

我市明确今年卫生健康工作重点——

聚焦改革创新 保障群众健康

□记者 姜琰

盐城将按照“强基础、补短板、提能力、创特色”总体思路,突出改革创新、内涵提升、体系建设、便民惠民、安全稳定五个方面,办人民放心的医疗,加快推进卫生健康事业和人口高质量发展……2月11日,在2025年全省卫生健康工作会议上,我市明确2025年卫生健康工作重点。

“聚焦改革创新,在全面深化医改上求突破是首要任务。”市卫健委主任王正表示,要因地制宜学习借鉴三明医改经验,以县域医共体和城市医疗集团为抓手,坚持高位推动、资源整合、机制创新,整体提升市域服务能力。与此同时,还要聚焦补短强弱,在公立医院内涵提升上求突破。王正进一步强调道,“尤其是瞄准外转率高病种、医疗技术空白等,持续深化能力建设,加快满足群众就地医疗需求。”

此外,还要聚焦体系建设,在保障群众健康上求突破;聚焦便民服务,在健康惠民上求突破;聚焦安全稳定,在推进行业治理上求突破。未来,我市将从门诊就医、会诊转诊、妇幼保健、普惠托育、健康促进、心理健康、肿瘤筛查等方面出台一批便民惠民举措,提升群众健康获得感。

按照省卫健委统一部署,今年我市持续推进高水平医院建设,大力推动优质医疗资源下沉和区域均衡布局;紧扣“一老一小”健康服务,推动健全人口发展支持和服务体系。聚焦专家资源下沉、专科能力和管理水平提升、群众获得感增强等重点,扎实推进结对帮扶。推动三级公立医院建立稳定的巡回

医疗队伍,开展常态化县域巡回医疗和派驻服务。

持续实施“大学生村医专项计划”,优化农村订单定向免费医学专业培养专业结构。2025年,力争所有乡镇卫生院和社区卫生服务中心达到国家服务能力标准。将基本公共卫生服务人均最低补助标准提高到108元,做实做优基本公共卫生服务。积极落实家庭医生签约“六个拓展”,一般人群、重点人群签约率分别提升1至3个百分点。

国家卫健委将2025年至2027年确定为“儿科和精神卫生服务年”,计划用3年时间补齐儿科、精神卫生短板。2025年,江苏将突出儿科、精神卫生事业发展,着力强化重点人群健康服务。我市将加快建设市级儿童医疗中心;县级要进一步扩充儿科病区,同时采取人员下沉派驻、开设专家工作室和联合病房等方式,推动95%以上基层医疗卫生机构提供儿科诊疗服务。推进儿童早期发展服务向基层延伸,每个县(市、区)至少建成1家标准化儿童早期发展服务中心。完善儿童就诊高峰期应对预案,满足儿童季节性疾病高发期就诊需求。

2025年,我市将提升市级精

神专科医院能力水平,持续推进二级综合医院开设精神(心理)科门诊,推动农村区域医疗卫生中心精神卫生功能中心建设,有条件的基层医疗卫生机构开设精神科(心理科)门诊。规范组织精神科医师转岗培训,多渠道扩大精神科医师队伍。强化12356心理援助热线服务监测,做好医学心理专业咨询师培训、座席扩容、相关心理援助资源整合等工作。广泛开展心理健康讲座“进机关、进学校、进企业”行动,持续推进0至6岁儿童孤独症筛查。

同时要加强老年医院建设,2025年,我市将推动医疗机构开展适老化改造和服务流程优化,提升老年友善医疗机构建设水平。有条件的县级医疗机构通过改造现有病区、新增医养结合床位,开展医养结合服务。做深做实医疗机构与养老机构签约服务,促进医养结合服务可持续发展。

此外,还将加快推进“智慧健康”,深化省卫生健康云影像平台、检验平台应用,实现全市公立医疗机构全部接入、检查检验结果共享互认。加快发展互联网医疗服务,提高居民电子健康档案应用水平,所有县(市、区)均向居民本人授权开放电子健康档案。



健康教育

联办:盐城市卫生健康委员会
盐阜大众报业集团

协办:盐城市疾病预防控制中心

如何克服节后综合征

节后上班经常迟到,提不起精神,工作效率低,甚至有不明原因的恶心、神经衰弱等,可能是节后综合征找上门了。

节后综合征是人们在长假结束后重返工作或学习时,出现的各种生理和心理不适反应,以下是一些克服节后综合征的方法:

调整作息時間

规律作息:尽快恢复到节前的正常作息時間,每天尽量在相同的时间上床睡觉和起床,保证充足的睡眠,让身体和大脑适应规律的生物钟,缓解疲劳和困倦感。

适当午休:如果在工作或学习期间感到疲劳,可以利用午休时间适当休息一会儿,哪怕只有15至30分钟,也能让大脑得到放松。

调整饮食结构

清淡饮食:节后要注意调整饮食,避免继续食用过多油腻、辛辣和高糖的食物,多吃一些清淡易消化的食物,如蔬菜、水果、粥等,减轻肠胃负担,帮助身体恢复。

补充水分:保持充足的水分摄入,促进身体的新陈代谢,有助于排出体内的毒素和废物,缓解身体的不适症状。

调整心理状态

心理暗示:给自己一些积极的心理暗示,告诉自己假期已经结束,要尽快调整状态,投入到工作或学习中去,增强自己的心理认同感和责任感。

放松减压:可以通过听音乐、阅读、冥想、散步等方式来放松身心,缓解压力和焦虑情绪,让自己的心态逐渐恢复平静。



近日,亭湖区人民医院神经外科成功开展了首例颅内动脉瘤血流导向密网支架植入手术。针对患者的复杂病情,该院神经外科联合多学科会诊并且与东部战区总医院脑血管病中心经过反复讨论,最终决定采用新型血流导向pipeline密网支架植入术进行治疗。

该手术的成功实施,标志着该院在颅内动脉瘤介入治疗领域取得了重大突破。目前,患者陈某某已经顺利出院,恢复情况良好。

纪载 摄

盐城健康

[微信公众平台]

关注运动损伤防治



请扫码阅读