



健康生活 随我而来

理事单位: 菏泽市立医院 菏泽市中医医院 菏泽市第二人民医院 菏泽市第三人民医院 菏泽市传染病医院 菏泽市疾病预防控制中心
菏泽市牡丹人民医院 菏泽牡丹区中心医院 菏泽开发区中心医院 菏泽博爱医院 菏泽爱尔眼科医院 菏泽华厦眼科医院

全国知名眼科专家来菏传经送宝

菏泽华厦眼科医院牵线,致力于打造百姓放心的眼科品牌

本报菏泽9月22日讯(记者 李德领) 21日,由菏泽华厦眼科医院承办的华夏·让视界更美好—菏泽华厦眼科论坛暨菏泽医学专科学校眼科教学基地挂牌仪式举行,活动现场,与会领导分别为菏泽医学专科学校眼科教学基地、鲁西南地区屈光性白内障手术患教中心揭牌。

菏泽医学专科学校校企合作与就业处处长王学贺在致辞中表示,经过学校的慎重考虑,鉴于菏泽华厦眼科医院在菏泽眼科界的影响力,决定授予菏泽华厦眼科医院为“菏泽医学专科学校眼科教学基地”,由医院为学校的临床医学、视光学等学生提供实习机会,共同培养眼科医技人员。

同时,由爱尔康公司授予菏泽华厦眼科医院为“鲁西南地区屈光性白内障手术患教中心”,开启白内障治疗新起点,爱尔康(中国)眼科产品有限公司山东地区经理邵明强介绍到,菏泽华厦

眼科医院在屈光性白内障治疗与宣教方面一直在持续努力,实现老年白内障治疗由“看得见”的基本生理需求向“看得清”转变。

菏泽华厦眼科医院总经理吴锦绣为大会发表致辞,他介绍,华厦眼科医院前身为光明眼科医院,历经8年时间,一直努力打造百姓放心的眼科品牌,继续依托华厦眼科集团化发展的优势,持续引进新的设备例如美国第五代眼力健飞秒激光设备、爱尔康玻切超乳一体机、欧堡免散瞳超广角激光扫描检眼镜等;坚持与时俱进引进高端眼科技术,例如三焦点晶体植入、ICL晶体植入、青光眼引流器植入术等,努力实现让患者由“看得见”的期许向“看得清”转变。

开幕式结束后,还进行了疑难眼病论坛,北京301医院眼科博士丁振强,菏泽市医学会眼科学分会主任委员、菏泽市中医院眼科主任邓志峰,菏泽市立医院眼科主任武海军,菏泽华厦

眼科医院业务院长张中敏,菏泽华厦眼科医院业务副院长王丽霞,菏泽华厦眼科医院白内障科主任张品,菏泽华厦眼科医院眼底病科主任王雷分别进行了精彩讲座,将新的眼科发展与临床疑难病例与到场的眼科同行分享交流。把课题与临床诊疗紧密相关,从具体病例出发进行病症的临床观察交流总结,对眼科医生的知识拓宽与诊疗思路都有很好的提升作用,更是极大的促进了菏泽地区的眼科诊疗水平。

菏泽华厦眼科医院张中敏院长对莅临本次的各位同仁谨以诚挚的感谢。他表示,华厦眼科重视学术交流、注重基层医生的培养,希望把众多眼科专家学者的经验分享出去,造福更多患者。华厦眼科将秉承“一切以病人为中心”的办院理念,本着让病人满意、让同行认可、让社会认可的目标,与菏泽眼科同仁一道共同解决疑难性眼疾,造福花城百姓。



与会领导为菏泽医学专科学校眼科教学基地揭牌。



与会领导为鲁西南地区屈光性白内障手术患教中心揭牌。



为进一步提升菏泽食品安全风险监测与评估能力,健全风险监测评估体系,22日,菏泽市职工职业技能大赛食品安全风险监测总决赛在菏泽市疾控中心举行,此次比赛分为理论考试和技能操作两个环节,理论考试主要结合食品安全风险监测工作实际,分为卫生行政、理化检验、微生物检验、食源性疾病监测(医疗机构)、食品综合、现场流行病学调查处置六个专业进行,而技能操作主要采用现场操作等方式进行,理化检验、微生物检验、食品综合专业选手参加。

本报记者 李德领 摄影报道

菏泽卫生健康综合执法工作推进会议召开

本报菏泽9月22日讯(记者 周千清) 日前,菏泽市卫生健康综合执法工作推进会议在定陶区召开。

会议回顾总结今年以来全市卫生监督执法工作,交流经验,学习先进,揭短亮丑,研究部署下半年重点工作。定陶区、巨野县、成武县卫生健康监督执法机构分别作典型发言。省卫生健康监察局三级调研员何顺生,定陶区委常委、副区长马常斌,

市卫生健康委党组成员、市卫生健康综合执法支队支队长杨继香出席会议。市卫生健康综合执法支队各科室负责人,各县区卫生计生综合监督执法局主要负责人、办公室主任,定陶区卫计综合监督执法局监督员共计100余人参加会议。

会议要求,全市卫生健康监督执法机构要充分认清当前卫生健康执法工作面临的新形势、新要求,增强做好

当前工作的紧迫感和使命感,坚持问题导向,排查梳理工作中存在的问题。强化担当作为、狠抓工作落实,突出主业主责,加强全行业全过程监管,完成监督员人均办案数量7件的任务,实现监督覆盖率100%及双随机检查完成率100%的目标。对标先进,全力推动思想再解放、改革再深入、机制再创新、工作再抓实,努力开创全市卫生健康监督工作新局面。

这些习惯会让您成为高“盐值”

俗语说,菜没盐无味。盐作为百味之首,一直是我们生活中重要的调味品,也是许多调味料的组成部分。美味可口的菜肴,也常常具有更高的“盐值”。不过啊,高“盐值”也会带来健康的烦恼。

今年的9月15日至21日是“915”减盐宣传周,带来“915”就要5克的减盐理念,倡导低盐饮食的膳食习惯。

菏泽市疾控中心慢病科科长丁永霞为市民提供了减盐的十条核心信息。饮食中钠盐含量过高会引起高血压,增加心脏病和中风的发生风险;健康成年人每天食盐不超过5克;家庭烹饪少放盐和酱油,学会使用定量盐勺;减盐需要循序渐进,可以用辣椒、大蒜、醋、胡椒为食物提味,逐步改变口味;少吃榨菜、咸菜和酱制食品,多吃新鲜的蔬菜和水果;购买包装食品时阅读营养成分表,选择“钠”含量低的食品;减少使用酱油、蚝油、豆瓣酱、味精、鸡精、沙拉酱、番茄酱等调味品;多选择新鲜的肉类、鱼类、蛋类,少吃加工食品和罐头食品;盐可能隐藏在你感觉不到咸的食品中,比如方便面、挂面、坚果、面包、饼干、冰激凌等,要警惕这些“藏起来”的盐;

在外就餐时,主动要求餐馆少放盐,有条件的尽量选择低盐菜品。

日常生活中,丁永霞提醒市民,这些习惯会不经意间会升高我们的“盐值”。

1:我吃饭口味重,这样吃着才香。

一日三餐,我们的习惯都是以主食为主,再辅以“下饭”的菜肴,而这些“下饭菜”常常需要依靠盐、酱油等高钠的调味品。口味重的人,做菜时往往放更多的盐,而且酱油、黄豆酱、蚝油、味精、番茄酱等含盐高的调味品用的也多。这样会直接导致我们的“盐值”升高。

2:我吃饭喜欢配着腌菜或者酱肉吃,不然就不够味。

腌制或酱制食品,比如咸菜、腐乳、酱肉等,是很多人习惯的佐餐小菜。不过,它们的口感一般都比较咸,通常也具有高的含盐量,长期食用也会增高“盐值”。

3:方便食品玲琅满目,又简便快捷,是我的选择。

隐形盐也是高“盐值”的一大来源。许多食品虽然吃起来口感不咸,但实际上钠含量却很高。果脯蜜饯、干果零食、方便面、火腿肠、饼干、面包、蛋糕、薯片,甚至冰淇淋,吃起来没什么咸味,却是藏盐大户。比如切片面包的钠含量可达200-500mg/100g。

4:我喜欢叫外卖或者在餐馆吃饭,既便捷又可以饱尝美食。

大多数餐馆的菜肴油盐量都比家庭自制食物高,因此,在外就餐多,或者经常点外卖的话,摄入盐量就会多,“盐值”自然也就高了。