专家义诊+治疗补助

“喜波勒雄”为贫困脑瘫儿童和骨关节疾病患者带来福音

唐涛正在为患者诊断骨科疾病。

医者仁心

“没想到折磨了我十多年的老毛病终于有机会治好，而且还能得到1万元的治疗补助。我太高兴了，感谢残联，感谢国家的好政策哦！”6月4日上午，来自雅江县的僧人伍金仁泽在接受了四川省康复医院副院长唐涛的亲自检查后，得知该医院不仅能治好他左腿，还能帮助他争取到医疗补助资金时，他激动不已。在我州有许多群众，也和伍金仁泽一样收到了类似的“惊喜”。

甘孜日报讯 6月4日，由州残联组织开展的“喜波勒雄健康行动”康复医疗帮扶巡诊活动在康定民族医院举行，来自四川省康复医院（又名八一康复中心）骨关节康复科、脑瘫外科、儿童康复科和辅具中心的8名专家级医务工作者现场为我州贫困脑瘫儿童和患有骨关节疾病的残疾人士进行免费义诊。

当天上午9时许，记者来到了义诊现场。等候区域已经聚集了百余名面带喜色的群众，工作人员正在为大家登记排号；接诊室内，几位专家正有条不紊地忙碌着，他们有的在询问患者，有的在观察患者的病变部位，有的在开药方，有的在叮嘱患者及其家属如何避免病情恶化。

唐涛告诉记者：“我们医院在省残联的支持下设置有‘贫困残疾人股骨头坏死救助项目’，甘孜籍股骨头疾病患者到我院接受治疗可享受一万元的治疗补贴。但是骨关节疾病在甘孜的发病数量之多、患病程度之深都超过了我的预料；所以，我正在协调省残联和医院，把关节病患者也纳入治疗补助范围。”

四川省康复医院“贫困残疾人股骨头坏死救助项目”负责人杨幼平介绍，四川省康复医院是四川省残联直管的事业单位，已连续多年面向四川“三州”地区开展医疗帮扶。参与此次“喜波勒雄健康行动”是该医院践行十九大关于“发展残疾人事业，加强残疾康复服务”精神的具体举措。活动主要有四项目标：一是执行、宣传省残联的助残政策。二是送医上门，帮助我州群众解决看病难题。三是调研考察甘孜地区，残疾人医疗服务事业的发展情况，进而呼吁省残联为甘孜制定更有针对性的帮扶政策。四是为该院即将与甘孜州残联开展的技术合作、项目合作和医疗定点合作奠定基础。

甘孜州残联理事长戴旭表示，此活动旨在进一步树立全州群团组织“喜波勒雄”（藏语，意为幸福来了）活动品牌，贯彻“健康扶贫”战略部署。活动将在6月4日至12日，分时段在康定、理塘、甘孜、色达四县设巡诊点。我州范围内（具有甘孜户籍），所有持有第二代残疾证的贫困脑瘫儿童（年龄不超过12岁）和各类骨关节患者均可到义诊点接受义诊。

戴旭介绍，下一步，残联将组织在此次义诊中筛查出来的符合手术治疗或恢复训练条件的贫困脑瘫儿童，到四川省康复医院接受补助性治疗。每名患者在享受医保报销和民政救助之外，最高还能获得5.5万元的项目性补助。但是，目前甘孜州残联筹措到的用于补助贫困脑瘫儿童救治的经费只有75万元，如果符合治疗条件的贫困脑瘫儿童过多，残联将分批次对其实施补助性治疗。

当天，共有来自康定、泸定、丹巴、九龙、道孚、雅江等县（市）的152名骨关节疾病患者和11名脑瘫患者到场接受义诊。

记者 刘小兵 文/图

成都市第五医院助力色达健康扶贫

甘孜日报讯 “近年来，成都市第五人民医院从设备、资金、人才等方面加力落实对口支援各项工作。今后将持续加强常见病、多发病等重点专科建设，力争通过三年时间，帮助色达打造一支愿承担、留得住、有能力、可支撑的本土医疗卫生人才队伍；支持远程医疗系统建设，通过远程会诊实现与成都第五人民医院的信息资源共享，减少农牧民群众的转诊率，提升县人民医院的医疗服务能力，多措并举推进健康扶贫，为农牧民群众脱贫奔康提供健康保障。”近日，成都市第五人民医院院长雷建国调研了色达县的卫生医疗现状后表示。

成都市第五人民医院对口帮扶工作组一行来到色达县人民医院进行实地调研，详细了解该院派驻医务人员工作开展情况、县人民医院学科建设情况，签订了支援色达县人民医院学科建设资金捐赠协议，并向色达县人民医院捐赠学科建设资金10万元。

工作组成员不顾舟车劳顿，驱车前往距离县城18公里、平均海拔4162米的对口帮扶亚龙乡，与乡人民政府签订了改善办公条件资金捐赠协议，并向亚龙乡人民政府捐赠改善办公条件资金10万元。

在年龙乡扎穷村，工作组详细了解牧民群众的困难和诉求，向扎穷村贫困户送去了《免费健康体检卷》71份，工作组表示将竭尽所能帮助患病群众提供方便，为20户建档立卡贫困户送上了清油、大米及慰问金。专程看望咪咪家患有先天性疾病的孩子次称，并送上1000元的慰问金。

州委常委、色达县委书记何飚代表全县人民衷心感谢成都市第五人民医院倾情帮扶色达卫生事业，要求卫生部门要认真落实温江区深度推进健康扶贫的工作措施，补齐技术短板，加强人才培养，通过远程会诊（互联网+）填补数字鸿沟，实现能力提升、管理提升、服务提升、动力提升，满足人民群众对医疗健康服务的新需求。热忱期望成都市第五人民医院继续选派优秀医疗卫生人才到色达开展传帮带工作，推动色达医疗卫生事业长远健康发展。

县委中心报道组 尼公

成都市六医院与巴塘县医院建立远程医疗平台

甘孜日报讯 按照四川省卫生计生委对口支援相关要求，支援医院与受援医院建立远程医疗，是对口支援工作中的重要任务之一。成都市六医院一直着力于积极推动与巴塘县人民医院开展远程医疗，前期经专家团队充分调研、准备，在双方医院共同努力和促进下，日前两家医院远程医疗平台正式开通。据了解，该平台开通后，两院将积极推进多种形式的远程医疗，如远程病历点评、远程教学、远程会诊、远程查房、远程影像以及远程心电等。

李小平 何艺

健康饮食

6种食材堪称夏季“良药”

夏季具有“暑”、“湿”的气候特点，由于天气炎热，人们出汗多、消耗大，常会出现睡眠欠佳，倦怠乏力等不适，出现这些症状时，除了去医院诊治，也可借助日常饮食来调节。

苦瓜最泻火

夏为暑热，五脏属心，容易让人心烦气躁、口舌生疮，也就是老百姓常说的上火。

《滇南本草》记载：苦瓜入心脾胃三经，可以泻火、清暑、益气、止渴。

从营养学角度看，苦瓜含有苦瓜甙、苦味素，能增进食欲、健脾开胃，缓解夏日食欲减退。苦味素还具有降糖作用，尤其适合糖尿病患者在夏季食用。

烹调方法并无太大局限，快炒、凉拌、煮汤都不错。不过，苦瓜性寒，易伤脾胃，特别是孕妇、儿童及体质较差或怕冷、脾胃虚寒者，不宜过量食用。

绿豆最解毒

绿豆性凉味甘，能清热消暑、止渴利水，是夏季防暑佳品。

《随息居饮食谱》记载：“绿豆甘凉，煮食清胆养胃，解暑止渴，利小便，已泻痢。”

从营养学角度讲，绿豆皮富含多酚类物质，盖上盖煮沸，尽量避免接触到氧气，溶出的多酚类物质尚未氧化，此时清热解毒作用最强，特别适合烦渴、咽喉肿痛、小便发黄的人饮用。

绿豆的食用方法更是多种多样，绿豆粥、绿豆糕等都是极佳的。

陈醋最开胃

许多人一到夏天就没食欲，这是因为夏季易出现津液耗伤，暑湿困脾，影响脾胃的运化功能。此时，可适当吃点醋。

醋入肝、胃经，可以开胃，促进唾液和胃液分泌。

炒菜或拌凉菜时点几滴陈醋或米醋，不仅能给改善菜品口感，也有助消化吸收，增进食欲。

平时还可以吃些老醋木耳、老醋花生、老醋蛰头等凉拌菜。夏天各种微生物容易生长繁殖，而醋酸还具有抑菌作用，能对食物起到很好的保护作用。

大蒜最杀菌

大蒜是夏日餐桌上不可缺少的食物。大蒜富含铁、硒等微量元素及有机硫化物等有益成分，可杀菌抑菌。

特别是生吃杀菌效果最好，其中的蒜氨酸、蒜酶等有效物质会互相接触，形成具有保健作用的大蒜素。

吃饺子加点蒜泥，拌凉菜加点蒜末，炒青菜加点蒜蓉，都是很健康的吃法。

需要注意的是，用大蒜炝锅时油温不宜过高，烹调时间不宜过长，建议减少高温对大蒜素的破坏。

海带最降脂

夏季出汗多，血液黏稠度高，高脂血症患者不妨吃点降脂食物，而海带是不错的选择，其中含有的褐藻酸钠、海带淀粉等有降脂、降压功效。

夏天还是吃夜宵的时节，摄入大量油腻食物也会升高血脂，此时将海带煮熟后切丝，加入陈醋或米醋，与白菜丝一起拌着吃，不仅美味，还能消食解腻。

鸭肉最滋补

夏季消耗较大，清热解暑的同时也应该适当进补。

鸭属水禽，不仅富含人在夏天急需的蛋白质等营养成分，而且鸭肉不温不热，可补虚生津、利尿消肿，适合容易上火的夏季吃。

但由于鸭皮中的脂肪含量较高，食用时最好将鸭皮剔去。

最后提醒大家，夏季一定要避免病从口入，饮食上应清淡、节制，注意补充水分，切忌恣食生冷，损伤脾胃。

州医院

举行高原反应应急演练

甘孜日报讯 为检验急诊科医务人员对《医院突发公共卫生应急预案》的工作程序及技术要求的掌握程度和医务人员的现场应急处置能力，提高医疗救援水平，增加医护默契，日前，州医院急诊科在康定城郊举行了高原反应应急演练。

演练设置某老年旅行团（30人）来甘孜旅游，途经折多塘时其中有6人发生高原反应，旅行团导游发现后立即拨打120电话求救。游客中一人有心脏病史，自诉心前区疼痛20+分钟，另一人患有高血压、头痛、呕吐、清醒，其余4人轻微高反。接到120指挥中心派单，急诊科第一时间派出急救人员前往现场进行急救，并上报科主任、护士长、医务部及主管院长，及时通知相关科室做好准备。第一组救护人员到达现场后立即评估患者，按胸痛流程处理患者，途中患者出现室颤，立即进行除颤和胸外心脏按压，患者复苏成功后联系胸痛中心并转运。

此次演练得到考核小组的一致好评，提高了该院急诊科应对突发公共事件的能力。

院办

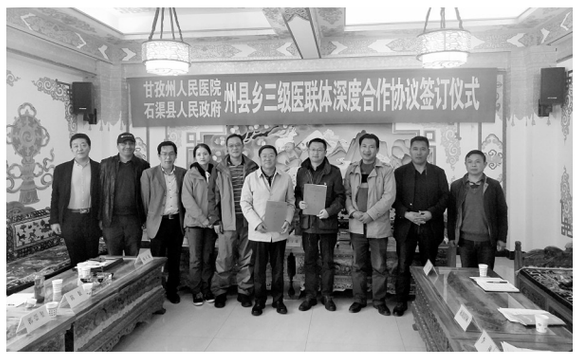
石渠县

与州医院签订合作协议

甘孜日报讯 为了进一步深化公立医院改革，优化医疗资源配置，促进医联体单位之间的交流合作，有效利用现代科技手段提升该县医疗卫生服务水平再上新台阶，切实解决广大牧农民群众看病难问题，近日，石渠县与州人民医院签订了州县乡三级医联体深度合作协议。

州县乡三级医联体建设有利于进一步整合该县医疗资源，最大程度发挥医疗卫生服务机构职能，更好地发挥医院专业人才、技术能力的特色优势，为广大牧农民群众提供更强的医疗卫生服务保障和医疗卫生技术。今后，石渠县基层医疗机构将更加充实血常规、尿常规、心电图、B超、血清分析仪等设施设备，医疗人员可通过互联网医联体平台将相关诊疗数据、结果直接传送给州人民医院，州人民医院可通过对数据和结果进行远程诊疗并及时反馈诊疗意见，这样一来，广大群众一些常规的疾病在当地就能得到治疗，既大大减少了广大牧农民群众就诊时间和就诊程序，又让病情在第一时间得到治疗，真正解决了群众看病难的问题。同时，为有效提升该县医疗从业人员的业务能力，州人民医院还将定期组织专家深入该县对医疗从业人员进行专业培训。

县委中心报道组 曹勇



“碘”亮智慧人生 共享健康生活

都说母爱是伟大的，在她怀胎十月，在我们咿呀学语、蹒跚学步，她倾注自己的一生无怨无悔……关注宝宝缺锌、缺钙的宝妈们，知不知道啥是缺碘？

碘是人们在生长、发育过程中不可缺少的一种微量元素。碘与人的躯体、智力发育有着极其密切关系，缺少了它会引起许多疾病。其中最严重的是引起无法恢复的智力损害。

今年的5月15日，是第25个碘缺乏病宣传日，今年的主题是“碘”亮智慧人生，共享健康生活。甘孜州是碘缺乏病病区之一。自然环境的碘缺乏是漫长时期的环境更替造成的，通常很难纠正。由于我州土壤和水中含碘量低，饮用水和食物的含碘量不足以补充人们每天所需，因此除某些甲状腺疾病的患者外，绝大多数市民仍需坚持食用碘盐。

碘缺乏病主要危害和表现如下：

1.孕妇怀孕期间膳食中缺碘，可能导致早产、流产、死产，生下的孩子可能患有先天畸形、先天聋哑等病症。孕妇严重缺碘，会导致胎儿大脑发育障碍，孩子出生后会聋、哑、傻、矮小、肢体痉挛瘫痪、生长发育迟缓，呈现特殊丑陋面容，重者丧失劳动能力，生活不能自理。医学上称之为地方性克汀病。在病区还普遍存在较多的智力低下儿童，他们的智商比非病区儿童平均低10~15个百分点，由此可见，碘缺乏病对人类造成的危害中智力损害是第一位的，妇女和儿童是主要的受害者。

2.儿童缺碘危险期主要是在生命周期最初的1000天（0-3岁），严重缺碘导致智力低下、呆傻等智力残疾。

3.长期缺碘可能导致地方性甲状腺肿大，俗称“大脖子病”。轻的没有自觉症状，但甲状腺肿大到一定程度，就可以引起呼吸困难、吞咽障碍、声音嘶哑等。

如何预防碘缺乏病

食用合格碘盐是防治碘缺乏病的最好方法。它不仅安全、有效、经济、容易推广，而且符合微量、长期及生活化的要求，只要每天坚持食用合格碘盐，即可满足人体对碘的需求，就没有必要用其他补碘措施了。甲状腺功能亢进患者、甲状腺炎患者等少数人群不宜食用碘盐。预防碘缺乏病最基本的方法，就是长期不断地补充到足够的碘。人们可以通过经常吃海鱼、海带、紫菜等含碘量高的海产品。通过以上的方法科学补碘，预防碘缺乏病。

正确购买和保存方法

家庭食盐要购买有专门注册商标、“食用碘盐保护儿童智力”绿色图案、碘盐防伪标志的小包装含碘食用盐，也可按需选购多品种碘盐，千万不要随意购买私盐、劣质盐，更不能用工业盐、非碘盐充作食盐。

碘遇高温、潮湿环境或遇到醋等酸性物质容易挥发，所以要随吃随买、不要长期存放；要注意防热、防潮，用有盖的棕色玻璃瓶、瓷缸盛放碘盐或原包装袋系口，放在阴凉、干燥处，远离炉火。

炒菜时，不要用碘盐爆锅。要等到菜、汤等熟了以后再加盐。

防控疾病 共赴小康

州疾控中心主办

http://www.gzzcdc.org/

健康热线：12320