

内蒙古:病有所医 筑牢幸福之基

健康是幸福生活最重要的指标。“如何解决基层群众‘看病难’问题?”“如何让老百姓享受到更多优质医疗资源?”等问题成为全区各级医疗卫生机构关注的重点,及时回应群众期盼,着力解决群众反映强烈的问题,内蒙古卫生健康领域有哪些具体举措?

为人民健康服务是医疗卫生机构的神圣职责。党的十八大以来,内蒙古卫生健康事业得到长足发展,综合反映国民健康的主要指标发生明显变化,人均期望寿命由2010年的74.44岁提高到2020年的77.56岁,孕产妇死亡率和婴儿死亡率分别由2012年的20.14/10万、6.37%下降到10.80/10万、2.88%。随着医疗卫生服务体系建设和不断完善,医疗卫生服务能力和水平不断提升,人民群众就医获得感、幸福感、安全感不断增强。

基层有名医 打通群众看病就医“最后一公里”

兴安盟突泉县宝山镇宝龙村村民刘玉琴过去看病要去80多公里外的县医院,如今她步行十几分钟到社区卫生室就能接受“本土名医”的治疗。村医李朝辉是突泉县培养的首批“本土名医”,县里两次送他外出进修,过硬的医疗技术很好地满足了村民就医需求。

不久前,从呼和浩特市到鄂尔多斯市乌审旗出差的王女士胃痛腹泻好几天,没想到,在乌审旗乌审旗镇中心卫生院,院长张鲜斌通过简单的几个穴位艾灸,不到20分钟,治好了王女士的肠胃不适。张鲜斌是乌审旗远近闻名的专家,靠着针灸,方圆百里的乡亲们纷纷来找他看病。

别看一个小小乡镇卫生院,麻雀虽小五脏俱全。卫生院下设7个卫生室,有9名乡村医生,设有内、外、妇、儿、中医、蒙医、预防、西药房、检验、CT、B超、心电图、放射、康复等科室,开设病床36张,拥有DR、CT、彩超机、全自动生化分析仪、尿液分析仪、康复治疗仪、十二导心电图机、血球计数仪、多功能平床、全自动麻醉呼吸机、心电图监护仪、无影灯、电动力心电图、救护车等基层医疗机构建设“硬件+软件”配备。



全区各级医疗机构的专家摆起“健康地摊”,开展义诊

为群众切实提供了健康保障,有效缓解了群众“看病难”问题。

在呼伦贝尔市新巴尔虎左旗嵯岗镇,嵯岗镇卫生院还出了个“中国好医生”。卫生院院长、蒙医全科医师陶明,20几年如一日地扎根在基层,当好基层人民的健康“守门人”。

近年来,为加强基层医疗卫生人才队伍建设,内蒙古采取“专家带徒”“师傅带徒弟”“道场式”帮扶模式,“大医院”专家现场教学、开展讲座、远程培训,帮助当地医师弥补知识短板。此外,以全科医生为重点,强化基层人才队伍建设,累计招收“订单生”2800人,为基层培养“新鲜血液”。截至目前,已有1334人经培训合格后赴基层履岗,覆盖575个苏木乡镇卫生院。基层医疗卫生服务能力不断提升,农村牧区卫生人才队伍不断壮大,直接打通群众看病就医的“最后一公里”。

三级医院“加群”

优质医疗服务覆盖更多人群4个月前,鄂尔多斯市达拉特旗康乐镇塔拉沟羊场19岁的患者,在手术丢失阑尾时意外跌落山崖,命悬一线。“脊柱四级损伤,手术难度大,一旦出现意外甚至造成残疾。”“格勒旗内蒙古医科大学附属医院迅速联系内蒙古医科大学第二附属医院专家,考虑到手术复杂,患者病情危险不

宜转诊,内蒙古医科大学第二附属医院确定由院党委副书记、自治区脊柱外科专家赵岩亲自前往手术。近3个小时复杂精密的操作后,李婷脱离生命危险,转入病房继续住院治疗。半个月后,李婷出院。准格尔旗沙圪塔镇福路村卫生室村医周利军作为家庭医生每个月定期到李婷家上门随访,指导李婷做康复训练……女孩不仅避免了瘫痪的厄运,如今恢复得与常人无异。这是一项由自治区级医院、旗县级医院、村卫生室三级医疗机构接力“跑”出的医学奇迹。

家住巴彦淖尔市乌拉特前旗的邓老汉,不久前因肩周疼痛、浑身发抖、高烧不退,救护车将其转送至包头医学院第一附属医院,经诊断为肌间沟硬膜外脓肿。医生紧急手术,挽救了老人性命……内蒙古严格落实分级诊疗制度,加快推进37个基层医疗集团和22个县域医共体建设试点,“联动式”精准诊疗,畅通转诊绿色通道,为救治生命赢得了更多机会。

在超声医学科远程实时指导下,不用到“大医院”,在家门口的社区门诊便能完成诊断;通过互联网问诊平台,家住边远地区的农牧民患者在线与大城市的知名专家交流病情;手机下单,卧床患者在床和半失能老人、婴幼儿和产妇,在家中就能享受专业护理;“达芬奇”手术,计算机技术、

精密机械技术、远程通信技术与现代医学知识相结合,医疗技术水平向智能化加速跃升;人工智能、3D打印等新技术陆续进入临床……现如今,医疗健康搭乘“互联网+”的快车,进入了加速发展赛道。

截至目前,全区成立公共卫生委员会9553个,组建家庭医生团队9231个,重点人群签约率达到76.3%;加强养老托育服务体系,托育机构达到1200多家,每千人口拥有3岁以下婴幼儿托位2.2个;建成医养结合机构158家,420个医疗机构能够开展安宁疗护服务,医养结合床位数量达到3.1万张;81.9%二级以上综合医院设置老年医学科;建设危重孕产妇、新生儿救治中心212个,建成产房助产机构10个,产前筛查机构40个,开展“两癌”筛查,67万名适龄妇女受益。

全方位、全周期、全人群保障人民健康,内蒙古不断加强公共卫生体系建设,不断提升卫生健康治理体系整体效能,让更多老百姓共享卫生健康领域发展成果,让优质医疗服务覆盖更加广泛的人群。

如今,越来越多的人在家门口看得上病、看得起病、看得好病,从病有所医到病有良医,内蒙古卫生健康领域以实实在在的举措守护人民健康,筑牢幸福生活之基。(王坤)

扩大“朋友圈” 重点专科实现“短板变长板”

“能在家门口看上北京专家”

乌海市:提升基层医疗服务水平 为百姓健康保驾护航

近年来,乌海市着力加大基层医疗机构建设,不断提升基层医疗服务能力和技术水平,促进优质医疗资源下沉,实现“小病在社区、大病在医院、康复回社区”,让居民在家门口就能享受受到优质的诊疗服务。

近日,在乌海市海勃湾区千里山镇中心医院,患者有布氏菌病的乌海市民王永福接受了专项治疗后,基本治愈准备出院。“我已经治疗了一个多疗程了,效果不错。这里的大夫、护士技术和态度都挺好,得了小病根本不用去大医院。”王永福介绍。

乌海市海勃湾区千里山镇中心医院是一家以中医为主的乡镇卫生院,设有内科、外科、儿科等基础科室,共有床位56张。卫生院与乌海市人民医院组成医联体,提高了医疗服务水平,让辖区居民在家门口就能享受专家服务,极大满足了居民就近就医的需求。

乌海市海勃湾区林荫街道办事处社区卫生服务中心为辖区5个社区的4万余人提供医疗服务。2021年5月完成升级改造后,该社区卫生服务中心在开设全科诊疗科、预防保健科、妇幼保健科等科室的基础上,新增放射科、中医馆、心肺康复室等科室。



兴安盟开展急救培训

近日,兴安盟红十字会联合兴安盟教育局开展第二期“救在身边·校园守护”救护员培训活动,各旗县市红十字会联合教育部门同步开展活动。据了解,兴安盟红十字会已在兴安盟教育局直属学校和兴安盟体育中学等10所学校开展了培训活动。本次培训分为理论培训和实操训练,红十字会为考试合格的学员颁发了红十字救护员证书。(萨其茹拉 摄)

内蒙古全面推进食源性疾病病例监测直报工作

按照国家统一部署,为实现医院HIS系统与国家食源性病例监测直报系统(简称病例监测系统)互联互通,进一步提升食源性病例监测报告准确性和时效性,自治区卫生健康委制定了《内蒙古自治区食源性病例监测直报工作实施方案》,要求各地要统一思想、精心安排、严谨实施,统筹推进食源性病例监测直报工作。到12月底,全区80%的三级公立医疗机构和60%的二级公立医疗机构实现食源性病例监测直报。

各地要根据工作分要求,按照点面结合、分类有序推进的原则,结合本地实际,摸清各医院HIS系统直报工作基础,认真开展各医院HIS系统改造及接入等现状问题的研判,确定技术路线。要对工作中可能涉及软件的开发、数据的采集、信息的传输等方面,注重质量控制和信息安全,严防信息的泄露。(福恩)

健康咨询

你知道为什么立冬要开始补肺吗?

立冬是农历二十四节气中的一个,表明了冬季的来临,这个时候,气温逐渐降低,天气逐渐变冷,并且人们更加关注养生保健。中医认为立冬是补肺的重要时节,所以立冬后要开始补肺。

肺是人体最重要的呼吸器官之一,它有以下功能:

- 1.肺是人体的第一道防线,它能有效阻止外界细菌、病毒和其他有害物质进入人体。
- 2.肺可以吸入氧气并排出二氧化碳,以维持身体正常的生命活动。
- 3.为了保持呼吸道的通畅,肺可以通过咳嗽和排出痰液等方式来清除呼吸道异物。
- 4.肺在调节体温方面具有作用,通过呼吸和出汗等方式来保持身体温度的稳定。
- 5.肺可以分泌免疫物质,例如抗体和免疫细胞,以帮助身体抵抗外来病原体。

中医理论强调肺在人体中扮演着重要的保护者角色,被称为“华盖”,就那把伞一样为人体的遮风挡雨。肺喜湿润而不喜欢干燥,长时间吸入“燥邪”之气容易对肺造成损伤。尤其现在已接近立冬节气,气温下降,空气变得异常干燥,肺部会更容易受到这些外来有害物质的侵害。因此,我们当前的重中之重就是要补肺。

今年立冬开始补肺的主要原因有以下三个方面:

- 1.由于肺脏与口鼻相通,所以容易遭受外界邪气的侵袭。立冬后干燥的空气,更容易从口鼻进入体内并攻击肺部,导致出现咳嗽、咳痰、胸闷气短、体力不足等问题。而且冬季细菌病毒活跃,人体的生理功能处于一年四季中最低的水平状态,是抵抗力相对较弱的时候,更容易受到细菌病毒的攻击。立冬开始补肺,正是增强自身免疫力,也就是自身的正气,增强肺部功能,肺功能越强,抵抗力就越强,从而抵御邪气的侵袭。
- 2.冬季是慢性肺部疾病的高发季节,例如慢阻肺和慢性支气管炎。一到季节交替或者寒冷的冬季,患者容易出现阵发性咳嗽、咳痰、气短、气喘等症状,而且这些症状会长期反复出现并且迁延不愈。这些状况往往与肺部受损,导致存在肺气虚和肺功能有关。为了守护肺部健康,以及降低病情复发发作的几率。可以在立冬开始补肺,改善提高肺功能,增强抵抗力。
- 3.特别是患有慢性基础疾病,抵抗力差的老年人仍然存在体虚乏力、肺功能下降、咳嗽痰多、胸闷气短等症状。造成这种情况的主要原因是,肺部反复受到病毒攻击,导致肺系统在一定程度上受损,出现肺气虚、肺功能差。要关注肺部发出的求救信号,并及时补肺。因此,在今年立冬开始补肺,已变成全家必须重视的健康任务。立冬开始补肺,补肺功能能提高抵抗力,来年少生病身体更健康。

今年立冬,应该采取什么方法来补肺呢?

- 1.药食同源
在立冬这个干燥寒冷时节,我们可以多吃一些有滋阴润燥、止咳化痰作用的食物,比如山药、雪梨、核桃、百合、银耳、芝麻和蜂蜜等。同时从冬季到立冬开始,一年四季中存在着生、长、收、藏、冬的变化规律祖国医学2000多年前就提出“冬藏精”和“秋养阴”的理论。冬季宜进补,尤其从立冬开始,补肺很重要。可以选择具有补肺益气 and 补肺功能的中成药进行补肺,比如养无极补肺丸等。让立冬开始补肺这件事,达到补肺事半功倍的效果。
- 2.按摩穴位
肺俞位于人体背部,位置在第三胸椎棘突下,左右两侧相距约二指宽的位置处。每天用右手掌以肘心进行环形按摩3—5分钟,可以使肺脏得到宣散气机,止咳化痰的效果。
合谷穴位于手背上的一个穴位,按摩时使用一只手的拇指的第二个关节,将其横纹正对另一只手的虎口边,然后屈曲拇指按下,指尖所指处就是合谷穴。每天早晚各按一次,每次按摩50—100次,可以起到疏通气机、发散火邪的作用。
- 3.注意保暖
天气变冷后,应注意保暖,特别是头部、背部和脚部,以防止寒气侵入身体。
最后要提醒大家,进入冬季后,体内贮藏功能逐渐增加,身体需要补充和充分吸收和积蓄能量。从立冬开始补肺,是一年中治疗慢性肺部疾病和肺部健康保健养生的最佳的时机,此时补肺会有事半功倍的效果。特别是对于老年人来补肺,更应该抓住这个“补冬”的大好时机来补肺。因为只有照顾好肺部健康,才能为来年的健康打下坚实基础。(来源:大众网)



资料图片