

聊城市用健康教育为青春成长护航

□王长新 陈云

“听完讲座,我们对‘健康第一’的理念有了更深的理解。”近日,聊城市经济开发区计生协会联合单光屯社区青春健康俱乐部举办了首场针对青少年群体的健康教育讲座。讲座邀请聊城市人民医院儿童保健科有关专家作了以青春健康为主题的讲座,500多名学生听取了讲座。这仅仅是聊城市扎实开展青春健康工作的一个缩影。

近年来,聊城市计生协会在上级有关部门的重视和指导下,为了让青少年能够正确、理智地对待性问题,树立健康、科学的性观念、性道德和生育观,紧紧围绕青少年性健康教育问题,积极探索青春健康教育的手段和方法,努力为青少年提供人性化的生殖健康知识教育和援助救助活动,取得较好的成效,受到社会的关注和好评。

三个强化,青春健康教育摆上议事日程

青春健康教育是未成年人思想道德建设的重要组成部分,是计划生育优质服务的重要领域,也是一项综合性的社会系统工程。为此,聊城市计生协把开展此项工作与全面贯彻《人口与计划生育法》和《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》相结合,作为加强人口与计划生育工作,提高青少年素质的重要内容列入议事日程。

强化组织领导。该市计生协主动与有关部门进行探讨协商,共同探讨开展青少年青春健康教育的有效途径和方法,邀请具有丰富实践经验的教育、卫生、计生等相关专业人士献计献策,成立了有市、县青春健康工作负责人、医学专家,参加过国家或省青春健康师资培训,从事青春健康工作三年以上并做出成绩同志,获得国家、省有关资质人员组成了全市青春健康工作专业指导小组,形成了以计生部门牵头协调、多部门配合协作、齐抓共管、资源共享的青少年青春健康教育新机制,合力推进了青春健康教育活动的有效开展。

强化方案制定。制定《“为梦想护航——聊城市青春健康”工作实

施方案》,确立了在全市开展生理、心理健康服务,提高10—24岁青少年和未婚青年的生理、心理健康水平,增强性病、艾滋病防御技能,提高心理适应能力,帮助青少年树立正确的人生态度,掌握正确的人生技能,建立和谐的人际关系,促进青少年身心健康成长。到2019年,青春健康工作覆盖到全市80%的县(市区)、乡镇(街道)的总体目标,并针对各个阶段的人群,确定不同的教育方式,保证聊城市的青少年生殖健康教育的系统性、完整性。

强化督导考核。将青春健康工作纳入人口目标责任制考核范围,引导各级聚焦发力,推动工作开展,并抽调专门人员组成青春健康工作督查小组,不定期对各县(市区)开展工作情况进行检查,对工作进展不力的通报批评,限期改正;对工作中发现的好经验好做法,及时总结推广,有效保证了教育的开展和效果。

三个做到,青春健康教育扎实有效推进

该市按照工作品牌化、规范化的总体部署和要求,大力加强网络、师资和机制建设,为工作落实提供保障。

配齐配强师资力量,做到工作

落实有人抓。聊城市计生协会统筹社会力量,组建了由医学、教育、心理咨询等方面的11位专家组成的青春健康工作专家组,为全市青春健康教育提供理论指导、志愿者培训和免费咨询。同时,以卫生、计生、教育等专职人员为主体,通过专业培训、资格认证,组建了一支专业知识过硬、热心青春健康工作的师资队伍。

组建组成两支队伍,做到完善教育有体系。一是成立亲青服务咨询者队伍,在青春健康工作中为青少年和未婚青年提供个性化友好服务,依托社区计生协会优势,开展亲青服务志愿者培训,完善青春健康服务体系;二是建立同伴教育志愿者队伍。以高职、高校和流动人口集中的社区为依托,在高校学生中以及流动人口中建立健全青年志愿者队伍,广泛开展以生理、心理健康为主题的同伴教育,让青少年在喜闻乐见的活动中获得相应的知识,树立正确的青春期健康观念。

培养身边典型标杆,做到工作推进有标准。市计生协以培养身边典型,倡树青春健康教育标杆为出发点,以“可信、可学”为着眼点,按照学校和社区两个工作类型,与教育局、学校、社区多次主动沟通,召开专题会议,赢得了教育部门和社区的大力支持,确定东阿县卫生职业教育学校、聊城经济开发区九和

社区等为项目培训对象。随后,市、县、区计生协会、教育局及相关社区项目组成员召开项目筹备会议,明确项目团队、资金预算及任务分配等工作,通过开设青春期知识讲座、模拟体验、心理测试、趣味活动等对青少年开展技能培训,起到良好的示范引领作用。

三个创新,青春健康教育更具生机活力

该市结合学校教育和社区教育的实际,不断完善教育内容,不断丰富教育形式,不断创新教育手段,为青春健康教育工作注入了新的生机和活力。

创新教育方式,设立青春健康教育网吧、微信群。在市计生协会的指导下,省计生协青春健康教育示范基地临清市新华路青春健康俱乐部建立了微信群(新华古楼社区阳光心理群)、聊城经济技术开发区青春健康俱乐部设置青春健康教育网吧等,开辟了人口知识、青春资讯、生命奥秘、心理指南、青春警示、校园风景、家长天地和专家热线等栏目,定期发送迎接青春期、社会性别及人际交往、性行为与决定、预防意外怀孕、预防性传播疾病、预防艾滋病病毒感染、远离毒品、计划未来等知识。把现代互联网技术和通讯技术运用到青

少年青春健康教育中来,迎合了当前青少年心理特点和求知方式。

创新教育形式,激发不同人群接受教育的内在动力。该市以活动为抓手,彻底改变过去讲座式、灌输式的教育形式,努力创设寓教于乐的教育形式,收到好的效果。东昌府区开展“人际关系”和“认识自我、实现自我”为主题的互动教学活动,通过“呼叫名字”和“梅花开几朵”等游戏,让大家逐渐打破隔阂;在平阳县开展的“让青春更阳光”活动,进行了人格教育,帮助青少年儿童解除成长中的困惑,培养良好品德情操、心理素质、行为习惯和社会适应能力,加之组织青少年围绕青春期的热点问题发起讨论,交流心得,使青春健康教育更生动有趣,深入人心。

创新教育内容,构建富有活力的青春健康教育新格局。在青春健康教育的内容上,根据不同层次、不同类别人群的特点,有针对性地做好相关知识培训,使青春健康教育培训工作做到有的放矢。临清市先后开设阳光心理课堂,每月一次父母课、一次青少年课;开设了婚姻家庭大讲堂;社区还增设了留守儿童心理课堂及辅导,受到社区居民的欢迎,东昌府区开设了青春期知识讲座、模拟体验、心理测试、趣味活动等对青少年和青少年家长开展培训,大大增强了青春健康教育的吸引力。

青少年近视刻不容缓

角膜塑形镜是怎样控制近视的

随着电视和电脑的普及以及学习压力的增加,近年来我国青少年近视发病率呈逐年上升趋势,最新数据显示其发病率为50%~60%,居世界第二位,形势极其严峻。近视已严重影响他们的学习、生活、工作。如今青少年近视已成为社会热点问题,重在预防,但更要关心那些已经近视的青少年学生,用眼镜矫治近视,让眼镜呵护眼睛,已是形势所迫、大势所趋,值得引起全社会的重视并尽快付诸实施。

角膜塑形镜是怎样控制近视的?

角膜塑形镜是一种特殊的RGP镜片。普通的RGP镜片用于矫正视力,而塑形镜用于“矫形”,即通过改变角膜集合形态来提高视力。“矫正”型的RGP镜片,其内表面与角膜的表面相平行,互相吻合,通过改变镜片的外表面来调节镜片光度。而“矫形”用的塑形镜则相反。其外表面较简单,内表面相对复杂。塑形镜的内表面不再与角膜平行或吻合,而是在镜片角膜之间制造一些间隙,利用泪液的作用达到“矫形”效果。

角膜塑形镜共经历了四代设计,而前三代已经不适合现代人们的需要,而最新一代设计属于第四代,其治疗效果较以往快速很多,所以又称为“快速塑形法”。患者配戴一夜后即有非常显著的矫治效果,之后的治疗期为10-30天,达到最终的治疗效果。

配镜经验丰富 更加安全可靠

临床经验丰富的医生给孩子配戴更适合的角膜塑形镜。聊城市光明眼科医院医学视光中心的侯跃双主任是治疗近视方面的专家,在眼睛屈光方面有很深的研究,侯跃双主任认为,控制青少年近视的最好方法是佩戴角膜塑形镜,晚上佩戴,白天“摘镜”,不耽误孩子的学习,效果还好。要知道角膜塑形镜是为个人量身定做的,每个人的眼睛都不相同,所佩戴的角膜塑形镜也不相同。只有适合的角膜塑形镜才可以控制近视度数,否则,可能使眼睛的度数增加的更快。侯跃双主任为每一位需要的近视患者量身定做角膜塑形镜,使患者可以取得最好的疗效,控制近视度数。

奏响健康扶贫最强音

——临清市精准健康扶贫工作纪实

□王长新

今年以来,临清市卫生计生系统上下同心、左右齐力,众志成城,凝聚起精准健康扶贫攻坚的强大合力,摸实情,出实招,战贫困,全力化解贫困人口因病致贫、因病返贫等难题,奏响了健康扶贫最强音。

摸实情,精准把脉

精准识别,建档立卡。临清市卫生计生局制订下发调查摸底方案,全面核实基本资料信息,摸清贫困户基本情况、致贫原因等,精准识别患病贫困人口病情及病种,严格比对摸底信息,查缺补漏,做到不漏村不漏户。并根据部门特点,以村为单位,以基本公共卫生服务信息和贫困村建档立卡贫困人口数据为基础,实行边开展健康查体摸排因病致贫人员,边登记造册建档动态管理,建立了完善的贫困人口健康档案信息。

上下对接,协调推进。在此基础上,临清市卫计局还与临清市扶贫办相互协调,主动获取省扶贫工作重点村和省建档立卡因病致贫、返贫贫困人口名单,按照属地管理原则,参照基本公共卫生服务开展范围,安排全市镇办计生办、卫生院协同辖区内乡村医生逐村逐户开展调查。并出台《城乡医院对口支援帮扶方案》、《因病致贫、因病返贫人口分类救治方案》等配套文件,形成卫生计生扶贫政策体系。

出实招,对症开方

一人一法,实施分类救治。这个市结合省、市开展的健康扶贫活动,对患病贫困人口实施“八个一”工程,即明确一所定点医院,确定一名家庭医生,签订一份承诺书,制定一张健康卡,建立一个健康档案,进行一次健

康查体,组织一次健康会诊、发放一张健康明白纸。与此同时,市卫生计生局统筹辖区医疗卫生资源,合理规划责任片区,测算好服务半径、服务人口和工作量,明确地方病、传染病、慢性病、严重精神障碍及其他疾病的救治标准,对患病贫困人口实施分类救治。

一户一案,引导经济脱贫。临清市卫计局不断鼓励和引导各类企业、社会组织和个人有针对性的参与社会扶贫。吸引企业到贫困村投资发展,农民离不开土地,积极为双联共建村找项目、争资金、理思路,让农民在自家土地上脱贫。同时,该局不断整合各类扶贫资源,加大资金投入,以整村推进为抓手,集中力量支持贫困村改貌和贫困户脱贫,侧重以致富带头人、退伍转业军人、回乡创业青年中选拔培养党员和干部,带动村经济发展。

一地一策,提高健康素养。这个市大力开展以“健康素养66条”为主的健康教育宣传活动,编制各类健康教育宣传素材,通过多种形式普及传染病、地方病、慢性病防治知识,倡导健康生活方式,促进农村群众养成良好的卫生习惯,全面提高他们的卫生保健知识水平和自我保护能力。广泛开展“健康进万家、幸福伴我行”活动,加强地方病、慢性病、精神卫生、传染病等重点领域的健康教育,引导贫困人口科学就医、合理用药。积极

开展健康教育服务,开展高危行为干预,促进医疗卫生服务模式由重疾病治疗向重疾病预防转变。

战贫困,精准发力

先治病后结算,让贫困患者享受党的温暖。为保障贫困患者的合法权益,临清市认真落实“先治疗、后结算”机制,在县级医疗卫生机构、镇(街道)卫生院、社区卫生服务中心实行首诊负责制,设立了便民惠民门诊,为建档立卡的贫困人口提供便民惠民服务。临清市人民医院、临清市中医院与镇(街道)卫生院开展对口支援,推动优质医疗资源下沉,提升基层医疗卫生机构服务水平。同时,在基层医疗机构国医堂建设全覆盖的基础上,充分发挥中医优势,为群众提供“简、便、验、廉”的中医药服务,切实增强健康扶贫工作的实效性,满足了贫困群众医疗卫生服务需求。

实施签约服务,开展个体化的健康扶贫。临清市卫生计生局从临清市人民医院、临清市中医院抽调70名业务骨干与各镇(街道)卫生院抽调的业务人员及乡村医生组建了“1+1+1”县、乡、村三级医疗帮扶团队,共计819名家庭医生,与前期摸底调查的9590名因病致贫群众签订服务协议书。此外,结合“万名医生进家庭”签约服务送健康”、全民健康工程、

农民健康服务行动和“赶大集,送健康”等活动,对前期摸底调查的因病致贫、因病返贫人员,由医疗服务团队进行分包,签订服务协议,有针对性地开展个体化的健康扶贫,做到每月进行1次上门访视和康复指导,每季度开展1次集中健康教育和咨询,每年组织1次免费体检,切实提高贫困群众的健康意识和健康水平。同时,临清市卫计局以市人民医院、市中院、妇幼保健院为主体,以乡镇卫生院为辅助,积极组建由内科、外科、妇科、护理等相关专家和技术骨干组成的医疗卫生专家团队,深入全市贫困村为贫困人口开展健康查体和集中诊治工作。

做实“健康扶贫”,实施卫生计生“免费工程”。这个市以农村孕产妇住院分娩补助和农村妇女“两癌”筛查为抓手,进一步提高农村妇女“两癌”的早诊早治率,保障母婴安全,逐步形成维护妇女健康的长效机制。对符合条件的农村户籍孕产妇全部实行住院分娩补助,确保农村孕产妇住院分娩率保持在99%以上。积极开展农村传染病、地方病、慢性病防治,大力开展爱国卫生运动,提高农村环境卫生水平,预防疟疾、出血热等传染病的发生。开展农村公共集中供水水质检测,专项检查,摸清底数,健全档案,确保监督覆盖率 and 供水单位分户建档率达到100%。