

广州卫生计生

创办于 1976 年 2 月

内部资料 免费交流 准印证号:(粤 A)L0160107

广州市卫生和计划生育委员会主管 广州市健康教育所编印

(广州卫生计生)电子版

2017 年 12 月 15 日 星期五 第 23 期 (总第 1699 期) 刊期: 半月刊 共 4 版

国家卫计委宣传司李浓副司长调研广州市开展健康促进学校创建工作

《广州卫生计生》讯 (通讯员 宋倩雯、赖玉红 摄影 邵健远)12 月 11 日,国家卫计委宣传司李浓副司长一行在省卫计委陈义平副主任、宣传处刘占峰处长、广州市卫计委胡杰副主任、市教育局等相关部门及处室负责同志的陪同下前往广州市执信中学、广州市第一幼儿园现场调研广州市健康促进学校创建工作。据悉,为实现健康广州的目标,市积极组织开展健康家庭、社区(村)、医院、学校、机关单位等健康细胞工程建设。旨在通过健康细胞创建工作,在区域人群中起到健康示范引领作用,有效提高全民健康素养水平,促进健康广州建设。2016 年广州市全民健康素养监测数据显示,我市市民健康素养水平为 27.45%,位列全省第一。广州市健康教育与健康促进工作成效得到国家、省卫生计生部门领导的充分肯定。

调研健康促进学校 寄语“健康成长、全面发展”

李浓副司长一行第一站前往广州市执信中学,执信中学陈副校长为李浓副司长介绍了执信中学的建校历史以及创建健康促进学校的情况。据介绍,执信中学是广州市第一所将心理课程写入课表的学校,学校设有专门的心理健康咨询室(学生发展指导中心),有 3 名专职心理教师以及大批获得中小学心理健康 B 证和 C 证的兼职心理教师。学生心理社每年组织形式多样的社

团活动,以最贴近学生的方式宣传心理健康。李浓副司长对执信中学的健康促进工作表示肯定,并为该校亲题“健康成长、全面发展”寄语,鼓励执信中学继续推进健康促进工作,发挥引领作用。

随后,李浓副司长一行前往广州市第一幼儿园调研。市一幼吕园长热情地介绍了该院的健康促进学校创建情况。据悉,市一幼是全市面积最大的幼儿园。宽阔的操场、整洁的课室和寝室环境,针对不同年龄段孩子们的户外锻炼课程,到处都充满着孩子们欢乐的笑声,给调研组留下了深刻的印象。市一幼的医务室里面特别设置隔离室、睡眠干预室、口腔保健室,因应不同孩子的健康状况给予个性化的防护。据介绍,市一幼还针对超重的幼儿进行早期干预,适当加强他们体育锻炼强度。李浓副司长表示,把健康促进融入幼儿教育,从小养成健康的行为习惯,有利于孩子们的健康成长。

推进“健康细胞”创建 夯实健康广州建设基础

2011 年,广州市委、市政府发布了《广州市建设健康城市规划(2011-2020 年)》,全面启动和持续开展健康城市活动,努力提高城市环境质量,提高广大群众生活质量,提高市民健康素质。各职能部门、各区(县级市)围绕“营造健康环境、构建健康社会、优化健康服务、培育健康人群、发展健



李浓副司长在执信中学开展调研

康产业”等五个方面的中心任务以及 2012-2015 年 15 项健康行动,通过建章立制、大力宣传、分工合作、专项推进,取得阶段性成效。

为实现健康广州的目标,近年来,我市积极开展健康家庭、社区、医院、学校、机关、企(事)业单位等健康细胞工程建设。通过创建工作,树立典型,以点带面,进一步调动全社会参与健康工作的积极性,夯实健康城市创建工作基础,努力加快健康城市建设进程。市卫生计生委统一制订了各类健康单元的创建标准,并由业务

指导机构(广州市健康教育所、广州市疾病预防控制中心)监督指导,提供技术保障。政府各职能部门、街道居委、镇村、医院、学校、机关、企(事)业单位都参与其中,充分体现了“政府组织、部门共建、行业促进、群众参与”的共建共享机制。

截至目前,我市共创建了 41 个健康村、17 个健康社区、18 个健康促进单位、30 个健康促进医院、206 个健康促进学校、2428 个健康家庭。通过健康细胞创建工作,在区域人群中较好地起到了健康示范引领作用,有效地推进了健康广州建设。

市卫生计生委部署今冬明春重大传染病防控工作

《穗卫卫计》讯 近期,广州市卫生计生委对今冬明春重大传染病防控工作做出了系列部署。

市卫生计生委印发了《关于做好人感染 H7N9 禽流感疫情防控工作》的通知,要求全市卫生计生系统工作早部署、早行动,切实履行联防联控牵头部门责任,近期要联合农业、工商、城管、食品药品监管等部门,以加强活禽经营市场监管为重点,着力推进源头防控,切实降低活禽经

营市场传播风险。要求市、区疾控中心扩大市场外环境监测,强化风险评估和风险沟通。要求各区卫生计生局、各医疗卫生机构要组织开展培训,提高医务人员诊治意识和能力,切实做到“五早”,医院要做好核酸采样、检测等药品储备。要组织开展宣教活动,普及疫病防治知识。同时要组织开展各项措施落实情况督导检查,对“1110”制度落实情况

进行暗访。

同时,市卫生计生委就贯彻落实《省卫生计生委、省委爱卫办

转发关于进一步做好秋冬季重点传染病防控工作的通知》提出具体要求,要求各区卫生计生局、各相关单位继续加强流感、人感染 H7N9 禽流感、手足口病、诺如病毒感染等秋冬季高发传染病,以及其他输入性传染病的监测、评估和预警;医疗卫生机构规范做好病人诊疗;全面深入开展爱国卫生运动;依法做好预防接种工作;严格按各重大传染病相关工作方案要求,落实各项防控措施,强化督导,严防大疫情的发生。

全力做好《财富》论坛保障 展示公共卫生安全名片

《广州卫生计生》讯 (通讯员 钟华、徐晓明)2017 年《财富》全球论坛参会的世界 500 强企业数量及 CEO 数量均突破历年之最。为有效预防和控制突发公共卫生事件发生,确保财富论坛期间的公共卫生安全,根据市卫生计生委的部署,广州市卫生计生委联合各区卫生计生局,扎实做好财富论坛参会来穗人员工作,向财富论坛组委会呈报上

广州公共卫生安全名片。

财富论坛前期准备阶段,各级卫生监督机构加大监督检查和巡查力度,对本次论坛涉及的各项场所、景点等公共场所进行全面的卫生监督检

查,落实公共用品用具、集中空调通风系统及二次供水设施的清洗消毒情况,督促被检单位加强自身卫生管理,做好

公共用品用具的清洗消毒和保洁工作,按规定对集中空调通风系统进行清洗维护,确保室内空气和公共用品用具的卫生安全。对检查发现的问题,卫生监督人员现场下达《卫生监督意见书》,并将跟进整改情况,对未落实整改措施的单位,严格按照公共场所卫生法律法规及规章进行依法查处。同时,密切关注场馆内卫生动态。

论坛举办期间,市卫生监督所严格落实报告制度,全面掌握全市公共卫生动态。通过制定《(财富)全球论坛卫生保障工作方案》,要求各区卫生监督所每日报送论坛活动场所巡查情况及前期检查发现问题整改情况,实行突发公共卫生事件零报告制,严密防控《财富》论坛期间

市突发公共卫生事件应急指挥部办公室组织召开 2017 年第四次登革热防控风险评估会暨市级部门联防联控工作会议

我市当前登革热疫情达到终止Ⅲ级应急响应标准

穗卫计 12 月 7 日下午,广州市卫生计生委党组成员、巡视员刘忠奇同志主持召开今年第四次登革热防控风险评估会暨市级部门联防联控工作会议。会议邀请市、市有关传染病防控专家对我市当前登革热疫情形势进行风险评估,提出下一阶段防控工作意见和建议。与会专家一致认为广州市登革热新发病例已大幅下降,疫情扩散蔓延的风险已降低,根据《广州市突发公共卫生事件应急预案》的有关规定,已达到终止Ⅲ级应急响应标准。

会议还组织市教育、市

住建委、市园林局、市城管委等市突发公共卫生事件应急指挥部成员单位业务负责同志共同研究了下一步登革热防控工作措施。对于下一步工作,刘忠奇同志强调,一是要继续加强疫情防控工作,及时将新发疫情通报相关区政府,督促抓好应急处置工作,防止翘尾疫情发生。二是尽快修订《广州市登革热应急预案》,指导今后登革热防控工作。三是要做好今年明春爱国卫生运动,有效清除蚊媒孳生地,防止蚊媒及蚊卵带毒越冬,为 2018 年防控工作打下基础。

黄埔区卫生计生局三举措做好独生子女家庭关爱扶助工作

《广州卫生计生》讯 (通讯员 吴勉兰)今年以来,黄埔区卫生计生局通过三个举措做好独生子女家庭关爱扶助工作,让计划生育家庭优先享受改革开放成果。一是在全省率先推出由区财政支出符合条件的计生家庭免费购买“计划生育家庭综合保险”政策,今年 1-11 月全区共投入资金 803.6 万元,为 3.41 万户计生家庭 9.4 万人参保计划生育家庭综合险,参保率 100%,大大增强计划生育家庭应对意外伤害和重大疾病能力。二是抓好计生奖励扶助

政策和特殊困难家庭发展扶助制度的落实,及时足额兑现各项计生奖励扶助资金。1-11 月全区共发放城镇独生子女父母奖励金 1998.34 万元、计生家庭特别扶助金 251.04 万元、农村家庭计生奖励金 25.86 万元、农村计生奖励金 48.04 万元,受惠 1.36 万人。三是扎实开展“生育关怀”行动,投入 15 万元用于救助 180 多个包括失独、独生子女伤残、低保纯二女、重症儿童、重症计生干部等在内的计生困难家庭,切实解决他们的燃眉之急。

短讯

越秀区连续三年被评为“全国结直肠癌早诊早治优秀项目点”

近日,国家卫生计生委疾控局举办 2017 年度农村癌症早诊早治项目总结会,2016-2017 年度全国共有 33 个项目点开展结直肠癌早诊早治项目。广州市越秀区是广东省唯一的结直肠癌早诊早治项目点。本次会议共邀请了四个结直肠癌早诊早治项目点参加。越秀区因在任务完成率、病例检出率、早诊率、治疗率等方面,以满分的评分达到国家的要求,连续 3 年被评为优秀项目点,从而再次被主办方邀请参加会议,并在大会上作了工作经验交流。(越秀区疾病预防控制中心)

海珠区妇幼保健院原创微电影获国家奖项

近日,海珠区妇幼保健院的原创微电影《大咖秀洗手 MV》,从全国 680 多部参赛作品中脱颖而出,荣获第四届中国医影“最佳才艺”大奖。海珠区妇幼保健院领导班子高度重视院文化建设工作,这次为全面落实十九大“健康中国”战略,保障全民健康,同时配合“全球洗手日”宣传并推广“七步洗手法”,向群众弘扬妇幼“儿童优先、母亲安全”的办院宗旨,院领导变革传统宣教方式,组织各职能部门青年骨干们,从策划到舞蹈编排,从摄录到后期剪辑,自编自导自演了这部生动活泼的科教原创微电影。

(海珠区妇幼保健院)

荔湾区成功举办重症儿童救治转诊演练及重症儿童救治工作联席会议

12 月 5 日,由荔湾区卫生计生局主办,荔湾区妇幼保健院承办的荔湾区重症儿童救治转诊演练及重症儿童救治联席会议在荔湾区妇幼保健院举行。荔湾区卫生计生局、市级重症儿童救治机构、辖区各助产机构相关人员等共 60 余人参与现场实操演练。此次演练分别由荔湾区妇幼保健院及广州医科大学附属第三医院荔湾分院派出两支团队,对新发生儿童急性和重症肺炎病例开展演练。(荔湾区卫生计生局 李致媛)

广州市性病艾滋病防治协会成立

12 月 5 日,广州市性病艾滋病防治协会在广州成立。该协会由广州市疾病预防控制中心、广州市第八人民医院、广州市皮肤病防治所和广州血液中心等 4 家单位共同发起,目前有单位会员和个会员 45 个。全市 30 多个单位会员代表和个会员参加了第一届会员大会。国家卫计委临床专家组专家、广东省艾滋病诊疗质量控制中心专家组组长、广州市第八人民医院感染病中心主任医师卫平当选为会长。(余婉玲)

扎实练兵打磨医术 “海珠工匠”弘扬医者匠心



海珠工匠颁奖仪式

《广州卫生计生》讯 (通讯员 曾嘉琦)近日,由广州市海珠区人社局、区总工会举办的“匠心筑梦 创新海珠”2017 年海珠区职业技能竞赛暨“海珠工匠”颁奖仪式在琶洲举行。海珠区卫生计生系统有 2 名医护人员荣获“海珠工匠”称号,全区共有 13 位各行业的专业能手获此殊荣。

此次获得“海珠工匠”殊荣的海珠医护人员分别是龙凤街社区卫生服务中心医生高浩森、南头街社区卫生服务中心护士张永连,他们同时也分别获得海珠区卫生计生局举办的 2017 年基层卫生岗位练兵和技能竞赛“社区护理组”和“全科医疗组”的单项第一。海珠区卫生计生局相关负责人表示,该项竞赛旨在建立基层卫生岗位练兵常态化机制,以练促学,以赛促进,全面提升基层医疗卫生机构服务能力,比赛理论考试和技能操作两部分,来自基层

的 36 名选手积极参与角逐。

这位获得“海珠工匠”称号,可以说是海珠区卫生计生系统开展系列人才培养措施以来的一次成果展示。他介绍,在提升基层医护人员的专业能力方面,海珠区加大投入,制订全区社区卫生服务

的演示视频和生命之舞视频。主持人介绍了生命之舞项目,并带领全场宣读了艾滋病防治宣传誓词,呼吁大家行动起来,携手共同遏制艾滋。比赛在生命之舞充满激情的旋律中拉开帷幕。活动邀请了青青春健康项目负责人、青春健康教育国家培训师和星海音乐学院舞蹈专业的教授担任本次大赛的评委。来自 7 个区 3 所高校的 10

个代表队进行了“生命之舞”的展示。参赛者的表演活力四射、激情四溢,赛场上高潮迭起,掌声不断。经过激烈比拼,最终花落各家。海珠区代表队脱颖而出,荣获一等奖;天河区、白云区 2 个代表队荣获二等奖;黄埔区、越秀区、番禺区 3 个代表队荣获三等奖;广州中医药大学、广东外语外贸大学、广东工业大学以及增城区 4 个代表队荣获“优胜奖”。广东白云学院获“最佳组织奖”。白云区代表队获“最佳人气奖”。此外,广州市计划生育协会秘书长王贵华、副秘书长田丽华还参加了广州市暑期青春健康教育志愿服务的 6 名优秀大学生代表荣获了“广州市青春健康教育爱心使者”荣誉证书。

活动中穿插了青春健康同伴教育、情景剧和艾滋病知识有奖问答等环节。现场气氛热烈,互动良好。本次活动,是广州市 2017 年“世界艾滋病日”宣传活动的系列活动,旨在通过



参赛代表队在演绎“生命之舞”展

预防 H7N9：减少接触活禽，吃鸡务必煮熟

人感染 H7N9 禽流感高发于冬春季节，疫情持续引人关注。经常接触禽类的人和免疫力较低的人群特别容易被禽流感病毒感染，普通人群最重要的预防方法是减少接触活禽和活禽市场，做好个人防护，养成良好的卫生习惯。

□ 广州市卫生计生委应急办 陈政庭

为什么要注意 H7N9？

——免疫力低下人群感染后易发展为重症

H7N9 病毒是禽流感病毒的一种，通常情况下只感染禽类，引起禽鸟发病。在偶然情况下可以感染人，引起流感样症状。

H7N9 流感是一种急性呼吸道传染病，临床以发热、咽痛、咳嗽等

呼吸道感染症状为主，可快速发展为重症肺炎，病情严重可导致死亡。这个病的潜伏期多数在一周内，传染源为携带 H7N9 流感病毒的禽类。病人主要因接触禽类或被病毒污染的物品而感染。

什么人特别容易感染 H7N9？

——经常接触禽类者、免疫力低群体

有两类人特别容易被感染：经常接触禽类的人，例如从事禽类养殖、贩运、销售、宰杀等工作人员，以及免疫力比较低的人。因为目前监测发现，H7N9 病毒特别喜欢“欺负”患有慢性基础病的老人以及孕妇、儿童等这些免疫力较弱的“软柿子”。他们感染了之后容易

发展为重症，所以这些人群为了保护自 己，应尽量不去活禽交易市场。

专家认为，人感染 H7N9 流感，活禽暴露史与禽类市场暴露史是感染的高危因素。实行禽类“集中屠宰、冷链配送、生鲜上市”措施能有效减少公众的暴露风险。

做什么事情容易感染 H7N9？

——接触活禽、去活禽市场是重要危险因素

目前已有证据提示接触活禽和去活禽市场是感染 H7N9 的重要危险因素。经呼吸道或直接接触携带病毒的禽类及其排泄物、分泌物可能是感染 H7N9 病毒的主要传播途径。

H7N9 病毒主要通过下列途径感染人类：吸入含有禽流感病毒的飞沫或飞沫核；直接接触禽流感病毒感染的禽类或其分泌物和排泄物，间接接触受禽流感病毒污染的物品和环境。



防疫指引

普通人群：

最重要的预防方法是减少接触活禽和活禽市场，做好个人防护，养成良好的卫生习惯。

专家提醒，要尽量避免接触禽畜；从正规渠道购买冰鲜禽肉，食用禽肉时要充分煮熟，并注意生熟分开。

市民要尽量避免接触野生禽鸟或进入野禽栖息地；在农家乐游玩时注意远离禽类屠宰现场；勤洗手，注意个人卫生；避免去人群密集、空气污浊的场所，特别避免去有活禽交易的市场；合理饮食起居，保证充足的营养和睡眠；适时加减衣服；多参加户外体育活动。

禽类爱好者：

加强饲养管理，提高禽体抗病力；注意笼舍的卫生清洁；保证笼舍的通风；鸽舍、鸟笼要特别注意卫生，注重日常消毒。家中饲养的雀鸟，应避免它们与野禽接触。一旦接触后，要及时给鸟消毒，必要时还要到动物防疫部门进行防疫。

在养鸟或者观鸟时要尽可能避免接触禽类以及其粪便，处理它们的粪便时应戴上手套；接触它们或它们的粪便后，必须用皂液和清水彻底清洗双手。观鸟过程中不捡死鸟，不吃野生禽鸟。

禽类从业人员：

在进行接触禽类的工作活动过程中，应穿好防护服、佩戴口罩和手套，做好个人防护，减少与禽类的直接接触。清洁禽舍时，要严格执行清洁和消毒程序；清洁完毕后，要及时彻底地洗手和消毒；当身体接触禽类污物时，也要彻底地清洗。当发现病死禽类时，应及时通知当地动物检验检疫部门处理。

当出现发热、咳嗽、咽痛、全身不适等症时，应戴上口罩，并尽快到发热门诊就医，并主动告知医生自身职业和发病前的活动史。保持勤洗手，室内勤通风换气，注意营养，保证充足的睡眠和休息，加强体育锻炼。

禽类加工人员：

经常清洁和消毒用于禽类准备的所 有工作台、设备和器具，应经常洗手。处理禽肉时要做到生熟分开。特别是一些器皿，容器也应注意生熟分开。确保将食品烹调到适当的温度，禽流感病毒普遍对热敏感，对低温抵抗力较强，65℃加热 30 分钟或煮沸（100℃）2 分钟以上可灭活。

完全熟透的家禽/猪肉等是可以食用的。但是病毒在较低温度下可存活 1 周，在 4℃水中或有甘油存在的情况下可保持活力 1 年以上。另外，当加工者手部有破损处理肉类时，建议佩戴手套。

过敏性鼻炎的防治

□ 通讯员 孙冰倩

医学指导：广州市红十字会医院耳鼻喉头颈外科主任 李军政

过敏性鼻炎虽然不是一种严重疾病，但可以影响患者的日常生活，学习以及工作效率并且造成经济上的沉重负担。可诱发气管哮喘、鼻窦炎、鼻息肉、中耳炎等，或与过敏性结膜炎同时发生。关于过敏性鼻炎的防治，我们现在来了解一下。

一、过敏性鼻炎有哪些症状？

喷嚏：每天数次阵发性发作，每次多于 3 个，多在晨起或者夜间或接触过敏原后立刻发作。

鼻涕：大量清水样鼻涕，有时可不自觉从鼻孔滴下。

鼻塞：间歇或持续，单侧或双侧，轻重程度不一。鼻塞：多数患者鼻内发痒，花粉症患者可伴眼痒、耳痒和咽喉痒。

二、对人体有哪些危害？

嗅觉障碍：鼻黏膜长期受到炎性分泌物的刺激引起黏膜充血水肿，身体免疫力下降，细菌和病毒很容易侵入鼻腔，引发鼻腔的感染，导致嗅觉神经损害，嗅觉下降或丧失。

分泌性中耳炎：由于肿胀或水肿的鼻黏膜与咽鼓管黏膜相连续，咽鼓管黏膜也可以发生同样病变，炎性分泌物长期刺激咽鼓管黏膜感染引发中耳炎导致分泌性中耳炎。

过敏性咽喉炎：鼻涕会被纤毛运送到鼻咽处，但由于过于粘稠而无法滑入胃中被处理掉，就粘附在鼻咽处，引发咽喉部黏膜水肿增厚，容易引发咽喉炎。

支气管哮喘：由于过敏性鼻炎病变所致，其致敏物也与过敏性鼻炎一致，在哮喘发作之前先有持续性、久治不愈的咳嗽，这是哮喘的前驱症状。

三、目前存在的诊疗误区有哪些？

误区一：小毛病挺挺就好
有人认为过敏性鼻炎是小毛病，挺一挺就好了，这样不仅不会挺过去，反而会加重过敏性鼻炎的严重性，甚至并发症的出现。

误区二：治不治药都一样

很多人认为，过敏性鼻炎只在发病时给人带来痛苦，过后就会和正常人一样，这样的理解是错误的，过敏性鼻炎不治可能会带来一系列并发症。

误区三：打喷嚏就是感冒

过敏性鼻炎的一个明显的症状就是连续打喷嚏、流鼻涕，很多人一见到这种症状，就以为是感冒了。

认为吃点感冒药、打点抗炎药就好了。结果，不但治不好，还误了病情。

四、该如何治疗？

避免接触过敏原：是防治过敏性鼻炎最有效的方法。但有些过敏反应，特别是吸入性变态反应，常常难以避免，但却是治疗策略的重要组成部分。

药物治疗：近年来由于高效、长效、安全的药物不断问世，使药物治疗在过敏性鼻炎的治疗中占有重要地位。包括抗组胺药、肥大细胞稳定剂、减充血剂、皮质类固醇、中药治疗等。

免疫治疗：尘螨滴剂小剂量抗原并逐步增加剂量的免疫治疗已广泛应用于临床，并取得较好的疗效，使用方便，安全性高，副作用小。

降低鼻黏膜敏感性的手术方法：如下鼻甲冷冻、激光、射频、微波、等离子等治疗，各种神经阻断术可减少神经末梢的敏感性及减轻鼻塞症状。

人，更易共患抑郁、焦虑等精神心理疾病，失眠障碍与抑郁、焦虑障碍之间存在双向促进，形成恶性循环的风险。

如何解决失眠问题呢？常说的“数绵羊”有效吗？郭嘉医生解释，睡眠是人类的本能，它是自然而然的状态里发生的，不存在快速入睡的捷径。在各种睡眠指导建议里，除了临睡前不要安排剧烈的活动外，包括体力活动和脑力活动，剧烈运动和过度用脑都不利于睡眠。更重要的是保持睡前心情的轻松自如，不要把问题带到床上。如果一上床就想今晚几点睡，今晚能否快点入睡，诸如类似的问题，就极易形成睡眠焦虑，反而不利于入睡。

老百姓平时说的数绵羊，可能很多人都会试过，效果并不一定好。效果不好的原因是数绵羊都会投注注意力到数数上，而这时人的精神并不是放松的，并且数数中更会形成期待心理，与轻松自然的状态刚好相反，并不利于入睡。

失眠误区粉碎机

郭嘉医生指出，关于失眠，老百姓误区不少，主要有以下几点：

一是觉得昨晚没睡好，今晚就会提前上床，比如 7、8 点就上床，不管自己有没有困意。这类人群过于关注睡眠，过于夸大失眠的不好影响，易形成睡眠焦虑，在没有困意时提前上床，越睡不着越担心，越担心越睡不着，容易形成恶性循环。

二是晚上睡不着，白天就打盹增加睡眠时间。白天可小睡，不要大睡，否则会影响晚上的睡眠周期。白天保持清醒状态更有助于夜间睡眠。

三是夜间饮酒助眠。尽管饮酒能帮助紧张的人更容易入睡，但会导致早醒，反而影响睡眠周期。



孕育天地

宝宝出牙迟，就是缺钙了？

□ 通讯员 林惠芳

医学指导：广东省妇幼保健院口腔科 黄辉 主任医师

玲玲都 11 个月了，第一颗乳牙还是迟迟都不冒出来。看着其他同龄的宝宝都长出了几颗牙齿了，妈妈那真是一个着急：“怎么到现在还不长牙呢？是不是缺钙了呢？要不要补补钙？”后来带去医院口腔科看，医生考虑玲玲出牙迟可能跟她的营养状况有关，而且因为玲玲还没长牙，家长一直都是给稀软的糊状食物给她吃，因为缺乏咀嚼的锻炼，所以也在一定程度上影响了她的出牙。于是建议加强营养，同时，要适当锻炼一下她的咀嚼功能，以促进生长。

通常宝宝在 4~6 个月左右就开始萌出第一颗乳牙，如果到了八九个月还没长牙，一些家长就开始着急了，不是抱着孩子到医院求助，就是擅自给宝宝吃钙片或鱼肝油。父母的这种焦虑是可以理解的，但孩子迟迟还不长牙，就一定是缺钙了吗？

其实，除了极少数先天性无牙的宝宝，绝大多数宝宝在出牙的时候，颌骨中已经有育化的乳牙胚了，只是还没有冒出来。我们只能看见宝宝的上下颌被红色黏膜覆盖着，第一颗乳牙什么时候长出来，是有个体差异的。出牙早的在出生后 4 个月就开始长牙了，出牙晚的，也有等到 18 个月或 1 岁，甚至 1 岁后才萌牙的，到两岁半至三岁左右

的年龄，多数宝宝都可以出齐 20 颗乳牙了。先天性无牙是极其罕见的，一般认为，超过 12 个月乳牙仍未萌出者为出牙延迟。

那么，宝宝出牙比较晚，都有哪些因素所致呢？

遗传因素

出牙的早晚跟遗传因素有一定的关系，家长小时候出牙比较晚的，他们小孩出牙的时间也会相对比较晚一些。除此之外还有研究发现，不同性别在出牙的时间上也是会有所差别的，男孩子长牙的时间一般比女孩子会稍晚一些。

营养因素

健康的牙齿与蛋白质、钙、磷、氟、维生素等营养素密切相关。蛋白质摄入不足时，可造成牙齿萌出时间延迟，充足的钙磷氟有助于宝宝牙齿的

钙化，充足的维生素不仅是孩子全身发育的所需，对牙齿的发育也极为重要。当宝宝饮食不均衡，体内缺少这些营养素时，也可造成宝宝出牙较晚。另外，严重营养不良的孩子，他们的生发发育较慢，同样出牙也会出得晚一些。所以，爸爸妈妈要注意宝宝平时的均衡饮食，补充丰富的营养素，以保证宝宝乳牙的正常生长。

添加辅食的情况

当宝宝长到 4~6 个月的时候，爸爸妈妈就可以开始给宝宝添加糊泥了，首选的是含有多种维生素和矿物质强化的营养米粉，后期如土豆泥、蛋花泥、苹果泥等。当宝宝长到 6~7 个月时，唾液中的淀粉酶功能已慢慢趋于完善，这个时候就可以给宝宝一些饼干等食物。刚开始给宝宝可能只是用唾液把食物泡软后再嚼下，慢慢地，他就会学着用牙龈磨碎食物，尝试着咀嚼，这样咀嚼动作会有利于乳牙萌出的，通过咀嚼，宝宝的颌骨和牙床可以得到更好的发育，这样就有利于牙齿正常萌出并排列整齐。

疾病因素

当宝宝患有佝偻病或甲状腺功能低下时，也可造成其迟迟不出牙。因此，如果宝宝超过 1 周岁还没萌出第一颗牙齿时，也需要考虑是否为佝偻病或内分泌因素所致。但出牙晚是否是由疾病因素所致，需要交给专业的医生去判断。

总之，造成宝宝出牙晚的原因是多方面的，当宝宝见到宝宝迟迟不出牙时，不能凭感觉就认为是缺钙而擅自给宝宝补钙，而是建议交给专业的医生去判断，并在医生的指导下给予纠正，真正做到改善出牙的目的。



排尿问题烦恼多，怎么破？

□ 通讯员 李晚娟

医学指导：南方医科大学南方医院泌尿外科 吴兴 主任医师

排尿问题困扰正常的生活、工作、社交带来了很多问题，怎么防治此类问题？南方医科大学南方医院泌尿外科主任医生吴兴为大家做以下讲解。

排尿问题障碍多种疾病有关

人在衰老的过程中，各器官功能都会出现退化，泌尿系统也不例外。随着我国人口老龄化日益加剧，与“排尿”相关的疾病骤增。排尿问题困扰正常的生活、工作、社交带来了很多问题。吴兴指出，排尿是一个复杂的过程，不仅和泌尿系统有关，而且和很多其它的器官都有关系，比如心脏、大脑、内分泌系统等。因此，对于排尿问题一定要有个全局观。

排尿问题障碍相关的疾病非常多，症状表现也比较复杂。通俗的说，有三类：憋不住、尿不尽（或尿不尽）、睡不好。“吴兴介绍，‘憋不住’症状包括有：尿频、尿急、尿失禁，可发生在各年龄段，常见原因为膀胱过度活动症及压力性尿失禁；‘尿不尽’的症状为排尿困难、男性偏多，常见病因有前列腺增生、膀胱功能低下、糖尿病、中风、帕金森等神经系统疾病；‘睡不好’的主要原因为夜尿多，老年人常见，常见病因则为夜尿症。

膀胱过度活动症：年龄越大患病率越高

就“憋不住”的原因膀胱过度活动症而言，该症状会严重影响患者的健康和生命质量。例如一些患者经常有急切的排尿欲望，白天和晚上的排尿次数明显增多，甚至因不能及时到达厕所而提前排尿，出现尿失禁。不仅如此，还会增加卒中及心脑血管疾病死亡发生风险，如不及时治疗，还会引发感染、跌倒与骨折等并发症。

吴兴表示，膀胱过度活动症发病非常普遍，40 岁以上的人中每 10 个人当中就有 1 个，而且年龄越大患病率越高。“在治疗方式上，这类患者首先要注意生活方式的调整，对于比较肥胖的人，要注意减轻体重，避免一次性摄入大量饮水，以及刺激性的食物和饮料。尽量在白天多喝水，而临近夜晚时不再

饮水。”其次，要在医生的指导下，进行膀胱功能训练，使用药物控制症状，如果药物效果不好，可以考虑手术治疗，包括膀胱起搏器等等。吴兴指出，需要注意的是，膀胱过度活动症像糖尿病、高血压等疾病一样，也是一种慢性疾病，需长期治疗。

大笑会漏尿，小心“压力性尿失禁”

除此之外，“憋不住”还有一种情况叫“压力性尿失禁”。吴兴指出，当腹压增高时，例如大笑、咳嗽、打喷嚏、跳舞就出现漏尿，这种情况与盆底肌肉松弛及生育有关，在中老年女性中发病率非常高，对生活质量影响很大。“如果漏尿不多，可以通过盆底肌肉训练的方法进行康复，漏尿比较严重时，可通过尿道中段无张力悬吊术微创手术解决，效果好，恢复快，且没有明显的伤口。”

发现排尿障碍要及时就医

怎么了解和应对排尿障碍问题呢？吴兴表示，首先是 7~7.5 次。正常人排尿次数是白天 6~7 次，晚上 0~2 次。生活中，不仅只是留意自己的排尿有没有问题，也要注意关心下身边的家人有没有这些迹象。“不愿意出去逛超市坐电梯上楼，怕找不到厕所，晚上频繁起床上厕所，睡不好；上厕所时特别长时间，等很久才能尿出来；尿完裤子经常湿湿的，或者经常漏尿身上有异味；担心咳嗽、打喷嚏或者跳广场舞，不愿意和人交往等等。如果发现此类情况，则应及时就医。

其次是自测，医生会提供简单易懂的表格，患者根据自己的排尿情况进行填写，算出总分后对照，没有问题，自己在家一调便知了。吴兴提醒，早期治疗可以避免很多的并发症。如果结果不正常，则应该引起重视，及早就医，医生会根据每位患者不同的情况进行评估并给出治疗方案，切不可认为是正常衰老的现象，放弃治疗。不仅如此，他还指出，排尿相关问题多数是慢性病，需要定期复查膀胱、肾脏、前列腺的状况，根据情况进行药物的调整，或者调整治疗方案，因此患者需要坚持随访。

数绵羊能快点入睡吗？

□ 通讯员 朱素颖

医学指导：中山大学孙逸仙纪念医院神经内科 刘中霖 教授 神经内科 郭磊 心理治疗师

你睡着了吗？绝大多人的回答可能为是。失眠患者往往对失眠存在各种偏差和误区。其实，坊间流传“数绵羊”等各种帮助入睡的快捷方式，反而不利于入睡。

失眠原因多

中山大学孙逸仙纪念医院神经内科主任刘中霖教授说，引起失眠的原因非常多，主要分为继发性失眠和原发性失眠。

原发性失眠是指排除了躯体疾病、精神障碍后的人入睡困难，维持睡眠困难或睡眠质量差，并且有明显的苦恼和白天社会功能的损害。这类病人存在对失眠的过度忧虑，表现为睡觉前的过度紧张，入睡困难，条件性觉醒等，比如在客厅沙发上能睡着，转到卧室床上时就毫无睡意，思维清醒，并担心睡不着。长此以往，就会进入睡眠的恶性循环，越担心越睡不着，越睡不着越担心，从而积累很多负性情绪。失眠者往往对药物治疗的敏感性和耐受性存在一定的疑虑。对此类原发性失眠患者，除了药物治疗，认知行为治疗也是改善睡眠的行之有效的办法，包括睡眠卫生教育、刺激控制疗法和睡眠限制疗法。

小心慢性失眠

常常有人问，什么叫做失眠，我 12 点睡，到了凌晨 3、4 点就醒了算不算失眠？对此，郭嘉医生回答说，早晨和入睡困难一样都是失眠。世界卫生组织定义失眠为一周内至少有三个晚上出现入睡困难和（或）难以维持睡眠，或者有无法恢复精力的睡眠引起的不适，伴随白天的苦恼或影响社会功能。包括入睡困难、早晨和夜间频繁醒和延长的觉醒。一般将病程持续时间少于 3 个月的失眠称为短期失眠障碍。短期失眠障碍往往可以找到相关的诱发因素，去除这些诱因部分患者睡眠可恢复正常，但仍有部分患者会转为慢性失眠。由于失眠是具有慢性化、复杂性的特点，所以短期失眠的患者需要积极治疗，包括心理行为干预和（或）药物治疗，对防止慢性化为慢性失眠非常重要。

失眠恶果严重

郭嘉医生说，别看失眠是常见现象，绝大部分人一辈子都可能失眠过，但后果不能小觑。失眠人群罹患各类内科疾病的发生率也明显高于非失眠人群。越来越多的研究证实失眠可导致免疫功能下降，诱发或加重心脏病、高血压、糖尿病等，对于慢性失眠病



别了,塞舌尔

——记我的援塞舌尔志愿服务历程

编者按:

一年的时间也许漫长,她用指尖丈量那段医疗援助塞舌尔志愿服务的日子,每一天过得充实而有收获。一年的时间却又短暂,那些曾经不断呈现在眼前的困难,那些来自当地患者的感动,那些基于努力的自我超越,仿佛还生存在昨日一样,蓦然回首,却已经成为一段宝贵的人生阅历。

到底这是怎样的经历和故事,广州市胸科医院援塞舌尔志愿者、该院重症医学科(ICU)贾敬医生向我们娓娓道来。

文/援塞志愿者:贾敬



贾敬医生(左三)与维多利亚医院同事义诊合影

时光荏苒,作为一名志愿者来到塞舌尔参与援助工作已近尾声,通过这一年的援塞医疗志愿服务,我克服了诸多来自环境气候、语言交流、生活饮食等方面的困难,开阔了自己的视野,领略了不同的文化,增长了不少见识,收获了宝贵的人生阅历,迅速地成长与进步。

离别之际翻看日志,自 2016 年 9 月在维多利亚医院工作开始,至今我已累计工作 2438 小时,值班 53 次,内科查房 438 次,办理出入院约 1240 余人次,巡视患者 8259 余人次,这一串数字代表了我这一年的收获。这些数字背后,包含着同事的信任和患者的认可。我珍藏着一位塞舌尔患者的感谢信。患者 Lus Olighere 是一名塞舌尔中年女性,持续发热并咳嗽月余,既往有肺结核病史,因抗感染治疗效果不佳,她担心自己是肺结核复发了,十分焦虑和紧张。我来自广州市胸科医院,我们胸科医院在肺结核的诊断治疗方面有一绝对的权威,我在医院时也接受过肺结核诊疗的专业培训,我自信地接诊了患者,通过详细地询问病史、仔细地体格检查,收集既往病历资料,再次完善与结核相关的检验检查,通过反复比较对照,排除了肺结核复发可能,同时不断地鼓励她放

松心情,最终她经过规范抗感染治疗 1 周痊愈出院了。出院的时候她给我送上一封亲笔书写的感谢信,结尾还用汉语拼音写下 xiexien, jiaminyisheng (谢谢您,贾敬医生)。能够赢得患者发自内心的肯定与感激,我觉得无比欣慰。

除了全身心地投身临床工作,我更珍惜每一个锻炼的机会。每周五我都会积极参与在卫生部继续医学教育中心举行的医学专业学习,维多利亚医院内科部也有当地业务学习讲座和专业技能培训。初到塞舌尔,我们作为“新人”,口语表达和当地工作多年的医生有一定的差距,也曾感受到他国同行有些不屑的态度。为此,我决心争一口气,苦练英语口语,还学习了一些简单的当地语言。积极地和来自世界各国临床经验丰富的医学专家一起用英文面对面地学习交流,不断鞭策自己在医学与英文两方面继续进步。功夫不负有心人,今年 3 月我受邀在维多利亚医院继续教育中心成功为当地医务人员举办了心房颤动专题培训讲座,帮助当地医务人员提高在心血管内科方面的医疗知识水平。讲座获得大家集体鼓掌叫好,更赢得了内科负责人埃及医生 Mahmoud 的点头称赞。作为此次团队中第一个开展讲座的医

生,我经受了考验,得到了锻炼,良好地展现了我们中国医生的专业和外语水平,也为团队其他成员鼓劲打气。

今年 5 月我还积极参与了中国驻塞舌尔大使馆馆址举办的以“关注健康,促进友谊”为主题的大型义诊活动,受到当地政府和居民的高度赞誉。塞舌尔发行量最大的日报《Seychelles Nation》在头版头条对此次活动进行了深入报道。此次义诊活动,让塞舌尔人民增进了对中国援塞医务人员的好感,进而巩固了中塞两国的友谊,为国家“一带一路”战略在全球的顺利实施提供了有力支持,注入了新的活力,让祖国在海外的影响力更加强大。

生活方面,我被推选为团队的财务委员,虽然是“大姑娘上轿头一回”,但我努力摸索,将团队集体活动、领取海运物资等做了详细预算方案,账目分类清晰,公开透明,一目了然,没有辜负大家的信任。出国以前,我性格内向,不善表达,但在塞舌尔的工作经历给予了我勇气和锻炼的机会,我变得更加自信。工作之余我也开始户外徒步,在跋山涉水中学磨意志,锻炼身体。

患难送医
贾敬医生
的感谢信

成长·我们一起并肩

广州市基层健康教育讲师 2017 提升班纪实

《广州卫生计生》讯 (通讯员 余凯鸣 摄影 郭健达) 11 月 10 日,广州市 3 家宾馆,48 名来自广州市基层健康教育讲师班基础的学员顺利完成了提升班 3 天的课程。这一阶段,市健康教育所就在健康教育给学员带来全新的学习体验。

本期导师为暨南大学新闻与传播学院副教授、暨南大学传播与国家治理研究院健康传播中心主

任李洁博士。

跨界学习,离不开强有力的引路人。李教授通过自身在媒介和健康传播领域的深厚功底给大家带来了一场健康传播盛宴,健康传播效果提升的七大策略和说服性传播策略深入学员心中,学员们明白了健康传播受众的重要性,对受众有了更深层次的理解。

受众和策略是影响健康传播效果不可分割的两大要素。市健康教育所结合这两大要素进行课程组织,通过组织角色扮演活动让学员初步建立受众分析思维,通过科普文章的立意讨论提高学员对受众影响因素和传播策略的理解,通过引导学员手绘板报,鼓励学员分享经历、想法和感受。

“健康传播最重要的是要了解受众,怎样把更多的知识传授给受众,但是没有考虑受众能不能接受,没有站在他们的角度去思考这样的传播是不是他们喜欢的,健康传播越有针对,效果才会越好。”



学员邓园课后这样说,而有些学员则直接用简笔画表达自己的感受。通过参与式培训,大家都收获满满。

一个高效的健康传播活动离不开传播者、传播内容、传播渠道、受众和效果的综合分析与策略制定,更离不开因地制宜地组织实施。而市健康教育组织的这次培训,则是理论结合实践的深度学习。

社区为老服务中的医养结合探索
广州社区暖心医养健康行项目纪实

《广州卫生计生》讯 (通讯员 陈倩)近日,一场主题为“冬季护肤有妙招”的老年人皮肤护理培训暨义诊活动走进白云区钟元岗社区。广州市皮肤病防治所的田鑫主任医师携佛四冬专家为 60 多位社区老人指导秋冬季节日常皮肤护理,并开展皮肤保健义诊,受到市民的欢迎。随后,皮肤科医生上门为出行不便的老人开展延伸服务,并带去了包含日常药品的暖心药箱。

本次活动也是广州市首届为老服务公益创投项目——“广州社区暖心医养健康行”项目系列活动之一,该项目是广州市首届为老服务社会组织公益创投、市级社会工作服务项目,由广州市孝道文化研究会承接。项目秉承“合作、互助、支持”的服务理念,运用服务专业理念,统筹、协调、链接社区的正式资源及非正式资源,积极推动长者社区照顾模式,联动多方,为长者整合、提供社会支持,满足其医养结合需求。

孝文化基金反哺为老服务

2016 年,广州市孝道文化研究会与广州市慈善会合作,设立冠名基金——孝文化基金。孝文化基金,主要用于与孝文化相关的为老服务、青少年服务、社区服务和孝文化教育、孝文化普及、孝文化发展等社会公益事业。



2017 年,孝文化研究会通过多种形式的筹款活动,吸纳社会捐赠,共筹得 37000 元社会资金用于支持本项目的推进。项目负责人说:“通过这个项目的推进,也为今后合理运用孝文化基金开展更多个为老服务工作,提供了良好的经验积累。”

多方联动 完善社区照顾

“我们在开展钟元岗社区长者服务的过程中,调动的社区资源包括:社区长者托老中心、社区培育的固定的长者互助志愿队伍、社区综合治安巡逻队伍;项目社工链接的亲子义工队伍、暖心医疗小组、医疗志愿者队伍。”据介绍,为了开展好社区长者服务,双方加强沟通、多方联动,想了很多办法。

广州市孝道文化研究会项目负责人表示:“通过多次合作,我们已经与钟元岗社区达成了打造孝文化健康服务品牌试点的共识,未来双方将加强沟通合作,打造孝文化落地基层的品牌社区。”

冬日送健康,家庭医生进社区

梅花村社区卫生服务中心家庭医生签约服务系列活动

《广州卫生计生》讯 为更好地践行党的十九大“实施健康中国战略”,大力宣传和开展家庭医生签约服务,在梅花村街道办、居委会的大力支持下,梅花村社区卫生服务中心医务人员利用周末,深入社区,12 月 2 日至 3 日连开两场“家庭医生签约服务进社区”系列义诊活动,为街坊们送上暖暖健康福利!

本次义诊活动覆盖辖内 10 个居委(共和西、东风二、中山一、梅花村、杨箕、福今、共和东、东兴中、西元岗、环市东),为居民群众提供家庭医生签约、大肠癌筛查、免费血压血糖检测、老年人中医体质辨识、免费体检等服务。中心主任李惠娟亲自参加义诊,家庭医生团队积极宣传,向居民现场讲解,派发宣传资料,详细介绍中心家庭医生服务团队、服务内容、签约流程和签约后能享受到的各种服务,吸引了不少居民驻足了解。签约现场,医务人员及时为居民建档,提供免费血压血糖检测、中医体质辨识、大肠癌筛查等服务。

接连两天的家庭医生义诊活动得到了居民群众的欢迎和好评。据统计,现场成功签约家庭医生服务的居民有 439 人,接受中医体质辨识服务的居民有 110 人,参与大肠癌筛查项目的居民有 83 人,免费检测血压血糖的居民 400 多人,现场接受咨询义诊人数超过 500 人。

本次活动通过面对面的形式,大力宣传了家庭医生签约服务的内容和意义,让更多的居民详尽了解家庭医生,了解社区卫生服务中心,为深入推进家庭医生服务起到良好的宣传效应。

(供稿:越秀区梅花村街社区卫生服务中心)



(共和村居委专场活动)

家庭医生你我他 健康服务为万家

越秀区白云街社区卫生服务中心家庭医生签约宣传活动

《广州卫生计生》讯 (通讯员 李培 通讯员 林)为贯彻落实党的十九大精神,保障居民健康,提升居民健康水平,结合分级诊疗制度实施和金科服务制度建设,加快推进家庭医生签约服务,11 月 27 日,越秀区白云街社区卫生服务中心党支部与广东新华集团党委、市供销社党委、海印集团党委、白云街党工委共同在广九火车站纪念公园举行“学习宣传贯彻党的十九大精神”暨“家庭医生签约义诊”活动。

家庭医生签约是管理居民健康的重要举措,活动现场,居民们怀着对家庭医生签约的疑问,纷纷前来了解家庭医生签约的相关内容。越秀区白云街社区卫生服务中心医务人员向居民详细介绍家庭医生签约服务的内

容、付费政策,家庭医生团队成员以及家庭医生签约的重要性。有些居民在现场马上进行了签约并表示会积极向家人和朋友推荐来生服务中心的家庭医生团队。为给予前来的居民提供更加良好的服务,中心医务人员及时为居民进行量血压、健康咨询、中医体质辨识,提供个性化健康指导等。

本次宣传义诊活动,让更多的居民了解家庭医生签约服务,也让更多的居民了解社区卫生服务中心。家庭医生只有以人为中心,面向家庭和社区,以维护和促进整体健康为方向,才能做好家庭医生守门人,为十九大提出的健康中国伟大战略添砖加瓦。

冬日送温暖 关爱到心间

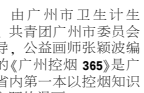
《广州卫生计生》讯 (通讯员 景世来)为把医院的关怀送到离退休老党员和困难职工身边,日前,广州市胸科医院组织开展送温暖活动,通过走访慰问离退休老党员、老党员和困难职工,把医院的关心和温暖送到了他们的心坎上。

受院领导委托,市胸科医院办公室和退管办负责人一行组成慰问组,先后走访慰问了多名离退休老党员、老党员和一名困难职工。在每位离退休老党员和老党员的家,慰问组详细了解老党员、老同志及其家属的身体情况和生活状况,倾听他们的诉求和心声,并向他们介绍了医院发展情况和取得的成就。在与老党员的交流中,慰问组还积极宣传党的十九大精神,传递党的声音,并嘱咐他们保重身体,老有所为、老有所乐,也希望老同志一如既往地关心支持医院事业的发展。

严华英是该院一名普通清洁工,熟悉她的同事都亲切地称她“英姑”。几

个月前,英姑患鼻咽癌随即在广州医科大学附肿瘤医院住院治疗。治疗期间,英姑以乐观积极的心态和勇敢坚强的毅力积极配合治疗,终于战胜身上的病痛,现已康复出院。慰问组把医院的关爱和祝愿再一次送到英姑身边,让她感到格外开心。她表示,这次住院经历让她真切地感受到医护人员的高尚医德,医院领导和同事的深切关怀也让她终身难忘。在她心里,医护人员和身边的同事都是最值得点赞的人,英姑把自己的感受写成文字,并发表在《广州文苑》。

关爱离退休老党员、关心困难群众是党的优良传统,也是当前该院学习贯彻党的十九大精神的具體体现。市胸科医院通过走访慰问活动,一方面向离退休老党员和困难职工表达了党组织关怀,让慰问对象在这个冬里感受到医院的真情和关爱,同时进一步传递了党的温暖,增强了基层党组织的凝聚力、号召力和向心力,有助于医院事业的发展。



漫画内容围绕一家五口温馨之家的日常展开,以家庭爸爸为背景,描绘 7 岁控烟达儿“钟无烟”与老烟枪爸爸的种种斗智斗勇较量。《广州卫生计生》从今年第 10 期起予以连载,以续读者。



(小组角色扮演活动)

系列报道:全国百强社区卫生服务中心

2017 年“全国百强社区卫生服务中心”出炉,广州有 6 家社区卫生服务中心入选,分别是越秀区白云街、荔湾区华林街、海珠区瑞宝街、海珠区龙凤街、天河区石牌街华师社区、增城区荔城街等 6 家社区卫生服务中心。《广州卫生计生》将持续推出各家入选机构介绍。

越秀区白云街社区卫生服务中心

广州市越秀区白云街社区卫生服务中心(下称“中心”)位于广州市越秀区白云街 62 号二楼,覆盖一个街道办事处。9 个居委,占地面积 3.08 平方公里。中心现有职工 77 人,拥有多名中、医高级专业技术骨干,为社区居民的卫生服务提供了雄厚的技术保障。中心荣获全国百强社区卫生服务中心、广东省示范社区卫生服务中心、广州市中医药特色社区卫生服务中心、国内首批获得国际临床和实验室标准化协会(CLSI)认证中心。

中心与广东省人民医院深度合作共建社区心血管防治基地及建立双向转诊“绿色通道”,与中山大学附属第一医院、广东省中医

院、中山大学附属口腔医院签订医联体合作协议,实现医疗互通、信息互通、资源共享,与辖内养老机构推进医养结合,为广大居民提供优质、高效的服务。

中心把家庭医生签约服务工作渗透于各项工作中,积极探索签约服务,尤其与居民“健康自我管理”紧密结合,打造“我的营养我做主”“我的健康管理”系列活动方式,开展“我的健康管理”系列活动,由广州市孝道文化研究会承接。项目秉承“合作、互助、支持”的服务理念,运用服务专业理念,统筹、协调、链接社区的正式资源及非正式资源,积极推动长者的社区照顾模式,联动多方,为长者整合、提供社会支持,满足其医养结合需求。



省委书记李希到白云街社区卫生服务中心调研