



大理市卫生健康局党工委

充分发挥党员先锋模范作用助力脱贫攻坚

为进一步发挥卫生健康系统在打赢脱贫攻坚战中的作用...

扶贫捐款献爱心。根据全市“扶贫济困日”活动要求...

小小药箱暖人心。今年初,大理市卫健局为建档立卡贫困户购置配备了“家庭小药箱”5000个...

解决困难贴人心。市妇幼保健院...

健院党支部自2015年挂钩喜洲镇作邑村以来,发动职工捐款,设立扶贫基金...

授之以渔树信心。市血防站党支部为切实解决挂钩的湾桥镇向阳溪村部分贫困户缺技术的问题...

消费扶贫感人心。市中医院党支部挂钩大理镇阳河村,村里73岁老人赵玉林的儿子长期患病...

老人和儿子提供针灸、推拿等中医药服务。

健康体检心连心。市第二人民医院党总支长期以来心系驻村扶贫工作队队员的身心健康...

专家义诊注真心。市第一人民医院党委充分发挥优势,为贫困群众咨询义诊倾注了大量心血和汗水...

关爱儿童超细心。每年春节和“六一”儿童节,市疾控中心党支部都到挂钩的上级镇大排村开展关心关爱贫困家庭儿童活动...

加强对建档立卡贫困户和边缘户的特殊病、慢性病管理和服务,在市医保局的配合指导下,全系统拉网式对全市建档立卡贫困户和边缘户患特慢病的情况进行入户摸底排查...

主题党日显初心。市卫生健康局机关党支部认真开展主题党日活动,深入挂钩的喜洲镇仁里邑、何邑江村的贫困户家中,详细了解他们的家庭情况和住房保障、社会保障、医疗保障等情况...

护送办证热人心。为进一步

南涧县人民医院免费救治贫困白内障患者



为实现健康扶贫落实到人、精准到病,确保贫困患者救治管理全覆盖。近日,南涧县人民医院对大病救治专项行动中筛查出的贫困白内障患者进行免费集中救治。

为把此项惠民工程做实做好,让老百姓满意,让患者尽可能缩短就医等候时间,南涧县人民医院合理设置了医疗服务流程,为贫困白内障患者开通就医绿色通道,严格选派具有较高眼病诊疗水平的医师团队进行手术。

据统计,此次共为65名贫困白内障患者实施了手术,复明率达100%,总费用为69815.67元。其中建档立卡贫困患者41名,减免费用达24628.26元。

“感谢党和政府的关心,感谢医院的精心治疗,让我重见光明。”来自南涧镇东涌村委会的周大爷激动地说。

周大爷是建档立卡贫困户,他的左眼已完全失明,手术前,他的右眼视力仅有0.02,已经严重影响日常生活,通过实施手术,他的右眼视力恢复到了4.8,极大地改善了他的生活质量。

通过开展此次集中免费救治活动,有效解决了南涧县贫困白内障患者看病就医难的问题。南涧县人民医院相关负责人表示,下一步,医院将进一步落实好各项目标任务,继续组织开展免费义诊活动,让广大贫困群众得到更多的实惠,改善百姓就医环境,加快全县健康扶贫进程,助力脱贫攻坚。

[何汝芝 杨志花]

健康快讯

南涧县人民医院 大理日报大新传媒 合办

健康指南

“三伏天灸”小知识

“三伏天灸”是基于“冬病夏治”理论发展起来的,在夏季最为炎热的“三伏”期间,采用具有特定温通发泡作用的中药,贴敷在穴位上,从而有效刺激穴位达到治疗疾病、未病先防的目的...

所有人都适合贴“三伏天灸”吗?

答:不是。“三伏天灸”更适合以阳虚阴寒为主的人群和病症,这些人群通常会比一般人更加怕冷,且这些病症多会在天气寒冷的冬天发生或者加重。如果自己不能确定,可以在第一次就诊时请医生诊断是否合适。

贴敷的穴位因人而异吗?

答:是的。不过虽然因人而异,穴位的选择也是基于疾病的类型以

及疗效来选择的,也经过了多年的验证。比如消化系统疾病,如便秘,多会选择天枢、关元、气海、足三里等穴位,而呼吸系统疾病,如慢性支气管炎,多会选择天突、肺俞、大椎等穴位。

贴敷是不是越久效果越好?

答:呼吸系统疾病敷贴2-4小时,痛症可敷贴12小时。尽管如此,每个人的体质有所差异,皮肤的敏感度也不同,因此贴药并不是越久越好。

贴敷前后需要注意些什么?

答:贴敷前建议大家穿着宽松、深色的衣服;贴敷后需要注意忌口,不宜食用“发物”,包括鸡、鸭、烧鹅、牛肉、虾、蟹、海产品、花生、韭菜等。饮食尽量清淡,嗜吃生冷,以防

损伤正气影响疗效。

如果伏天当日没空,可以在伏天前或后2天敷贴吗?

答:可以。虽然在伏天当日贴是最理想的状态,但是因为工作时间的关系,大部分人很难做到完全和伏天日期吻合。据临床观察,一般前后2天敷贴,对疗效的影响并不大。如果伏天当日确实很难赶到医院,前后2天内进行敷贴也是可以的。

糖尿病患者适合敷贴吗?

答:因为糖尿病患者皮肤感觉可能不敏感,加之一旦破损有可能造成感染,且皮损很难恢复,因此,不建议糖尿病患者采用“三伏天灸”这种治疗方法。

一般“三伏天灸”多久见效?

答:“三伏天灸”属于中医预

防疾病的范畴,大部分患者并不会即时见效。有些患者当年即能感受到效果,但一般建议大家坚持3年,每年三伏天都按时进行穴位敷贴。

敷贴的最佳时间是什么时候?

答:初伏:2020年7月16日-7月25日;中伏:2020年7月26日-8月4日;末伏:2020年8月5日-8月14日;加强伏:2020年8月15日-8月24日。

[大理州中医医院 供稿]

中医特色 专病专治 大理州中医医院 大理日报大新传媒 合办

血压高不一定就是高血压

近年来,高血压已经成为人们耳熟能详的病名,其患病率高,且患病趋势越来越年轻化。但需要注意的是,不同的高血压患者,其发病特征与防治措施不尽相同,甚至还还会出现“假性”高血压的情况。因此,全面了解高血压常识,对于疾病早期预防与健康意义管理意义重大。

“假性”高血压——白大衣性高血压

“白大衣性高血压”也叫“诊室高血压”,顾名思义,就是在医院或诊室测得血压高于正常值,而在医院诊室外动态监测的血压或家庭自测血压正常,并且这种情况反复出现。

很多患者进了医院,尤其是和医生一起待在就诊室时,会出现不同程度的紧张、焦虑,因此会导致血压轻度升高。如果患者在诊室测量

的平均血压在140/90mmHg之上,而在家中测量时血压又低于这个数值,我们就称这种高血压为“白大衣性高血压”。

有趣的是,国外的研究发现,医生测量的血压一般会比护士或其他技术人员测量的血压稍微高一些。而且,随着患者拜访医生的次数增多,测量的血压会慢慢下降,等到患者第三次就诊时,测量的收缩压和舒张压可能会较第一次数值分别下降15mmHg和7mmHg。

白大衣性高血压并不少见,尤其在儿童和老年人中更为常见,因此,单凭一次在医生诊室测量的血压升高,并不足以诊断为高血压,有可能是白大衣性高血压。

“高危性”高血压——盐敏感性高血压 盐是导致高血压的重要危险

这两类特殊情况要注意

因素。每个人的血压对摄入的食盐(钠)量有不同程度的反应,即所谓的盐敏感性。因摄入钠盐较多而引起的高血压被称为盐敏感性高血压。

据报道,我国一般人群中盐敏感者约有二至四成。在原发性高血压患者中,盐敏感者高达六成。在老年人、肥胖人群、糖尿病患者、代谢综合征患者中,盐敏感者也较多,绝经后女性的血压对盐的敏感性也会增加。

盐敏感性高血压患者常伴有钠及钙代谢异常,且这类患者的血压昼夜节律改变、左心室肥厚发生率均明显高于盐不敏感者。盐敏感性高血压对人的健康危害极大,这类患者发生脑卒中、心力衰竭、肾功能不全等并

发症的风险是其他类型高血压人群的3至5倍。因此,盐敏感性高血压患者应更严格地限制钠盐的摄入。

在限钠的同时,建议高血压患者增加钾的摄入,如多吃含钾丰富的豆类、蔬菜和水果。豆类中以黄豆的钾含量最高;蔬菜中含钾最多的是菠菜、土豆、山药、莴苣等;水果中以橙子含钾量最高;还有酸奶、蛤类食品等。

[大理州科协 供稿]

科普常识 大理州科协 大理日报大新传媒 合办

永亨办公家具

永亨科技集团有限公司(大理分公司)

微信扫描二维码



公众号: yohn1995

地址:大理市苍山路亦乐写字楼9号

服务热线: 135 7788 1685

0872-2192009

广告

寻找弃婴生父母公告



李凤琪于2018年5月29日上午6时,在云龙县功果桥镇下坞村委会丰城一组家门口拾得男性弃婴一名,此男婴现取名

章洛一,该男婴捡到比较瘦小,脐带上有块疤。

请孩子的亲生父母或者其他监护人持有有效证件与云龙县民政局联系,联系电话:0872-5522268,联系地址:云龙县诺邓镇沿江路32号云龙县民政局社会事务股。即日起60日内无人认领,该男婴将被依法安置。

云龙县民政局 2020年7月20日

“钟”情一生的建设商场钟表匠李明虎要退休了,消息一经传出,在客户群里引起了广泛关注。

建设商场钟表匠李明虎退休却退不了身

在大理的钟表界,李明虎也算是个名人了,这倒不是因为李明虎先后荣获大理州第四届、云南省第七届诚实守信道德模范称号的缘故,而是许多消费者离不开他们所熟悉的修表匠。“李大师退休了,今后修表找谁去啊?”这是消费者所担心的。

李明虎从事钟表行业30余载,吸粉无数,卖表是他的本分,修过的表以数十万只计,技艺精湛,蜚声大理。据说,李明虎只要休息一天,第二天一开门,到钟表柜修表的人准要排上一二十人。看来,“李大师”即便办理了退休手续,也注定走不了了。

也许会有人问,大理缺钟表工匠吗?回答是否定的。在李明虎身上,最宝贵的是专注的投入和一颗沉静的心,这恰恰是人心浮躁、急功近利的当代所匮乏的工匠精神。



大理市建设百货商场有限责任公司 DA LI SHI JIAN SHE BAI HUO SHANG CHANG Co.,Ltd.

钟表柜 0872-2128247 13708662747

广告