

# 自治区卫生健康委开展医德医风建设提高群众就医满意度专项行动—— 谁给医德医风抹黑，就砸谁饭碗！

不久前，锡林郭勒盟12345政务服务便民热线接到一通电话，点名表扬锡林郭勒盟中心医院医院保卫科服务窗口的工作人员木其尔。“工作人员不厌其烦多次帮助我办理住院相关各项医保手续，耐心细致地解答我的问题，工作认真、态度亲和……”来电者说。

自治区卫生健康委不断推动主题教育走深走实，在全区范围内开展医德医风建设提高群众就医满意度专项行动。

自治区人民医院门诊三楼检查检验项目多，也是人员最密集的地方，有的患者不知道去哪里排队，去哪里做检查……为此，医院专门成立了一支阳光服务队，主动发现患者难处，热情帮助患者。14名队员根据患者流量在医院各楼层、各楼层巡查，主动询问，根据患者不同病种和症状推荐和指导患者便捷就医、按病索医，遇到行动不便的患者、没有陪护的老人主动陪诊。

在医区里遇到困难的就帮着解决，患者反映病房电视不能看的，房间里没热水的，我们都会帮着协调解决……“队员陈爱萍说。

求助电话，我们都会不厌其烦进行服务。监督建议电话已经成了服务电话，虽然我们接到的90%以上都是求助电话，但我们公布电话的初心也是为了更好地帮助患者。今后，主动接受群众监督和受理群众意见，也会常态化坚持下去。”门诊部副主任李星宇说。

## 兴安盟爱卫办开展“健康细胞”建设指导工作

近日，兴安盟爱卫办赴乌兰浩特市开展“健康细胞”示范建设指导工作。指导组先后深入乌兰浩特市安居社区和代伙社区，实地参观了文体活动中心、长者幸福餐厅、中医养生、心理咨询室等健康宣教和老年健康建设阵地，详细了解了健康设施、健康服务、健康活动开展情况，对社区深入开展健康教育活动，构建浓厚健康友好氛围表示肯定。

指导组指出，“健康细胞”建设是推进健康兴安建设的重要内容，健康社区建设更是健康治理体系建设的“微单元”，做好示范建设工作意义重大，影响深远。指导组要求，示范创建社区要加强健康服务建设，以健康教育为抓手，大力普及健康知识，倡导健康生活方式，打造好盟级健康社区建设样板，在提高建设质量的基础上，不断突破创新，打造出兴安盟的特色亮点。(张宇)



## 抬头看世界 警惕无声的“颈”告 爱护颈椎从你我做起

现代人的生活节奏越来越快，长期低头使用电子产品已成为常态。这种习惯使得颈部肌肉长时间处于紧张状态，导致颈椎劳损。天下人苦颈椎病久矣，我们的颈椎到底是怎么被玩坏的呢？先来看一下，你占几个：

- 1. 无论是在地铁、公交、甚至是在行走路上视线始终离不开手机屏幕。
- 2. 上厕所可以不带纸，但绝对不能不带手机。
- 3. 聚会时离不开数字终端，一个人时更是如此。
- 4. 人睡前必须要打开手机看看新闻、逛逛论坛否则难以入睡。

你是否中了以上特征？其实这些情况都是低头族的典型特征。那么，当我们长时间低头时，我们的颈椎在承受着些什么呢？

据国外一家权威骨科手术及康复中心发表的一份报告称：正常情况下，颈椎承受的重量约为5千克；当头部前倾15度时，颈椎承受的重量就增加到了12千克；低头玩手机最舒服的姿势，会让颈椎承受60磅(约27公斤)的重压。清华大学力学专家用实验验证，低头玩手机等于脖子挂2个大西瓜的重量。

如果把围绕在颈椎周围的肌肉和韧带看成一根橡皮筋，当橡皮筋长期承受2个西瓜的重量就会逐渐失去弹性，久而久之，就会导致劳损，出现颈部僵硬疼痛、头晕眼花、手指麻木等不适感，不经意间可能会慢慢发展成为颈椎病。

根据受累组织和结构的差异，颈椎病分为很多类型，比如颈型、神经根型、交感型、椎动脉型等，虽然不同类型临床表现各有不同，但如果出现了经常落枕、颈肩酸痛、上肢麻木、抬手困难、头昏眼花、胸闷心慌等症候，就要当心颈椎病，建议及时就医，明确诊断，对症治疗。

那有什么方法可以预防或者减轻颈椎病相关症状吗？这里可以了解一下一种姿势疗法。



资料图片

## 内蒙古聘请 59名医疗行风建设监督员

6月13日上午，内蒙古自治区卫生健康委举行内蒙古自治区医疗行风建设监督员聘任仪式，丁燕等59名同志受聘成为自治区医疗行风建设监督员，聘期为3年(2023年5月至2026年5月)。自治区医疗行风建设监督员将对全区各级各类医疗机构医疗服务实施社会监督，收集患者及其家属、社会对医疗机构的行风建设方面的意见、建议；向卫生健康行政部门和医疗机构反馈发现的问题，提出工作建议。

记者了解到，今年5月11日，内蒙古自治区卫生健康委召开了开展医德医风建设提高群众就医满意度专项行动暨改善医疗服务三年攻坚行动启动会，着力解决当前医疗服务中存在的服务态度冷淡、服务流程不合理、就医等候时间长、执业行为不规范、群众投诉处理不及时等问题。切实解决群众身边的烦心事，提高人民群众看病就医满意度。活动开展以来，全区各大医院均开展了医德医风建设相关活动，不少医院还开展了“医德医风公示栏”活动，受到了群众的欢迎。

本次聘任的59名社会监督员，包括媒体从业者、律师、企业职工、离退休人员等，将以各自的专业角度履职尽责，不断推动医疗行风建设。

医疗行风建设也欢迎社会广泛监督，市民如有相关举报，可拨打自治区医疗行风举报电话：19975540982。(王树天)

## 乌海市卫健委 举办护理行业技能大赛



近日，由乌海市卫生健康委主办，乌海市人民医院承办的全市卫生健康系统护理行业技能大赛正式举办。

经过各县、各医疗机构层层选拔，共有20支队伍、60名护理人员参加本次比赛。比赛分为理论知识考核和技能操作考核两部分。

此次大赛充分展示了护理人员扎实的基础理论、精湛的业务技能和良好的精神风貌，同时，提供了一个相互交流、相互学习、展示自我的平台。(于保山)

## “奔跑吧·少年” 国家学生体质健康标准 测试活动走进康巴什

近日，“奔跑吧·少年”国家学生体质健康标准测试进校园活动走进了内蒙古自治区鄂尔多斯市康巴什区第六小学，让学生在锻炼身体、增强体质、感受运动带来的快乐、进一步提高身体健康水平。

本次测试活动共设置了体重指数、肺活量、50米跑、坐位体前屈、1分钟跳绳、1分钟仰卧起坐和50米×8往返跑等测试项目，来自康巴什区第六小学共计280余名学生参加了活动。测试过程中，全体参测学生在班主任、老师的带领下，足额地完成了各项测试。整个过程井然有序，同学们精神饱满地投入到体质测试中。测试结束后，大家纷纷表示会继续锻炼，争取获得更好的成绩。以后会更多走出教室投身操场，在阳光下享受运动的乐趣，绽放阳光光彩。

体质健康测试工作的开展，不仅为学校掌握学生体质情况提供了数据，也为学校下一步科学指导学生体育锻炼提供了依据。未来，鄂尔多斯市各校还将继续积极开展阳光体育运动，持续推进体育常态化、系统化、科学化，锻炼学生们的体质素质，增强学生们的身体素质，让他们在体育锻炼中，促进学生的身心全面发展，为培养具有强健体魄的阳光少年而努力。(顾宁)

## 呼伦贝尔市卫健执法支队 对11家医疗机构开展专项检查

近日，呼伦贝尔市卫生健康综合行政执法支队对海拉尔区人民医院、内蒙古林业总医院、牙克石中蒙医院等11家医疗机构中医药(蒙医药)服务依法执业工作开展专项检查。

此次专项检查通过现场查看、检查记录、询问工作人员等方式开展。重点检查：中医药(蒙医药)服务机构及人员资质、中药房管理情况、中药饮片管理情况、煎药室管理情况。

针对监督检查过程中发现个别医疗机构中药处方医师审核、调配未规范签字、煎药人员未取得培训合格证明等问题下达卫生监督意见书3份，责令立即整改。

下一步，呼伦贝尔市卫生健康综合行政执法支队将继续加强医疗机构中医药(蒙医药)服务依法执业相关法律法规的宣传，整顿和规范医疗机构执业行为，促进医疗机构中医药(蒙医药)服务有序健康发展。(李义园)

再根据专家指导进行康复保健，预防慢性病就容易多了。“今年刚退休的居民侯某深有感触。

除了社区居民，机关干部职工也享受到了全民健身志愿服务带来的健康福利。5月25日，呼和浩特市消防支队的消防救援人员收到了科学健身“锦囊”。内蒙古冰雪运动协会组织的全民健身志愿服务队伍为消防救援人员分发健身宣传知识手册，开展职业病义诊。在专业教练的指导下，大家纷纷加入旱地冰壶等冰雪运动体验，享受运动健身的放松和欢乐。

全民健身志愿服务队伍还来到内蒙古自治区残疾人联合会干部职工身边，围绕科学健身与健康、健身项目的选择、身体机能指标数据、健身注意事项等内容进行讲解。针对干部职工长期伏案工作导致的职业病、运动产生的肌腱损伤进行现场义诊，鼓励他们通过科学健身预防疾病，高质量投入工作、享受生活。

6月5日，“学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想”全

自治区体育局  
组建全民健身志愿服务队

民健身“益”起来”主题实践活动在内蒙古工业大学开展。全民健身志愿服务队特别针对大学生的学习和生活特点，讲解了科学健身知识、运动损伤预防与处理方法等。在全民健身志愿服务队的组织下，师生们展开了一场旱地冰壶对抗赛，并进行了关于冬奥、“十四五”的趣味问答，在智力和体力的对决中，全民健身理念更加深入人心。

接下来，内蒙古全民健身志愿服务工作将扩大覆盖面，组织全民健身专家、教师和体育指导员走进机关、企业、学校、军营、社区、乡村等地，为广大健身爱好者提供科学健身指导、健康咨询、健康义诊等优质服务，传递运动健康理念和科学健身方法，让广大民众爱健身、会健身。(柴崇源)