



# 加强残疾预防 促进全民健康

## 什么是残疾预防?

残疾预防是指针对常见的致残原因,如遗传、发育、伤害、疾病、环境、行为等危险因素,采取有效措施和方法,预防或减少致残性疾病和伤害的发生,限制或逆转由伤病而引起的残疾,并在残疾发生后防止其进一步发展为更严重的残障。2017年6月,国务院正式批准将每年8月25日设立为“全国残疾预防日”。

## 为什么人人掌握

### 残疾预防核心知识非常重要?

人的一生当中会面临各种各样的可能导残的危险因素,有些因素在很大程度上是可以避免的,有些则是客观的必然。前者如遗传、发育缺陷、意外伤害、疾病、环境和行为因素致残;后者则主要由于人口老龄化后生理功能衰退而导致功能障碍。

随着工业化和城镇化进程的加快,人口流动频繁,工作节奏较快,以及生产安全事故、交通事故和环境污染等社会环境因素的影响,都增加了残疾发生的风险。

因此,残疾预防覆盖全人群

和全生命周期,可以说与我们每个人息息相关,残疾预防需“从我做起”。

## 残疾预防有哪些核心知识?

(一)有效控制出生缺陷和发育障碍致残

1.有计划怀孕,避免大龄生育。2.远离烟酒,远离有毒有害物质,孕育健康宝宝。3.主动接受婚前保健服务和孕前优生健康检查。4.不偏食,补叶酸,科学补碘,合理控制体重。5.防止孕早期感染,在医生指导下使用药物。6.定期接受孕产期保健和产前筛查。7.积极接受新生儿疾病筛查和访视。8.密切关注儿童生长发育状况,定期参加健康体检。

## (二)着力防控疾病致残

1.合理膳食,少油、少盐、少糖,多吃蔬菜水果。2.坚持运动,吃动平衡,避免超重肥胖。3.不吸烟少喝酒,远离二手烟。4.学会自我健康管理,关注血压、血糖、血脂变化。5.定期体检,及早发现疾病,及时治疗。6.注意个人和环境卫生,远离传染源,及时全程接种国家免疫规划疫苗。7.保持心情

愉悦,与他人和谐相处,发现心理异常及时寻求专业帮助。8.及时就医,遵从医嘱,规范治疗。

## (三)努力减少伤害致残

1.照看好儿童,防止溺水、跌倒、坠落等伤害。2.营造安全家居环境,加强平衡锻炼,减少老年跌倒。3.遵守交通法规,安全文明出行,预防交通伤害。4.购买正规产品,按说明书正确使用。5.遵守安全生产规程,做好职业防护。6.学习避险、逃生知识,提高自我防护能力。7.掌握基本急救技能,科学处理损伤。

## (四)显著改善康复服务状况

1.尽早开展康复,避免残疾发生,减轻残疾程度。2.树立信心,坚持系统康复训练。3.科学适配辅具,提高生活质量。4.勇敢面对残疾,主动走出家门。5.家属积极参与,全面介入康复过程。6.尊重差异,平等接纳残疾人。7.爱护无障碍设施,主动为残疾人提供便利。

## 什么是脑卒中?

脑卒中包括脑梗塞、脑出血和短暂性脑缺血发作。

脑梗塞是由于脑血管堵塞引

发的脑组织损伤,常见原因有动脉粥样硬化斑块脱落或房颤等心脏疾病导致血液涡流形成的栓子随血流堵塞脑部小血管。

脑出血是由于脑血管破裂、血液溢出引发的脑组织损伤,高血压所致的动脉粥样硬化、动脉瘤、动静脉畸形或脑肿瘤等因素是引发脑出血的常见原因。

短暂性脑缺血发作是由于某支脑血管出现一过性血流减少,导致相应脑组织暂时性缺血缺氧,引发了类似中风的症状。因其具有一过性、短暂性、可逆转、易复发的特点。被俗称为“小中风”。

## 怎样做好脑卒中早期识别?

对于急性期患者来说,“时间就是大脑”,及早就医往往能获得更好的预后,特别是脑梗塞患者,在发病3小时内如果能及时接受

## “信用+”助推企业新发展

俗话说“人无信不立,国无信不强,企无信不兴”。威海家家悦生鲜加工配送有限公司始终坚持“以德经商、诚信为本”的理念,高度重视信用在企业发展中的关键作用,在信用建设的过程中注重激发个体的积极性凝聚为整体力量,通过信用建设监督产品质量、服务更多百姓,从而增强企业的生命力和创造力。

## “信用+疫情防控”,让社会放心

家家悦生鲜加工配送有限公司积极配合政府部门做好疫情防控工作,全体员工定期进行核酸检测,物流司机48小时就要做一次核酸,外来人员测温验码登记信息,确保不漏一人。厂区环境定时通风、清洁、消杀,货物进厂后严格消毒并做好记录,员工上岗时做好健康检测和个人防护,多种方式将防控工作落实到位,誓要打造一个安全的工作环境,为消费者提供放心的产品。

## “信用+社会公益”,让群众满意

今年以来,家家悦生鲜加工配送有限公司结合信用“进企业”相关建设,本着打造诚信单位、让消费者放心的原则,推出“邻里节”活动,邀请众多亲子家庭参与进来,在工作人员带领下,家长和孩子们参观了生鲜加工中心的各个加工间,了解农副产品在这里如何

加工、储存、配送;参观“冷链”运输体系,了解如何将农副产品全封闭冷链控制,建立食品安全可追溯体系,确保农产品的最佳品质和安全,在欢乐的氛围中,家长们了解了产品形成的过程,孩子们也体验了动手的乐趣。

## “信用+内部管理”,让员工舒心

家家悦生鲜加工配送有限公司作为连锁企业,公司负责人高度重视并积极参与公司的信用建设工作,有效推进信用“进企业”工作的开展,按照要求组建了以毕国华经理为组长的“信用工作领导小组”,组织全部员工签署了《信用承诺书》,每月积极开展信用采集活动,对获评优秀称号、积极参与志愿服务、拾金不昧等行为的员工给予信用积分奖励,有效调动了员工的积极性。

## “信用+严格质检”,让品质过硬

家家悦生鲜加工配送有限公司实行质量管理体系前移,提高信用要求标准。从原料进厂,到加工,到配送,实行层层把关,实现自检、专检、委托检验相结合,完全确保不合格原料不投入生产,不合格半成品不转入下道工序,不合格产品不出厂,真正做到了来源可追溯、去向可查证、风险可防控、责任可追究、信息可查询。公司建立农产品基地2000多个,

与上万个农户签订了长期稳定的合作关系,在农户的挑选上,通过对农产品的质量、价格、供货量、农户的诚信等情况对农户进行比较,优先选择诚信度好的农户合作,从源头上保证农产品质量,先后获得“全国百城万店无假货活动示范店”等荣誉称号。

## “信用+企业文化”,为企业添彩

人类因梦想而伟大,企业因文化而繁荣。为弘扬企业文化、提振全员士气、凝聚发展合力,威海家家悦生鲜加工配送有限公司积极响应信用“进企业”的政策号召,牢记“顾客至上、守信担当、勇于创新、同心共赢”的核心价值观,扎实提升信用工程创建质效,提炼出具有本土特色的品牌文化,坚守“为社会创造财富、为顾客创造价值、让员工共享企业发展成果”的使命与担当,敬业拼搏、追求卓越。在互学互鉴中共进共赢,共同构筑有情怀、有温度、有信用的本土企业。

下一步,文登区工信局和宋村镇政府将继续强化推进企业信用相关建设工作,在信用“进企业”方面下足功夫,将更多好的经验、做法充分宣传推广,为企业诚信理念的树立、营商环境的优化、社会诚信体系的建设作出积极贡献。

(刘文娟)

## 简讯

为规范养老服务市场秩序,推进养老服务领域信用体系建设,由文登区民政局统筹推动,多部门共同参与,构建起以信用监管为核心的新型养老机构管理体制。信用体制的建设将以养老服务薄弱环节和重点领域为着力点和突破口,将养老行业统一确定为信用守法、轻微失信、一般失信、严重失信四类,具体划分为A+、A、B、C、C-、D、D-七个等级。新型管理体制实施差异化监管,将监管服务对象信用得分所对应的信用类级与其切身利益实行挂钩。

(于金光)

## 新城新居

文/吕以泮

天,禾香果香弥散,天高云淡气爽,送给人惬意与殷实,赐于人丰收的喜悦。到了冬季,虽说是寒冷袭人,朔风刺骨,绿瘦花凋,但又会有另一种景致呈现。身居暖室,面牖可见,纷纷琼花,飘飘洒洒,宛如蝶舞长空,美妙之极无以言表。瑞雪过后,群山银装素裹,洁雅娇美,蜿蜒于城边,腾挪于宇廊,恰似银蛇起舞,为山城增添无穷生机……朝辉夕霞,掩映群峰,涂一抹抹红,似镶嵌于城边的一道彩虹,为这座本来就美的滨海城市再着一身浓妆。

小区居民人心思善,人心向善,他们把“做文明居民,创和谐社区,建美好家园”作为一种自觉行为,想和谐、说和谐、谋和谐,人人都为构建和谐小区努力。在这里人与自然的和谐相处,人与人的和谐交往,水乳交融,自然天成,真可谓和谐无时不在,和谐无处不有,随时都可谛听到和谐之声,感受到和谐之美。大约在一年前,我乘8路公交车到大溪谷游玩,当车子行驶到百大广场站点时,上来一位大约七十多岁的老人,他将手中一盆君子兰放进车

随车子的晃动,那盛开的桅子花也有节奏地摆动着,不时地散发出一阵阵幽香,使乘车的人们感受到温馨、愉悦与惬意,人人脸上都浮现出了甜蜜的笑容……

转瞬间,车子在观云山居小区路北站点停下,小伙子帮助大爷端着君子兰,李大爷端着桅子花,他们一前一后相继下了车,边说边向小区的大门走去,阳光洒在了他们的身上是那样的美,李大爷为创建和谐小区的事迹和那桅子花弥散出的香气,还感染着

人们,还温着人们,还在随着车子的前行驶向前方……

说来也怪,自从经历过那次邂逅后,每当经过观云山居我都会情不自禁地目视小区周边的花坛绿地,总想寻找点什么,有一次我还真的看到了两位中年夫妇领着一个小男孩,在那片绿地上捡拾着飘落在上面的杂物,自觉地在维护着绿地的洁净。在霞光的映照下,飘逸在他们脸上的笑容是那样的美,那样的甜,那样的诱人,与山城的美融为一体……

