

健康服务送上门

——“快乐银龄·科学养生”老年人春季健康科普志愿服务活动举行

近日,在西安经开区阳光馨园社区车城温泉花园小区广场,75岁的李国民(化名)站在人群中静静张望。平日里,他大多数时间都待在家。这一天,社区里一场专门为老年人准备的志愿服务活动,让他走出了家门。

当天,由西安市民政局、西安市慈善会主办的“快乐银龄·科学养生”老年人春季健康科普志愿服务活动在该社区举行。健康讲座、健身互动、义诊咨询、急救培训、便民服务等内容,吸引了数百位社区居民参与。

对于老年人来说,春季是调养身体的重要时节。活动现场,陕西省心理咨询师协会中医心理专业委员会主任委员汤颖红围绕春季科学养生进行了讲解。她说:“中医认为,春天肝脏当令。老年人要注意调节情绪,多交流、多活动,多亲近自然,保持心情平和稳定。”

听着科普讲座,李国民频频点头。“我以前一心烦就爱发脾气,和家里人闹别扭。今天听了讲座才明白,春天不光要注意吃什么、穿什么,还要把心情调顺。”他说。

春季呼吸道疾病的预防也是不少老年人关心的话题。西安市中心医院经开区呼吸与危重症医学科副主任医师王鹏现场为大家讲解了春季呼吸道疾病防治知识。他提醒,春季气温变化大,花



近日,在“快乐银龄·科学养生”老年人春季健康科普志愿服务活动现场,医护人员给社区老年人测量骨密度。

粉、柳絮、扬尘等过敏原增多。老年人呼吸道黏膜防御能力相对较弱,容易受到病毒、细菌侵袭,哮喘、过敏性鼻炎等慢性疾病也容易反复发作。

王鹏建议老年人春季要“春捂”,根据天气变化及时增减衣物,不要骤然减衣,避免受凉;有过敏史或慢性呼吸道疾病的老人,要尽量远离花粉、柳絮、

扬尘等刺激物,在大风天气及花开旺盛期减少长时间户外活动;外出回家后要及时洗脸、洗手、更换外衣;要保持规律作息,避免熬夜,适度进行散步、健身操等温和运动,增强体质和抗病能力……

“这些都是老人容易忽略的事。”居民王凯奇说,讲座像是医生坐在身边和你拉家常。大家听得明白,也记得住。

健身互动区气氛同样热烈。西安市慈善会银龄安康守护志愿服务队队长李豫成带领老年人练习健身操,志愿者引导大家活动肩颈、舒展筋骨。

在健康义诊区,西安仲德骨科医院的专家团队为老人提供免费测量血压、血糖、骨密度服务和一对一健康咨询。李国民接受骨龄检查后,医生结合检查结果叮嘱他,不能长期久坐、久卧,要坚持适量锻炼,也要避免因运动不当造成的损伤。

志愿者陶春宁通过现场演示向社区居民讲解心肺复苏等急救知识,并邀请大家体验。王凯奇说:“家里有老人,懂一点急救知识,关键时刻能帮得上。”

活动结束后,李国民没有急着离开,他对身边的老人说:“在家门口参加这样的活动,不光学到了养生知识、检查了身体,还认识了街坊邻居,感觉人和人之间更近了,我心里也更敞亮了。”

杜玮

医线传真

首批医保便捷支付推进地区名单公布

记者4月8日从国家医保局获悉,国家医保局部署推进刷脸支付、一码支付、移动支付、信用支付等便捷支付方式,选择119个统筹地区作为首批推进地区,力争大幅压减排队缴费时长,有效缓解参保群众排队奔波。

今年1月,国家医保局发布文件,明确聚焦群众看病缴费“多次排队”“排长队”等堵点痛点,力争用3年左右时间全面建成安全、便捷、高效、成熟的医保便捷支付体系。

云南昆明创新开展“信用就医”,以“先看病后付费”的模式赋能医疗服务升级;内蒙古锡林郭勒盟推进刷脸支付、移动支付等便捷支付方式落地;北京200多家医院支持医保移动支付,参保人员通过手机即可完成医保线上结算……多地已进行积极探索。

据悉,国家医保局近日组织各省份积极开展交流活动,总结推广经验做法,加快改革推进步伐。

徐鹏航 彭韵佳

我国心脏除颤器校准装置计量比对工作完成

国家市场监督管理总局近日组织完成我国心脏除颤器校准装置计量比对工作。这项工作为自动体外除颤器(AED)的精准度进行了一次全国统一的“标尺”考核,从源头确保其在心脏骤停抢救的“黄金四分钟”内可靠可用。

心脏骤停抢救是一场与时间赛跑的生命竞赛,在关键的“黄金四分钟”内,AED是挽救生命的重要仪器。在心脏骤停抢救时,AED释放的急救电击能量需要极为精准,能量不足可能导致除颤失败,能量过高则可能对心脏造成损伤。

此次比对,旨在确保全国相关技术机构用于校准AED的“标尺”(校准装置)准确一致。只有“标尺”准了,才能保障分布在车站、商场、学校等公共场所AED释放的急救电击能量既不会因不足而无效,也不会因过高造成损伤,为公众筑起一道可靠的技术安全防线。

这项工作是国家市场监管总局推进计量强基工程,将《计量发展规划(2021—2035年)》加强医疗健康领域计量保障的要求转化为行动的具体措施。市场监管总局将持续提升技术监管能力,把精准计量深度融入公共安全体系,切实将政府的专业服务,转化为守护人民生命健康的坚实支撑。

戴小河 赵怡宁

陕西省第38个爱国卫生月活动举行

近日,陕西省第38个爱国卫生月暨“名医走基层三秦志愿行”路生梅志愿服务活动在榆林举行。

据了解,第38个爱国卫生月以“共建健康城镇 共筑健康防线”为主题,倡导各地继承和发扬爱国卫生运动优良传统,以健康城镇创建为抓手,创新工作方式方法,加强城乡环境卫生治理,加大病媒生物孳生地治理力度,倡导民众积极践行健康生活方式,共享健康生活。活动现场,“人民医护工作者”国家荣誉称号获得者路生梅向陕西省医务工作者发出

志愿服务基层群众的倡议,传递榜样力量。

围绕群众健康需求,活动现场设立老年慢病、儿童健康、中医诊疗等11个专科专家义诊,为群众提供专业健康服务。健康科普趣味问答、心肺复苏急救实操、中医文化体验等互动活动同步开展,通过寓教于乐的方式普及健康知识、传授健康技能,引导大家牢固树立“每个人是自己健康第一责任人”的意识,自觉养成文明健康的生活方式。此外,“健康科普行——万场健康知识讲座”活动在榆

阳区新明楼街道举行。活动围绕慢性病防治、春季传染病防控等主题,邀请专家进行专题讲座。现场100余名群众认真聆听,并积极参与互动问答,健康意识进一步提升。

陕西省卫生健康委相关负责人表示,将以此次活动为引领,持续推动“名医走基层 三秦志愿行”志愿服务常态化。今年将举办400余场健康知识讲座,让更多群众在家门口享受优质健康服务,为健康陕西建设筑牢基层基础。

郭诗梦

渭南市骨科医院关工委走进小寨小学开展急救知识培训



本报讯(通讯员 任丹丹)为切实守护青少年生命健康,筑牢校园安全防护网,充分发挥关工委关爱

下一代的职责使命,近日,渭南市骨科医院关工委走进小寨小学,开展了一场实用又生动的急救知识专题讲座,为师生们送上专业的生命安全“防护课”。

活动主要分为知识讲座、实操培训、重点春季传染病三大环节。渭南市骨科医院创伤骨科主任王涛率先带来踝关节扭伤预防及治疗专题课件讲解。用通俗易懂的语言,结合小学生课间活动、体育课运动的常见场景,细致讲解了踝关节扭伤的原因、日常预防小技巧,以及扭伤后正确的紧急处理方法,让孩子们轻松掌握运动防护知识,远离运动损伤。

讲座结束后,医护人员现场开展心脏骤停、异物卡喉等应急技能操作培训。通过直观演示、手把手教学的方式,把专业的急救技能转化为简单易学的操作步骤,耐心教孩子们识别紧急情况,掌握基

础急救手法,让孩子们在趣味学习中学会自救互救,提升应急避险能力。

传染病专干利用课余时间,向同学们发放春季重点传染病防控彩页,重点科普水痘、手足口病的传播途径、症状表现和预防方法,用简单易懂的方式引导孩子们养成勤洗手、常通风、讲卫生的良好习惯,远离春季传染病。

此次健康培训活动,是渭南市骨科医院关工委关爱青少年成长的务实举措,既普及了日常健康防护知识,又进一步增强了全校师生的健康意识和自救互救能力。未来,渭南市骨科医院关工委将持续聚焦青少年健康成长需求,开展更多贴近校园、贴近孩子的公益活动,用心用情守护少年儿童平安快乐成长。

春季过敏性鼻炎高发 医生支招科学防护与规范治疗

澄城县医院积极宣传 脑卒中防治知识

近日,澄城县医院神经内科医务人员参加全县组织的健步走活动时,开展脑卒中识别与防治知识科普活动,将专业的健康服务送到群众身边。

神经内科医务人员以“健康行走,守护大脑”为主题,紧扣国家脑卒中中心发布的卒中防治核心要点,精心制作了通俗易懂的脑卒中识别宣传卡片,清晰呈现了脑卒中的核心识别要点、卒中急救的关键信息与日常预防要点。在健步走过程中,医务人员积极向身边的群众发放宣传卡片。针对群众最关心的健康问题,进行详细解答,重点围绕“中风120”口诀展开科普:“1”看一张脸,是否出现嘴角歪斜;“2”查两只胳膊,是否单侧无力;“0”听说话,是否言语不清。同时,引导群众牢记黄金救治时间,提醒大家,身边如有有人出现类似症状,请第一时间拨打急救电话,为脑卒中患者争取最佳救治时机。

活动中,医务人员还针对肥胖、高血压、糖尿病等卒中高危人群,一对一进行健康指导,解答他们关于日常血压管理、饮食调理、运动锻炼等方面的疑问。“平时就担心脑卒中这种病,没想到有这么好记的判断方法,这个宣传卡片太实用了!”群众纷纷说道。

王婷

本报(通讯员 刘章 张宇航)随着春季气温回升,花粉、柳絮等吸入性过敏原浓度持续升高,不少市民出现打喷嚏、流鼻涕、鼻塞、鼻痒等不适症状,医院过敏性鼻炎相关就诊量明显上升。近日,神木市医院呼吸与危重症医学科住院医师李蕊蕊,为广大市民带来过敏性鼻炎的专业鉴别、科学防护与规范治疗建议。

李蕊蕊表示,春季气候特点与环境变化是过敏性鼻炎高发的主要诱因。值得注意的是,春季也是普通感冒的多发期,二者症状较为相似,很多市民容易将过敏性鼻炎误判为感冒,从而延误规范治疗时机。据介绍,过敏性鼻炎主要由接触过敏原引发,核心症状为频繁打喷嚏、流清水样鼻涕、鼻塞、鼻痒、咽痒,且症状容易反复发作,病程较长;而感冒具有自限性,一

般7-10天就能自行好转。

李蕊蕊提醒,春季过敏性鼻炎可防可控,只要做好精准防护、规范治疗,就能有效减少鼻炎发作频次,减轻症状。她建议:“外出时务必规范佩戴口罩,有效阻隔花粉、柳絮等吸入性过敏原;回家后第一时间清洗双手、更换外衣,避免将外界过敏原带入室内。”

针对规范治疗,李蕊蕊强调,过敏性鼻炎患者需在专业医师指导下合理用药,可使用局部糖皮质激素鼻喷剂,或服用氯雷他定等抗过敏药物,缓解过敏症状。对于常规治疗效果不佳的患者,可结合自身病情,在医生建议下选择脱敏治疗或免疫治疗。如果鼻炎症状持续没有改善,应及时前往医院就诊,切勿自行用药或拖延病情,避免引发其他并发症。

黄龙:群众有了“行走的医院”

近日,在黄龙县石堡镇梁家河村,村医贾晓萍背着“全科医生助诊包”出诊。这个看似普通的背包是基层群众的“健康移动诊室”,内置可完成24项血液化验、11项尿液检验的设备,还可依托互联网和大数据云平台的智能诊疗系统对接专家远程会诊。

近年来,黄龙县聚焦基层村医设备、缺技术、缺动力的痛点难点,推出“行走的医院”医疗惠民政策,搭建远程诊疗平台、配备智能化诊疗设备,构建起“互联网+远程诊疗”服务模式,让群众在家门口就能享受到优质、便捷的医疗服务。

“以前出诊靠听诊器、血压计、体温计这‘老三样’,复杂病症没法检查,不敢诊断,只能让村民去县城看。”贾晓萍说,有了“全科医生助诊包”,能上门做全面检查,还能连线县医院甚至北京的专家求助,群众省去了奔波之苦,也能在与专家的交流中快速提升专业能力。

“以前,我身体不舒服就得往县城跑,特别折腾;现在,我们都存着村医的电话,打个电话村医就

上门,就医负担减轻了不少。”村民郭香莲说。

2021年3月,西北地区首个“行走的医院”项目在黄龙县启动。该县投资2200万元,为7个乡镇配备42套“全科医生助诊包”,56辆摩托车及3辆基层健康服务车,建成健康180指挥中心,开通县乡村一体化远程会诊系统,让村医从“靠经验看病”升级为“靠技术诊疗”,彻底扭转了基层医疗设备落后的局面。

在配齐硬件设备的同时,黄龙县已与解放军总医院、北京安贞医院、唐都医院、西京医院等16家三甲医院的300余名专家团队建立联系,每周为全县提供近百个免费专家号。群众拨打5999180热线即可呼叫服务,真正实现“远程专家面对面,看病就医少跑腿”。当地还常态化组织村医开展中医药技能培训,丰富基层医疗服务手段,全县12个村卫生室、8个卫生院、3个县级医院均已具备中医药服务能力。

“黄龙县‘行走的医院’项目让省级专家的技术和经验直接服务基层群众。”唐都医院骨科医生丁瑞表示,远程会诊、现场带教等方式,既为基层群众

提供精准诊疗指导,也助力村医提升专业素养,形成“输血”与“造血”并重的帮扶格局,推动基层医疗服务质量稳步提升。

以“行走的医院”项目为依托,黄龙县健全完善县乡村三级医疗联动机制,实现远程诊疗平台村级全覆盖。截至目前,黄龙县已与三甲医院完成专家会诊213例,与基层卫生院开展远程会诊269例,累计服务群众5万余人次,县域内就诊率提升到90%以上,群众“看病难”问题得到有效缓解。

“我们始终坚持以‘人民健康为中心’的理念,聚焦群众就医过程中的急难愁盼问题,持续推进基层医疗建设。”黄龙县卫生健康局党组成员张侠表示,下一步,黄龙县将持续完善远程诊疗平台建设,强化基层医务人员培训,积极探索医养结合新模式,不断优化服务流程,让“行走的医院”持续成为群众身边的“健康守护者”,让每名群众都能在家门口享受到优质、高效、便捷的医疗服务,切实增强群众的获得感、幸福感、安全感。

周恒宇 冯星

注销声明

黄陵县平天加油站,统一社会信用代码:916106327273718224,因企业终止危险化学品经营活动,已向延安市行政审批服务局申请办理《危险化学品经营许可证》注销手续。

该证原许可证编号:61060013202600231;有效期限2024年1月17日至2026年12月20日;许可范围:汽油、柴油。

自本声明登报之日起,上述《危险化学品经营许可证》正、副本作废,不再用于任何危险化学品经营活动。特此声明。

黄陵县平天加油站
2026年4月10日

全链公告整合发布专家 让公告发布更简单 让信息获取更便捷 电话:1580-070746