

市妇联第八届一次执委会议召开

汪晓妮当选张家界市妇联主席

本报讯（全媒体记者 向文丁峰）11月28日，市妇联第八届一次执委会议召开。市委常委、市委组织部部长廖国豪参加会议。

会议通过了《张家界市妇女联合会第八届执行委员会第一次全体会议选举办法》(草案),市妇联执行委员会第八届副主席、常务委员候选人名单(草案),监票人名单(草案)。

会议宣布了计票人名单。会议选举了市妇联第八届主席、副主席、常务委员。会议宣布了选举结果。汪晓妮当选张家界市妇联主席。廖国豪强调,要提高政治站位,把握时代要求,坚持不懈用

习近平新时代中国特色社会主义思想凝心铸魂,引导广大妇女坚定不移听党话、跟党走。要深化思想引领,唱响爱党爱国“主旋律”,坚持榜样引领,竖起向上向善“风向标”,加大服务引领,当好解困帮难“娘家人”。要找准工作定位,发挥独特优势,凝聚服务经济发展“巾帼力量”,激发服务社会发展“巾帼活力”,发挥服务家庭发展“巾帼智慧”,为张家界高质量发展贡献妇联力量。要强化自身建设,践行根本宗旨,不断提高工作效能,切实维护妇女儿童权益,加强与各类妇女儿童组织交流合作,汇聚各界力量,推动妇联工作不断实现新突破。

破解基层“用药难”,慢性病、常见病药品加快“下沉”

新华社记者 董瑞丰 李恒

因为一些慢性病、常见病,患者来到乡镇卫生院、社区卫生服务中心就诊,却被告知“没有药”。

针对基层“用药难”问题,国家卫生健康委等6部门近日联合印发《关于改革完善基层药品联动管理机制 扩大基层药品种类的意见》,努力畅通城乡、县乡之间用药衔接渠道,提升基层药品配备和使用能力,满足群众基本用药需求。

扩种类 让“家门口”的药更全

我国基层诊疗量2023年占比已达到52%。但部分医务人员此前反映,基层的药品配备种类少,自主用药空间小,不同层级医疗机构用药目录难以衔接。尤其是上级医院转诊来的患者,他们一些用药在基层“开不了”。

最新印发的文件提出,规范和优化基层用药种类。在省、市级卫生健康委指导下,以国家基本药物目录、国家医保药品目录和国家集中带量采购中选

药品为重点,紧密型医联体牵头医院将统筹确定用药目录,规范扩展基层联动药品种类。

同时,推动二、三级医院用药目录中的慢性病、常见病药品向基层下沉。紧密型医联体可作为整体研究确定基本药物配备使用的品种数量,通过处方实时查阅、互认共享,为慢性病、常见病复诊患者开具处方。

参与上述文件起草制定的专家之一、首都医科大学全科医学与继续教育学院院长吴浩表示,这突破了长期以来基层医疗卫生机构药品目录受限的局面,基层药品扩充配备迎来“新天地”。

防短缺 做好基层药品供应配送

国家卫生健康委的一项专题调研显示,基层医疗卫生机构数量多、药品用量少、配送成本高,中西部和偏远地区尤为突出,导致部分企业配送积极性不高,药品供应不稳定甚至断供。

上述文件要求,完善基层药品集中供应配送机制。县级卫生健康行政部门指导紧密型医联体牵头医院等单位,及时对县域内基层用药需求计划进行汇总审核。省级卫生健康部门会同医保部门畅通基层药品配送问题沟通渠道,建立协作机制,完善药品供货企业管理制度。

同时,健全基层药品短缺预警处置机制。紧密型医联体建立缺货登记制度,缺货登记频次较多且经评估确有必要,及时纳入下一年度上下用药衔接范围。

专家表示,基层药品服务管理涉及主体多、政策链条长、关联领域广,需要多部门联动发力。为基层“用药难”问题开出一整套“药方”,在强基层的同时,将促进分级诊疗进一步落实。

惠民生 因地制宜保用药

据了解,针对基层用药问题,各省份进行了积极探索。

山东以县域中心药房为载体,统一医共体内用药目录,满足常见病、多发病、慢性病等用药需求。

河北在全省14个地市201个医共体制定统一用药目录,上下级医疗卫生机构药品重合率达到70%以上。

北京在全市社区卫生服务中心建立缺货需求登记服务制度,满足患者差异化用药需求。

福建三明对已确诊的六类慢性病(高血压、糖尿病、严重精神疾病、慢阻肺病、支气管哮喘、脑卒中及后遗症)患者在基层就诊的,提供39种基本药物干预保障,医保基金全额报销。

国家卫生健康委药物政策与基本药物制度司有关负责人表示,要继续推进药品供应和服务下沉,国家卫生健康委将统筹指导监测评估,加强部门协同,研究完善提升基层药品联动管理机制化水平的政策措施。

(新华社北京11月26日电)

路面6米→7米！S315线永定区栗子垭—柏杨坪工班路段大修

本报讯（通讯员 胡苗 周汀）11月21日，在S315线永定区栗子垭—柏杨坪工班路段路面改善（大修）一期工程施工现场，机器轰鸣，大型机械来往穿梭，施工人员正在对原有路面进行拓宽改造。

S315线永定区栗子垭—柏杨坪工班路段是通往桃源县的重要省道，也是王家坪集镇与周边村的重要联络线和沿线群众出行的重要交通枢纽。随着沿线周边经济发展，运输车辆增多，交通量增大，该路段路面出现了龟裂、断板、沉陷等问题，给村民生产生活带来极大不便，同时也制约了沿线经济的发展和周边地区的沟通交流。

为了改善该路段运输环境，提高行车舒适性和安全性，今年8月，S315线永定区栗子垭—柏杨坪工班路段路面改善（大修）一期工程开工建设，该项目由永定区公路建设养护中心组织实施，起点位于永定区栗子垭，终点位于王家坪镇，由水泥路面改造

为沥青混凝土路面，工程全长8.68公里，路基宽度由6.5米扩宽至7.5米，路面宽度由6米扩宽至7米，设计速度为每小时30公里。

“该项目对原有道路的路基、路面及排水、交通安全设施进行改善，目前，路基处理已完成90%。”永定区公路养护中心相关负责人介绍，“接下来，我们将按照时间节点，合理安排施工力量，在保证道路安全施工的情况下，抢抓进度，力争在明年1月份完成路面主体工程，让沿线群众尽早走上平坦道路。项目完工后将极大地改善当地出行条件，提高交通运输的安全性，有效促进王家坪镇及周边乡镇经济发展。”

修的是道路，暖的是民心。看着正在施工的路面，桥边河村村民金子熬期待不已：“我家就在这条路边上。听说这次改造会铺设沥青混凝土，路面也会拓宽，以后灰尘肯定会少很多，开车出门也就方便多啦，我们可盼着早点修好呢！”



11月26日，学员在老师（右三）与志愿者（右一、左二）的陪同下学习制作香囊。

江苏省镇江市残疾人托养中心于2015年启用，现有学员90名，全部为轻度智力障碍人员。托养中心为就业年龄段智力障碍残疾人提供辅助性就业的同时，辅以各种康复治疗、职业培训、文体活动、社会情景模拟训练等项目，提高托养人员的生活自理能力、就业劳动能力，帮助他们融入社会。据了解，截至目前，已有50余名学员实现了正式就业。

新华社记者 郝建伟 摄

东岳观的“修路经”

宁耿彪

3年整,终于于今年8月启动路面建设。

“可能是前期筹备工作等待得太久,我们只想日夜不停施工。”东市社区干部表示,道路规划时突出升级改造,施工建设时路面被升级为7米宽的沥青路面,同时惠及新花村、北平村、陆溪村等辖区村民,如今该路也成了村民最喜欢“打卡”的网红路。

目前,全镇通村组道路共计460余公里,镇村间20分钟内均能实现通达。投资4000多万元实施道路白改黑提质升级,建成了15余公里、6米宽的柏油路,完成了集镇到各村主干道窄路加宽建设,完成了50余公里农村道路安防工程,同时根据路形、路段特点选择花卉和行道树,建设四季常绿的农村景观公路,东岳观镇已形成四通八达的绿色高效交通网络。

“农村道路建设,一头连着乡村振兴,一头连着民生改善,镇党委政府坚决支持农村道路的发展建设,鼓励镇村干部为基础设施建设和产业发展多想一

想,积极参与到‘争资跑项’中去,为东岳观的发展注入强劲动力。”镇党委书记记大伟说。

念不完的“发展经”

当汽车驶过东市社区这条“网红路”,入目的是北平村四通八达的村组公路,长13.8公里、平均宽8米的柏油路贯穿全村,通组公路超过60公里,水泥路入户率达98%。

“要致富,先修路。没有路,任何产业都搞不起来。”

“那些村太卷了,其他村不得不跟上,路就这么修起来了。”

北平村也是突出的修路先进村。在全村交通网络建成后,北平村充分利用生态资源优势,大力发展优质茶产业,形成“村集体经济组织+合作社+农户”的产业发展模式,让村集体经济发展有了平台,农户增收有了项目。今年,北平村的千亩棉花示范片、千亩茶叶产业园,也承接来自全县观摩秋冬种现场演示会的“贵

客”,尽情展示乡村之美、产业之兴。

与北平相连的阳凤坪村,也是喜欢与道路“较劲”、与发展“同行”。尤其是村党支部书记唐斌更是“犟得像头牛”,为了进村公路的顺利施工,防止群众阻工,唐斌硬是把自己家当作接待室,接待群众做思想工作。

渐渐地,村民看到了村“两委”修路的决心,从不断地找唐斌要承诺,变成主动捐款修路。现在驱车驶入这条干净整洁的柏油路面就像是进入了高速公路,进村的这条6公里长的“高规格”柏油路,两旁都有绿化、道路指示牌、两车道划线,还有整洁大方的美丽屋场。

借着四通八达的道路交通网,唐斌看到了发展乡村游的蓬勃生机,积极举办“秋晚”、两届“泥汙大赛”、秋冬种农机现场演示等大型活动,我市的各个商会、各个单位欢乐参赛,真正让阳凤坪走了出去,赶上了快车。

念不完的“幸福经”

在东岳观,对于修路搞建设这件事,“你追我赶”都是常态,村民支持建设,投劳投工更是自觉。

▶▶（下转4版）

医生提醒：

心衰需加强自我管理 早发现早治疗



11月26日是第10个“全国心力衰竭日”。专家介绍,冬季有多种情况可能诱发心力衰竭,需要加强自我健康管理,发现相关症状及早就医。

中南大学湘雅医院副院长、心内科专家钱招昕介绍,心衰是各种心脏疾病的终末阶段,其表现为心脏无法充分泵送血液。“尤其在冬季,人体血管收缩、血压升高,心脏负荷增加,心血管疾病患者容易诱发心衰。”

“很多人对心衰的危险性认识不足。”南大学附属第一医院执行院长、心内科专家唐惠芳说,心力衰竭是一种慢性疾病,晚期患者死亡率甚至超过恶性肿瘤。

如何才能有效预防和治疗心力衰竭?专家从三个方面给

出建议:

首先是早期识别高危人群。唐惠芳说:“有高血压、冠心病、糖尿病、肥胖等基础病的患者;有使用心脏毒性药物史、酗酒史的人群;具有风湿热史或心肌病家族史的患者,这些人都属于心衰高风险人群,需要格外警惕。”

其次是坚持规范化治疗。“心衰的治疗是一个系统工程,需要多学科合作。”唐惠芳强调,治疗过程包括急性期救治、慢性期用药优化、并发症管理等多个环节。“特别要注意的是,治疗要贯穿住院前、住院中和出院后的全过程,还要配合运动康复、生活方式改善和心理支持。”

第三是做好自我管理。“限制钠盐摄入、合理饮水以及适当运动是心衰管理的关键环节。”钱招昕介绍,心血管疾病患者在冬季尤其要注意保暖、预防感冒,同时注意休息,避免劳累,以减少心脏负担。

(据新华社)



杏林之裔

张家界市中医医院协办

小雪节气后天气转冷,感冒、咳嗽等呼吸道疾病也进入多发季节,公众该如何科学防治?怎样养生保健?心血管疾病患者有哪些特别注意事项?

入冬后要注重“潜藏”

“自然界有‘春生、夏长、秋收、冬藏’的节律变化,入冬后人体要避免阳气的损害,要注重‘潜藏’。”专家表示,要保持充足睡眠,不要持续熬夜;要防范阳气外泄,做好保暖,特别是头、颈、脚等部位的保暖;运动时不要大汗淋漓,微微出汗即可;在阳光充足的时段晒太阳,补充阳气。

在饮食方面,专家建议,进补因人而异,对于偏瘦、手足不温、怕风怕冷的人,可选择温养气血的食物,如羊肉、桂圆、红枣等;对于体重超重、口气很重、口干口苦的人,应以疏导为

小雪时节呵护健康,要注意这些

主,多吃大白菜、陈皮、萝卜等。

冬季越来越多的人选择吃膏方调补身体。专家介绍,膏方又称膏剂、膏滋,是多种中药材反复、多次煎煮后,滤取药物的汁液进行浓缩后,加入膏类或糖需要加入糖,变成半流体的状态或膏剂,是中药丸、散、膏、丹、汤的一种剂型。

专家表示,冬季吃膏方是“冬藏”的辅助方式。现代社会节奏快,冬季常不能给身体充分的时间去“潜藏”和修复,服用膏方是辅助养护身体的一个方法,相关人群可根据医生建议服用。

加强呼吸道疾病防治

“随着气温逐渐下降,可能会面临着多种呼吸道传染病叠加或同时流行的风险。”专家表示,目前我国已建立了包括流感病毒、呼吸道合胞病毒等15种常见的呼吸道病原体的急性呼吸道感染

病哨点监测系统,实时掌握呼吸道传染病流行趋势及病原谱,保护公众健康。

如何预防呼吸道疾病?专家建议,保持良好的个人卫生习惯,保持居住和工作环境的清洁与通风,通过合理饮食、适量运动和充足睡眠来增强体质,减少与有呼吸道症状人群的密切接触,并做好健康监测,视情况及时就医。同时,对于有疫苗可预防的呼吸道传染病,应尽早按照接种程序接种疫苗,儿童、老年人和有慢性基础性疾病的人群尤其应注意疫苗接种。

一些孩子在感染呼吸道疾病后出现持续咳嗽,对此,专家表示,由于感染后咳嗽通常是自限性的,一般情况下如果症状轻微,无需特殊治疗。对于症状较重、病程较长,尤其是咳嗽影响了孩子日常生活的情况,家长要注意观察孩子的症状变化,在医生指导下规范治疗,并谨遵医嘱避免不必要用药。

心血管疾病患者要特别注意防寒保暖

“每年进入冬季,到医院就诊和住院的心血管病患者明显增加。”专家表示,这不仅与天气寒冷、血管收缩有关,也与冬季的节气有关。

专家说,冬天是收纳的季节,人们食欲下降,活动减少,容易出现体重增加,血糖、血脂水平也相应会升高。同时,天气寒冷伴随的血压升高,呼吸道感染风险增加,以及冬天对情绪产生的不利影响,都是心血管疾病高发的危险因素。

专家建议,冬季心血管疾病患者要注意防寒保暖,尤其是老年人,气温降低时要及时添衣。要控制食欲,保持适当的运动习惯。此外,要控制好生活节奏和压力,避免过度劳累,养成每周2至3天监测血压和心率的习惯。坚持规律用药,减药或停药要遵医嘱,若有不适要及时到医院就诊。

(据新华社)