



## 加强督导 促进规范

# 提高我市哨点医院流感监测质量

**信阳消息 (李 磊)**2014 年全省免疫规划对流感防控和实验室检测工作提出更高要求,为提高我市哨点医院流感监测质量,3月25日,市疾控中心对市中心医院流感监测工作进行了实地指导与监督。

督导组听取了医院有关人员的介绍,实地查看了儿科和呼吸内科流感病毒采样管的保存情况,询问了采样方法与流程,并对流感监测情况进行了深入交流。针对在督导中发现问题,提出了

四点工作建议:改进采样方法,采用咽拭加鼻拭的方法,科学规范采样,提高流感病毒检测阳性率;增加采样次数,对临床症状典型的病例做到随到随采,并及时将样品送到市疾控中心流感网络实验室进行检测;保证运输质量,领取采样管与运输样品途中要保持冷藏状态,使病毒活性能维持较高水平;规范样品保存,严格按照《全国流感监测技术方案要求》,对48小时内不能及时送检的样品,要低温冻存,并保证1周内送检。

为进一步提高采样质量,督导组还对儿科医护人员进行了现场培训,详细讲解了采样方法与要求,对采样人员提出的疑问给予解答。督导组和医院有关人员就工作中存在困难进行了交流协商,并提出有效解决方式。

通过督导,发现了问题,加强了合作,促进了流感监测工作的规范开展,为流感检测阳性率的提高及下一阶段我市流感监测取得更大成绩奠定坚实基础。



## 新县

### 启动“两癌”筛查

**信阳消息 (代启明 张 波)**近日,新县召开“两癌”(宫颈癌和乳腺癌)筛查工作暨儿童营养改善项目启动会,县政府分管领导就该县农村妇女“两癌”免费筛查工作和农村儿童营养改善项目进行了安排。

农村妇女“两癌”免费筛查工作和农村儿童营养改善项目均为县政府确定的十件“民生实事”。今年,该县选择千斤乡、吴陈河镇为农村妇女“两癌”免费筛查工作试点,计划上半年完成设备购置、安装和人员培训工作;下半年开展筛查,在12月中旬前基本完成今年的“两癌”筛查任务。力争通过筛查,提高农村妇女的“两癌”早诊早治率,降低农村妇女“两癌”死亡率,提高农村妇女健康水平。

据悉,农村妇女“两癌”免费筛查工作已抽调专业技术人员外出进修培训;儿童营养改善项目目前正在开展调查摸底工作,摸清全县6个月龄-24个月龄的婴幼儿基本情况,为营养包发放及发放后的阶段性评估工作提供依据。

## 市卫生监督局

### 督导春季学校卫生

**信阳消息 (贾 霞 刘 辉)**为贯彻落实信阳市卫生监督局2014年卫生监督工作会议精神,做好中小学(托幼机构)二次供水及传染病防治工作,3月24日至27日,信阳市卫生监督执法局分别对浉河、平桥两区12所区直学校(托幼机构)饮用水卫生和传染病防控工作进行了督导检查。

督查组在听取汇报的基础上,认真查阅了有关文件及档案资料,现场检查了两区12所区直学校(托幼机构)的卫生工作状况。此次重点督查了生活饮用水及传染病防控工作,并就学校(托幼机构)饮用水卫生检测以及学生常见病防治等工作进行了深入、细致、详实的督查和记录。对督查中发现问题,督查组当场向被查学校提出了书面整改意见。



## 护士风采

“想病人所想,急病人所急”——这是信阳职业技术学院附属医院外二科护士丁丽的人生格言。对工作,她脚踏实地,刻苦敬业,始终坚持以病人为中心,以爱心、真情和娴熟的护理技能为病人提供优质服务,从不计个人得失,待人诚恳,服务热情周到,在平凡的工作岗位上赢得了病人和同事的一致好评。图为丁丽(右)在工作中。邓冬梅 朱晓红 摄



3月27日下午,信阳市第一人民医院60余名党员干部前往大别山红廉文化苑接受红廉教育,推进了该院党的群众路线教育实践活动的深入开展。

何 帅 鲁海鹏 摄



为积极响应市委、市政府争创国家卫生城市的号召,3月31日上午,平桥区卫生局组织机关全体干部职工带着扫帚、铁锹等劳动工具来到龙江路上开展卫生大扫除活动。熊瑞 摄

# 春季饮食要“四多四少”

### 多“还原”少“氧化”

春季如何保障大脑健康?怎样提高用脑效率?营养学家指出:多吃还原食物,少吃氧化食物。

所谓氧化食物,是指那些富含过氧化脂类化合物的食物,油炸类食品、方便面等为其代表。还原食物则含胡萝卜素、超氧化物歧化酶等成分,可阻止血管壁的氧化反应进行,或者使已经发生的氧化反应“还原”,保证脑血管通畅,大脑供血充足,始终处于清醒、活跃的健康状态。

### 多食禽肉少食畜肉

肉食营养丰富,口感良好;但是因

为其脂肪含量高,容易与高血脂乃至冠心病、中风、糖尿病等疾病挂钩。如何解决这个难题呢?窍门之一就是多吃禽肉少吃畜肉。

### 多吃“糙”少吃“精”

春季,冠心病、脑梗死等心脑血管疾病的发病率较高,几乎成为国人的“头号杀手”。

国内外专家研究发现,一种称为同型半胱氨酸的物质,如果在血液中的浓度过高,就会引起人的动脉硬化,最终导致心肌梗死、脑中风以及老年痴呆症。而血液中的同型半胱氨酸之所以会

升高,越来越多地吃精细加工的食品就是原因之一。

### 多食“绿”少食“白”

营养学家分析了各种蔬菜的养分,发现一个规律:蔬菜的营养价值与其颜色深浅有关。颜色愈深的蔬菜,维生素与胡萝卜素含量越多,反之就少。按此规律排出的顺序是:绿色蔬菜、红黄色蔬菜、白色蔬菜。(吴小毛)

## 献血前应注意哪些事项

- 1.献血者在献血前要注意休息,保证充足睡眠;2.为了保证血液质量,在献血前一天和当天早晨不要吃油腻食品,因为输用含有大量油脂的血液往往会造成病人的输血反应。但也不要空腹参加献血,因为空腹献血有可能使献血者出现头晕现象。最好吃些清淡的食物,如稀饭、馒头、面包等;3.献血前几天如有发烧、感冒、腹泻等状况应暂缓献血。(石磊)

