱刚直则用多酶片来说明这种剂型。朱刚直表示,多酶片内层为肠溶衣,外层为糖衣,如果研碎或掰开服用,不仅使酶失去保护,而且可能使胰酶粉剂残留在口腔中刺激黏膜,引起严重的口腔溃疡。

服药时间和喝水 都有讲究

朱刚直表示,服药要坚决遵循医生或药物说明书规定的时间和方式。比如“睡前服”指睡前15—30分钟服用,“一天三次”是指每隔8小时服用一次;空腹一般指饭前1小时和饭后2小时。治疗胃酸过多和溃疡病需要的复方氢氧化铝片,还有酵母片等都应该碾碎服用。胶囊剂应口服,不能把胶囊内药粉倒出,否则可能会灼伤口腔与食道。

其次,服药用水量也不能乱来。朱刚直说,一般的片剂药物,通常用150—200毫升水送服即可,但是服用抗痛风药、排尿酸药的药后,

都要大量饮水,每日必须饮水2000毫升以上。而服用氢氧化铝凝胶、硫糖铝、胶体果胶铋这些保护胃黏膜的药后,则需少饮水甚至短时不饮水,否则影响药效;服用复方甘草合剂、止咳糖浆、川贝止咳露这些镇咳药,服药后也不宜马上饮水。

解热镇痛药 可引起驾驶员视物模糊

针对儿童补钙过量,女性乱用调经药物等常见不合理用药现象。朱刚直说,儿童补钙过量将限制大脑发育。0—6个月的婴儿每日钙摄入量需300—400毫克。对于女性来说,长时间用药物来改变月经来潮时间,会导致月经紊乱。如需用药物推迟月经来潮,应在医院妇科医生指导下进行,切不可自己购药随意服用。

另外,有些药,吃了千万别开车。一些感冒药、抗过敏药、镇静催眠药、抗偏头痛药,可引起驾驶员嗜睡;一些镇咳药、解热镇痛药、抗毒药,能导致驾驶员出现眩晕或幻觉;某些解热镇痛药、解除胃痉挛药、扩张血管药、抗心绞痛药、抗癫痫药,可引起驾驶员视物模糊或辨色困难。

除以上不合理用药情况之外,朱刚直表示,最常见的不合理输液,也可能导致抗生素过度使用,有害无利。公众用药要遵循能口服就不肌注,能肌注就不输液的原则。