

惠民政策普及持续进行 读者互动“留言板”开通

**传递惠民健康服务
展示基层医界风采**
基本公共卫生服务便民普及系列宣传

由晋江市卫生健康局、晋江经济报社主办，晋江市各基层医疗卫生单位协办的晋江市国家基本公共卫生服务便民普及系列暨晋江基层医界风采宣传特别策划正式启动一个月有余，引发公众对健康惠民政策的积极讨论。为深入了解公众期望在本专栏看到什么内容，或您身边有哪些健康惠民故事，本周起，“留言板”栏目正式开启，邀您共同参与。



上个月，梅岭街道社区卫生服务中心在梅青社区开展“基公卫”相关工作。

市民点赞惠民项目

“点赞贵报的‘基公卫’宣传专栏。一直以来，我都不太清楚国家基本公共卫生服务项目的相关内容。有了这个专栏的细细解析，我们普通百姓就能实实在在地从中了解相关政策、真真切切地明白咱厝医务工作者的一些工作，知道可享受哪些便利、免费的福利。”“之前看了你们的报纸，我才知道原来65岁以上，带张身份证就可免费去卫生院做体检。不是广告，不是欺诈骗，也不是不正规的机构。感谢国家的惠民政策，感谢我们的卫健局、卫生院、社区卫生服务中心等相关单位。原来，他们一直在为民做好事、办实事。”……近一个月来，本报健康融媒体平台陆续接到读者电话，晋江市国家基本公共卫生服务项目备受好评。

“有了你们的专栏报道，给我们医务工作者减少了不少工作。”一名基层负责产妇随访工作的工作人员坦言，“近半年来，在我们推行免费的产后访视服务时，也遇到部分商家为了追求个人私利，冒充医生的情况。因商家干扰，便出现了当我们要为产妇开展免费服务项目时，部分产妇对我们不信任的现象，造成我们入户困难，严重干扰了该项惠民政策的正常开展。11月25日，你们推出《一招识别：惠民服务绝无收费和推销》的报道后，我们也将那篇报道积极转发、分享给产妇及家属。这对于我们开展工作起到了积极的帮助作用。”

留言板：请你一起来说说

“什么是国家基本公共卫生服务项目？”“除了免费体检外，还可享受什么福利？”“免费的产后访视服务，要如何识别正规军或是母婴类的商家‘冒牌货’？”……在收获好评的同时，我们也希望广开言路，了解大家期望在本专栏看到什么内容，了解什么信息。

如果您有相关的建议，或有人享受“基公卫”免费服务的经历，也请你们来说一说，欢迎拨打记者热线（15980068048），将您的想法分享给更多人。让大家相信政策、享受福利，做好自己的健康第一责任人。

便民健康服务受好评 陈埭中心卫生院：打通脑卒中防治“最后一公里”

“有免费检查，有解读报告，体检项目有含金量，还有专家来到家门口为高危群众义诊……”近日，有热心读者致电本报健康融媒体平台反映，陈埭中心卫生院的医务人员做了一件大好事。

究竟是怎么回事？原来，该院作为“国家卫健委脑卒中筛查与防治基地”基层筛查点，今年他们的工作人员持续进村下乡筛查，如今已累计为辖区内40岁以上2000余名群众完成了免费的脑卒中筛查与防治工作。并且，不止于筛查这一步，他们还还为筛查出有高危因素的400余人额外组织开展了免费的专家联合义诊活动。

正式挂牌 脑卒中基层筛查点落户陈埭

为做到早期发现、及时干预，有力提升基层脑卒中预防和医疗救治能力，陈埭中心卫生院主动对接、积极筹备，承担国家脑防委的脑卒中筛查项目，并于今年6月8日上午正式挂牌福建医科大学附属第二医院“国家卫健委脑卒中筛查与防治基地”基层筛查点。

“脑卒中具有高发病率、高致残率、高死亡率和复发率的特点，已成为威胁百姓健康的重要疾病，不仅危害患者的生命健康，还给患者及其家庭、社会带去了沉重的负担。”该院副院长颜芳婷介绍，脑卒中筛查与防治工作，是我国一项重大的国民健康干预工程。实行有效

的筛查和综合干预是降低脑卒中致死率和死亡率、提高生存率和生存质量的重要手段。

此次在陈埭中心卫生院设置基层筛查点，有助于全力打通脑卒中防治“最后一公里”，为陈埭镇40岁以上群众心脑血管疾病防治带去健康福音。

惠民行动 常态化入村开展免费筛查

为将脑卒中防治关口前移，陈埭中心卫生院作为基层筛查点积极行动，由多个科室组成一支脑卒中筛查志愿服务队，并常态化入村开展了为期两个月的“脑卒中高危人群免费筛查”行动。

10月11日，该院脑卒中筛查志愿服务队走进花厅口回族村委会开展“脑卒中高危人群免费筛

查”。“当天上午，听说志愿服务队要去花厅口回族村委会开展脑卒中筛查活动，群众早早地便来到了现场。当天上午共计为我们60多名花厅口居民成功完成免费筛查。同时，活动中还提供了脑卒中的相关疾病知识讲解及慢性疾病管理指导等科普宣教。”花厅口回族村妇女主任表示。

10月20日，志愿服务队还走进陈埭镇江浦社区“党建+”邻里中心，共有100余名居民参加活动。该院积极组织急诊科、内科等医师及时对检查结果进行询问、诊治，并为居民细心讲解检查结果，为重点人群完成现场危险因素评估，个性化为其制定个体综合干预方案。因筛查要求空腹进行，在检查全部完成后，工作人员还贴心地为参与者准备早餐、小礼品和脑卒中宣传材料。

福利升级 为高危人群免费诊疗

伴随着脑卒中筛查项目的深入开展，自该院承担筛查项目以来，通过进村入户形式已为2000多名村民开展身高、体重、血压、血脂、血糖、糖化血红蛋白、同型半胱氨酸、心电图、颈动脉彩超等项目的免费筛查，最后共计筛查出有高危因素人员400余人。

据了解，为提升干预质量，在前期深入各村开展筛查的基础上，晋江市陈埭中心卫生院举办了脑卒中、心血管高危人群义诊活动。11月9日，在医院健康管理中心，来自福建医科大学附属第二医院、晋江市中医院、晋江市陈埭中心卫生院的脑卒中、心血管及中医科7位医生组成专家团队，为前期参加筛查的人群进行



至会诱发心脑血管疾病。此外，如果有严重的低血压，烫脚会导致血液向下，脑供血一不足，就会出现了一过性的眩晕，甚至会出现晕厥的情况。推荐用温水洗一洗脚，别太热，并且泡的时间别太长。时间太长，血液往下一集中就容易出问题。

最后，是有下肢动脉闭塞的人。一旦出现了下肢动脉硬化而导致下肢动脉闭塞，下肢可能会出现发凉、发麻的问题，还会出现间歇性跛行。如果长时间用过烫的水去泡脚，就会导致下肢的细胞耗血量增加，而它并不会增加太多下肢血液的供应和回流，反而会导致问题加重。

相关链接

什么是脑卒中？

脑卒中（俗称“中风”）是一种急性脑血管疾病，在全世界范围内，心血管疾病已逐渐成为威胁人类健康的“第一杀手”，其危害无年龄、身份、地域之分，已造成严重健康威胁。

报告解读，向前来咨询的脑卒中、心血管高危因素人群进行一对一的答疑解惑并提供诊疗服务。此项惠民项目加磅升级，受到广大居民的积极参与和广大好评。

“通过对高危人群实施规范化管理，能够有效地控制和减少危险因素，从而达到使脑血管病不发生或推迟发病年龄的目的，这在脑卒中防控工作中非常重要。上医治未病，每个人都是自己健康的责任人，我们倡导群众重视脑卒中高危因素，早期发现，及早干预，用健康生活方式和科学运动方式，助力降低脑卒中的发生率。”晋江市陈埭中心卫生院院长洪文挺表示，此次活动通过心脑血管两个学科联合围绕脑卒中、心血管疾病进行义诊和健康教育，为前来咨询就诊的患者群众带来了更精细、全面的疾病知识和预防理念，同时也有助于指导医院更规范、更科学地管理好心脑血管疾病患者的健康，为推进分级诊疗建设和紧密型医共体建设搭建了更好的平台，为辖区患者提供了更全面、更细致、更贴心的诊疗服务。

健康问答

冬季喝水有讲究

问：冬季没出汗也要多喝水吗？
晋江市中医院副院长、主任中医师蔡文墨答：大雪节气已至。冬属阴，大雪是一年中阴气较盛的时节，应以固护阴精为本，少泄津液。中医认为水是至阴之物，冬天多喝水能养阴润燥，每日饮水不应少于2000-3000毫升（即常说的“8杯水”）。有3杯水必须要喝，第1杯早晨起来喝，可润肠燥；第2杯下午5点喝，可滋肾阴；第3杯晚上9点喝，可养心阴。
大雪之时天干物燥，喝水也是有讲究的。首先，不要一次喝过多的水，200毫升左右就可以，同时最好能保证一天的饮水量在1800毫升以上。在运动过后，也不要喝凉水，以免因为外界天气寒冷加之凉水刺激，引起应激反应。

本地医讯

讲卫生 享健康 护成长 池店镇卫生院走进校园 开展健康教育活动



本报讯 呵护青春，守护成长。近日，晋江市池店镇卫生院走进晋江市第二中学，开展主题为“守护青春，成长不烦恼”的青春期心理卫生健康知识讲座。本次活动中，该院妇产科护士谢丽珊为该校300名少女开课，解码青春期，为其健康成长之路保驾护航。值得一提的是，本场讲座不仅是池店镇卫生院开展健康教育讲座现场人数最多的一场，也是该院首次以青春期心理、生理健康知识为主题开展的一场活动。

青春期的学生身体在迅速变化，心理状态也在悄然改变。遇见青春期，面对成长烦恼，怎样做到不迷茫不惧怕？为此，谢丽珊从女生的生理变化入手，逐步深入讲解，指导女生如何做好个人保健、正确看待青春期心理变化及做好青春期自我保护。讲座过程中，讲师不断抛出问题，倾听学生心声，为大家答疑解惑，同时结合自身临床经验，讲述多个案例，引起学生的兴趣和重视。现场氛围十分浓烈，笑语不断。

“关爱青少年，是家庭、学校的责任，也是社会的责任。为了让处于青春期的女生及时了解健康知识，帮助她们树立健康向上的良好心态，学校老师将话筒交与我们医务人员，让她们从医疗专业领域汲取青春期健康知识，更加健康快乐地成长。”池店镇卫生院院长许珊珊表示，“后续，我院将继续丰富完善讲座内容，走进更多校园，帮助更多学生平安、快乐、健康地度过人生的‘花季’‘雨季’。”

晋江英墩华侨医院举办 联盟基层巡讲培训班

本报讯 为进一步推进医院胸痛救治单元的建设，规范和提高医院胸痛患者的救治能力，对胸痛患者及时准确诊断，减少早期救治延误，挽救更多生命，近日，2022年泉州市胸痛中心联盟基层巡讲培训班在晋江市英墩华侨医院举行，特邀泉州市第一医院林荣、陈天宝、王凌三名教授前来授课。

“伴随着人民群众的生活方式发生着巨大的变化，心血管疾病成为严重威胁人民健康的主要疾病，特别是急性心肌梗死、主动脉夹层、急性肺动脉栓塞患者日益增多，多数心血管急症病人的主要症状就是胸痛。”晋江市英墩华侨医院林喜足院长表示，基层胸痛救治单元的建设，能最大限度地改善患者发病到首次医疗接触延误的现象，挽救更多急危重症患者的生命。希望通过本次泉州市胸痛中心联盟基层巡讲培训班，在泉州市胸痛中心联盟各位专家的带领、传授下，不断提升基层医疗机构胸痛救治能力，打通急性胸痛救治的“起跑第一公里”，为人民群众的健康做出更大的贡献。