

本周关注

宾川县采取措施强化乡村医生管理

通讯员 张兴祥 吕成军

乡村医生是基层医疗卫生资源的重要组成部分,是农村地区基本医疗卫生制度的主力军...

通过实施乡村卫生服务一体化,向各乡村卫生院下放村卫生所人、财、物及乡村医生进出、待遇的监督、管理及决定权...

对全县乡村医生的考核方式、考核程序、考核内容,制定统一的《宾川县乡村医生管理考核评分细则》...

并进行公示和上报审核,畅通举报渠道,严肃追究违反考核纪律相关当事人责任。

四是变“追求稳定”为“规范进出”。在《宾川县乡村医生管理考核办法》中明确规定了5种可直接确定为当月考核不合格的情形...

健康指南

精神卫生专家警示小心防范“考后焦虑症”

范春生

高考刚结束不久,各地的中考又即将到来,考后因成绩不理想、难以达到预期所引发的心理问题甚至是悲剧事件防不胜防。

“考后焦虑症”。她还介绍,“考后焦虑症”具体会引发四种心理。一是自卑心理,看不到自己的优点和前途...

针对“考后焦虑症”频繁出现的现象,邢淑美等专业人士建议最重要的是从家长做起,家长应学会给孩子减压,提供更加积极的心理暗示...

对于上述现象,邢淑美将其归纳为

州医院专家医疗队到宾川大营送医送药



州医院专家医疗队入户为行动不便的患者诊疗。【赵丽花 摄】

记者 赵丽花 通讯员 段映辉

为深入开展党的群众路线教育实践活动,增强党员干部教育实践的针对性、实效性,同时也为加强群众健康和医学知识的宣传普及...

大营镇党委政府的欢迎和大力支持,事先在大营和排营村委会做好宣传组织和摸底调查工作,确保每一位有看病就医需求的群众都能看得上病。

侧弯、椎管狭窄导致的双下肢放射性疼痛,建议老人到院做进一步检查,如适宜手术就进行手术治疗。

当日,州医院专家医疗队共为大营村委会、排营村委会群众义诊758人次,做B超检查85人次,心电图检查73人次,化验检查56人次,入户诊疗5户...

医生提醒:夏天街头“串串”应少吃

刘彤

鱼丸、虾丸、豆腐皮、冬瓜、蘑菇……各种荤素食材穿在竹签上放进锅里涮涮就开吃。最近一段时间,陕西关中各市街头“串串”摊点受到追捧。

盆里放满一锅串菜,没有煮开或者是煮熟的话,病菌就不能彻底杀死。”他说,大肠杆菌、沙门氏菌等不是开水一烫就能够杀死的...

刘宏伟说,蔬菜和鱼丸等在常温下长时间暴露,会产生亚硝酸盐。此外,串串店都以辛辣为主,刺激食欲,让人不知不觉中过量食用。

养生

夏至养生重点在“养脾”

林苗苗

专家指出,夏至之后,应少食生冷、夜卧早起、避免贪凉、调息静心,同时注意补充水分和适量运动。

西瓜、绿豆汤、乌梅汤等虽为解渴消暑之佳品,但不宜冰镇食之。解暑最好的办法是喝热茶。炎炎夏日,一杯热茶最能解暑消渴。

夏季不仅要保养脾胃,还要利湿。薏米、红豆等食物,对健脾利湿有很好的作用,可将薏米、红豆和不去心的莲子放在一起煮成粥,有助于排出湿气,调节脾胃。

“夜卧早起”。一般宜晚睡早起,并利用午休来弥补睡眠的不足,尽量保持每天有7小时的睡眠时间。

“两妙招”严防致病菌

高敬

炎炎夏日里,很多人都对凉拌菜情有独钟,但一些致病菌也趁机入侵,造成腹泻等疾病。专家提醒,在切割生肉后,要用70摄氏度以上的水冲洗案板和刀具。

70摄氏度以上的热水,只需要1秒钟就可以杀死常见病菌,达到杜绝交叉污染的效果。因此,他建议家庭厨房中,在切割生肉后,应把刀具和案板等用开水冲洗;最好准备两套案板和刀具...

而提到人人“闻声色变”的甲醛,专家表示,当前我国已明确禁止甲醛和含甲醛的化合物作为食品添加剂使用,但很多动植物在代谢过程中本身也会产生甲醛...

中检院食品化妆品检验所理化检测室副主任曹进介绍,甲醛非常易溶于水且易挥发,海鲜、蔬菜、瓜果类用清水浸泡一段时间就可以去除甲醛残留;如果是膨化食品,可以选择用椰壳活性炭吸附一段时间;至于大家广为担忧的水发产品,则需要用3小时以上充足浸泡,并且一定要煮熟后再食用...

资讯

漾濞县疾控中心开展二类疫苗群体性预防接种

随着计划免疫工作的深入开展和免疫疫苗的应用,疫苗针对传染病得到有效控制,发病率大幅度下降。但是,由于多种原因,一些疫苗针对传染病的发病率仍然较高...

控制传染病最经济有效的措施是接种疫苗。漾濞县拟从6月开始到8月底前,在全县组织开展流行性腮腺炎减毒活疫苗、麻腮风三联疫苗、水痘减毒活疫苗群体性预防接种。

弥渡县举办学校常见夏季传染病防控知识培训

针对夏季天气炎热、气候干燥恶劣,大部分学校、幼儿园“手足口病”等肠道传染病易发的情况,弥渡县近日举办学校常见夏季传染病防控知识培训,加强各学校、幼儿园夏季肠道传染病的防控工作。

在培训中,弥渡县讲解夏季传染病防控、消毒药品使用等知识,要求各学校、幼儿园做好学生饮用水及个人卫生,公共场所消毒,食堂管理及餐具消毒等工作。同时,发放2000份资料,宣传发动学生家长积极配合学校,做好夏季传染病的防控工作,避免交叉感染,减少疾病的发生。

省三院乳腺治疗专家到州医院进行业务指导

6月21日,云南省第三人民医院乳腺外科陈德滇主任、周绍强副主任到大理州人民医院乳腺外科进行业务指导。专家深入到院科室以具体乳腺癌治疗实例,对乳腺癌的诊断标准、分型、化疗方案选择、对比等方面作了详细讲解并对治疗方案作指导。

在州医院乳腺外科,综合该科收治的患者典型病例情况,陈德滇主任与该科医生一起展开病情分析,并根据病人的实际情况,指导该科制定了个性化的诊疗方案;周绍强副主任向该科医护人员对前哨淋巴结阳性的治疗作了详细讲解。两位专家还深入病房对该科收治的几例病患进行查房检查,耐心开导患者,并对该科医生的治疗方案提出需要加强的细节。



永平县中医院组织专家医疗队到水泄乡世兴村开展“服务百姓健康行动”,为160名村民免费义诊。近期,永平县针对山区多的实际情况,先后组织县医院、中医院、妇幼保健院等卫生系统骨干力量,走进龙街、龙门、博南等乡镇偏远村寨,积极为义诊,服务群众。

摘掉眼镜告别近视 LASIK是您最佳选择

眼睛是人体器官最灵敏的部位,要在眼上动手术治疗近视,技术要求十分精细安全。直到10年前,近视还没有彻底根治方法。随着医学高科技的发展,80年代准分子激光诞生以来,在眼科治疗领域得到应用,为近视治疗提供了有利条件。

自然贴好,手术伤口丝状,不会引起明显不适,术后不需完全包眼,第二天即可恢复良好视力,参加正常工作。本术恢复快、稳定好、不受不良因素影响,对高度、超高度近视同样能获得理想的效果。

◆什么是LASIK技术? 即准分子激光原位切削术,是准分子激光结合自动板层刀进行的屈光角膜切削。这一技术的出现,使激光手术更加完美,安全,将手术后的用药、恢复时间减少到了最低限度,患者在治疗过程中无痛苦,术后可以立即看物,第二天就可获得良好视力。

◆LASIK-有效的近视治疗 (1) 每脉冲只去除四十分之一微米的组织; (2) 全电脑精密计算控制激光的能量强度、发射频率和光圈大小; (3) 切削角膜的深度和面积极为精确,只有角膜厚度的十分之一; (4) 对角膜组织切削面光滑,对周围组织无损伤。

生大的热量伤及周边组织细胞,其安全的关键是术前严格的检查和评估,排除所有可能的禁忌症(如圆锥角膜、干眼病、青光眼及其他严重自身免疫性疾病等)。PRK和LASIK是一种安全、有效和稳定的手术矫正方法。

LASIK是利用准分子激光在电脑控制下按所需矫正近视、散光的量,精确地气化角膜薄层组织,改变了角膜的屈光度,达到矫正近视的目的。好比一部照相机,因“镜头”屈光度过度而深照相不清,经过调整镜头达到标准后,照相才能清晰一样。

◆LASIK的安全性如何? 手术采用的激光是一种波长193纳米的冷激光,穿透能力弱,且该手术是一种外眼手术,不会伤及内眼,不至于击破眼睛而失明,其能量集中,不产生

◆LASIK手术痛不痛? 手术治疗的近视、散光度数,一般不会有变化,但如果原来近视处于一个继续发展的不稳定状态病人,术后会出现新的近视,即大家理解的“回退”。所以患者接受手术有一个前提,要求屈光度最好稳定2年以上,这样手术3-6个月稳定后就不太可能回退,即使回退也不可能回退到原来的度数。

◆LASIK手术痛不痛? 手术治疗的近视、散光度数,一般不会有变化,但如果原来近视处于一个继续发展的不稳定状态病人,术后会出现新的近视,即大家理解的“回退”。所以患者接受手术有一个前提,要求屈光度最好稳定2年以上,这样手术3-6个月稳定后就不太可能回退,即使回退也不可能回退到原来的度数。

◆LASIK手术痛不痛? 手术治疗的近视、散光度数,一般不会有变化,但如果原来近视处于一个继续发展的不稳定状态病人,术后会出现新的近视,即大家理解的“回退”。所以患者接受手术有一个前提,要求屈光度最好稳定2年以上,这样手术3-6个月稳定后就不太可能回退,即使回退也不可能回退到原来的度数。

准分子激光治疗近视是以激光治疗为主的一种高科技技术,在角膜上进行,不需开刀。角膜上无血管,表面有丰富的神经末梢,通过表面麻醉剂滴眼能完全麻醉角膜表面的神经末梢,激光治疗时没有一点知觉,更没有一点痛感。 大理华山眼科医院 地址:大理市经济开发区宾川路154号 电话:0872-2324888 光明天使 大理华山眼科医院 大理日报社 合办