



举全院之力 护百姓健康

——遵义医科大学附属医院战“疫”侧记

3500张床位全部开放,门诊就诊量最高峰超10000人,发热门诊日最高就诊量超500人;抽调15名医师、114人次护理人员全力支援急诊、抢救室日就诊量最高达930人,留观室日留观量最高233人;医学影像科人员放弃休息,科室CT检查患者日高峰达到1900余次……

这一组组数据,是自疫情防控措施优化调整以来,遵义医科大学附属医院全体医护人员与时间赛跑,与病毒搏斗的见证。自疫情防控措施优化调整以来,该院党委迅速谋划,超前部署,靠前指挥,全面落实“保健康、防重症、强救治、优服务”的要求,第一时间成立综合救治工作专家小

组,汇集全院专家参与重症患者、危重症患者救治工作。

同时,该院进一步整合优化院内诊疗服务流程,统一调配部署人财物资源,充分发挥省级龙头医院的技术引领和辐射带动作用,确保重症患者得到有效救治。各病区医护人员通力合作,克服自身困难,全力以赴开展好各项救治工作。

“在确保常规医疗保障的基础上,专家组每日对各科室收治的呼吸道疾病患者进行查房,确保呼吸道疾病患者同质化管理。”该院副院长魏在荣介绍。

专业的治疗离不开专业的医护队伍。该院根据发热门诊、急诊、重症、呼吸等科室收治

患者的情况,动态调整内科、外科医师充实ICU、急诊、呼吸科、发热门诊等重点科室。

此外,从2022年12月18日起,该院分别组织遵义市、毕节市、六盘水市各级医疗机构的ICU、内科、儿科、急诊科等科室医护人员,进行重症医学质量控制、ARDS管理等培训。今年1月9日,医院再次对三地各级医护人员进行《新型冠状病毒感染诊疗方案(试行第十版)》相关培训和学习。

该院负责人表示,他们将继续坚持“人民至上、生命至上”理念,凝聚一切力量,确保危重症患者得到及时救治,构筑一道守护人民健康的安全屏障。

(记者 吴杰 徐茂豪)

国家药监局通报70批次不符合规定化妆品

涉及美度染发膏、片仔癀深抗敏专效深养牙膏等

国家药监局1月29日发布的《关于70批次不符合规定化妆品的通告》(2023年第5号)显示,美度染发膏、新派染发膏(自然黑色)、章华生态焗油染发膏(3.3)、宫中秘策防晒乳液SPF50PA+++、PINKY凡士林烟酰胺臻养润肤膏、怡人雅洗发液、片仔癀深抗敏专效深养牙膏等70批次化妆品(含牙膏,下同)不符合规定。

根据《通告》,在2022年国家化妆品监督抽检工作中,经江苏省食品药品监督检验研究院等单位检验,标示为广州市佳桐化妆品有限公司生产的艾贝尔芳香滋润型染发膏(自然黑色)等70批次化妆品不符合规定。

记者了解到,此次通报的70批次不符合规定化妆品多为染发膏、洗发液、牙膏等,抽检发现的主要问题是成分比对、菌落总数等不符合规定项目,部分批次检出含量超过规定限值的苯基甲基吡啶酮。

据了解,菌落总数是指示性微生物

指标,指示产品生产或流通过程中受污染程度,间接反映出化妆品生产加工或流通储存环节卫生状况的优劣。《化妆品安全技术规范》(2015年版)规定眼部化妆品、口唇化妆品和儿童化妆品中菌落总数应≤500(CFU/g或CFU/ml),其他化妆品中菌落总数应≤1000(CFU/g或CFU/ml)。

根据《化妆品监督管理条例》及《化妆品生产经营监督管理办法》,国家药监局要求辽宁、上海、江苏、浙江、湖南、广东、云南省(市)药品监督管理局对上述70批次不符合规定化妆品涉及的注册人、备案人、受托生产企业、境内责任人依法立案调查,责令相关企业立即依法采取风险控制措施并开展自查整改;各省(区、市)药品监督管理局责令相关化妆品经营者立即停止经营上述化妆品,依法调查其进货查验记录等情况,对违法产品进行追根溯源;发现违法行为的,依法严肃处理;涉嫌犯罪的,依法移送公安机关。(来源:人民网)

图片新闻



日前,汇川区大连路街道坪山社区1500多位“股民”领取2022年度红利共600多万元。该社区大力发展集体经济,辖区内汽车城、宾馆、酒楼等多种业态发展繁荣,集体经济蒸蒸日上。(记者 张婷 摄)



日前,新蒲新区礼仪街道新民社区开展“青春自护 平安春节”青少年寒假自护教育志愿服务活动,增强青少年自我防护意识和能力。图为辖区志愿者为青少年介绍相关知识。(记者 张婷 摄)



日前,新蒲新区新蒲街道六角井社区组织党员志愿者走访辖区现役军人家庭,为军人家属送上党和政府的关怀。(记者 张婷 摄)



春节期间,农村用火、用电量增加,余庆县消防救援大队组织志愿者和消防宣传员走村入户,为村民普及防火知识。(记者 王泰龙 摄)

健康解码

营养专家和你聊聊 不按时吃饭对身体的危害有多大

对你来说,按时吃饭是一件很难的事情吗?清晨匆匆忙忙赶去上班上课,放弃一顿又一顿早餐;加班到深夜,只能靠零食宵夜填肚子,甚至为了减肥把每天少吃一顿饭定为个性化的进餐“规律”。

2022年发布的《中国居民早餐行为白皮书》显示,2.0%的人在周一至周五的工作日从不吃早餐,这一比例在周末增加到11.3%。其中,超过半数的人表示没时间吃,26.5%的人表示不想吃早餐,15.3%的人表示没有适合的食物,另外也有8.6%的人是想控制体重而不吃早餐,还有4.5%的人是根本没有吃早餐的习惯。

时间再向前推,2019年,某外卖平台发布的《按时吃饭报告》数据显示,超过1.02亿人因各种原因无法按时吃晚饭。

不按时吃饭会对身体造成哪些影响?央视网《新闻+》栏目记者采访了北京协和医院临床营养科于康教授。

按时吃饭有多重要?

于康:现在越来越发现规律进食的重要性,它非常有利于维护肠道菌群。

恕我直言,有些朋友进食过于随性,想吃就吃,说不吃就不吃,往往违背生物钟的调节机制,长时间持续会造成肠道菌群出现明显的紊乱。

大家不要小看肠道菌群紊乱,假以时日会让你更容易发胖,导致消化吸收能力受损,还可能出现炎症因子升高,增加心血管疾病、糖尿病等慢性代谢性疾病的风险,我们没有必要冒险。

有些年轻人说无所谓,没感觉,那是你还没有累积到一定的程度。随着年龄增长,不规律的进食习惯所造成的影响就会体现得越来越明显。

我经常建议大家,定时定量,像“小闹钟”那样规律地吃饭。大家形成习惯以后,胃肠道也会比较“高兴”,因为你规律了,它也规律了,它也知道什么时间该活跃,什么

时间该休息,你就形成完整的统一体了。

轻断食减肥法值得一试吗?

于康:我是反对用轻断食法减肥,有需要的人可以在医生的指导下尝试这种方法,但是现在相当多的朋友是自己想当然地轻断食,或者是随性轻断食,这些做法都没有科学道理。其实跟不规律进食一样,它同样是有危害的。

而且这样的轻断食对于减肥没有那么好的效果,一旦断食了,还会出现反弹。还有个问题就是有些人这一顿轻断食或者今天轻断食了,第二天报复性地多吃,这样反而得不偿失。

减肥要控制总热量,不是在于饥一顿饱一顿,其实按照食物的合理配比均衡地减少1/3或者1/2,一天三餐或者多餐,按规律吃饭,总热量降下来,这样的减肥方法其实更能行稳致远。

坚持不吃早饭或晚饭,能算规律进食吗?

于康:这是假规律,或者根本称不上规律,只是一种心理上的自我安慰。

早晨是身体胆汁分泌的节律期,我们这个时候吃早饭,胆汁就可以正常排出,有利于消化。

如果不吃早饭,分泌出来的胆汁没有办法排出,它就存在胆囊里,累积时间长了会导致胆汁淤积,增加患胆结石、胆囊炎的风险。

实际上,现在很多年轻人的胆囊疾病跟不吃早饭的不良饮食习惯是密切相关的,所以,我建议大家千万别想当然。不吃早饭,对午餐的吸收率会增加30%以上。换句话说,这种不吃早饭或晚饭去减肥的做法得不偿失。

吃好每天三顿饭,这才是身体健康的基础,也是追求减重或者减少慢性病的的基础,希望大家能够遵照执行。

(来源:央视网)

小烟头大隐患

人人把好防火关,平平安安过春节

贵州省消防救援总队 宣