

1月份城市管理考核评价结果揭晓 经开区第一名,奖100万元

本报讯(记者 伍靖雯 通讯员 城关)根据《城区城市管理考核评比办法》,市城市管理委员会办公室发布1月份城市管理考核评价结果。

城市各区城市管理情况:株洲经开区第一名,奖100万元;荷塘区第二名,奖60万元;石峰区第三名,奖30万元;天元区第四名,不予奖励;芦淞区排末名,罚30万元。

1月份城区城市管理考核评价结果

城区	经开区	荷塘区	石峰区	天元区	芦淞区
总成绩排名及档次	第一名(合格)	第二名(合格)	第三名(合格)	第四名(合格)	末名(合格)
奖 罚	奖100万	奖60万	奖30万	不予奖励	罚30万
第一责任人	主任:曾毅鹏	代理区长:罗鹏程	区长:邹志超	区长:姚永告	区长:杨晓江
直接责任人	分管领导:李浩	分管副区长:刘必林	分管副区长:彭梁	分管副区长:谌华	分管副区长:刘正午

1月份城市五区街道、乡镇城市管理第一名及末名评价结果

城区	经开区	荷塘区	石峰区	天元区	芦淞区
第一名	学林街道办事处	茨菇塘街道办事处	响石岭街道办事处	嵩山路街道办事处	董家墩街道办事处
第一责任人	陈志勇	刘石平	周骥	唐芳	周玮
末名	龙头铺街道办事处	明照街道办事处	井龙街道办事处	雷打石镇	枫溪街道办事处
第一责任人	陈江	李正玉	张志峰	陈灿星	刘晓波

城市管理考评监督电话:28681872

株洲市人民医院提醒您: 疫情防控常态化下,老年人要做好日常防护

目前,新冠疫情防控已进入常态化,我们要如何做好自我防护?尤其是老年人朋友如何度过一个平安祥和的春节呢?株洲市人民医院老年病科主任李雯霞从居家、外出、就医等方面,为老年人的日常防护提出了建议。



▲医护人员对老人悉心照顾

① 保持乐观的心态、健康的生活方式。首先老年朋友要善于培养自己的兴趣爱好,参与一定的社交活动,比如读书看报、练字、画画、唱歌、弹琴、打太极拳等,让自己心情愉悦,生活充实。其次要学会健康的生活方式,比如保证充足睡眠,早睡晚起(寒冷季节),每天中午小憩片刻,清淡饮食,少油少盐无糖(糖尿病患者),但要保证蛋白质的摄入,每天一个鸡蛋、一杯牛奶或酸奶,适当的鱼、肉、豆制品,适当的坚果、水果,足量的蔬菜,补钙、补维生素D等。最后要坚持适当的体育锻炼,比如散步、保健操等,勤晒太阳,切忌久坐不动或者长期卧床,这样容易导致肌肉萎缩、骨质疏松,引起褥疮、坠积性肺炎等一系列严重并发症。通过以上这些综合措施,可以维持正常体重,提高生活自理能力。

② 养成良好卫生习惯。勤洗手,但老年人皮脂腺功能退化,勤洗手很容易干燥,建议将护手霜放在洗手池旁边,便于洗手后涂抹。同样的道理,不主张勤洗澡,更不适合适洗太烫的水,洗澡后涂抹护肤霜,也可选择热水泡脚,不仅活血通络,还有助于睡眠。要注意的是,糖尿病患者一定要注意水的温度和泡脚的时间,以免损伤。同时,保持居家环境清洁卫生,每天保持开窗通风半小时以上。

③ 外出时要尽量选择步行,或者搭载人数较少的交通工具。外出时科学佩戴口罩,患有心肺疾病的老年人或其他严重慢性病患者应在医生专业指导下佩戴口罩。普通棉布口罩没有防护效果,推荐优先选用医用外科口罩,次选医用护理口罩,但不建议老年人使用N95或KN95等防护口罩,这些口罩呼吸阻力较大,长期佩戴后,很容易出现胸闷、气短、憋喘等症状,严重者甚至会导致心衰。许多老年人比较节俭,可能会反复使用口罩,这样做有安全隐患,容易导致细菌、病毒存留滋生,请记住一次性医用口罩最好使用一次。外出时,在公共场所尽量保持一米以上的社交距离,尽量不要去人员密集、通风不良的场所,减少非必要的聚集性活动。出行有困难时,选择居家活动。

④ 到医院就诊时尽量选择网上提前预约挂号。株洲市人民医院实施分时段就诊,避免集中就诊,尽可能缩短就诊时间。

⑤ 患有基础疾病的老年人或严重慢性病患者,需长期服药时切记不要擅自停药,可定期去附近社区卫生服务机构就医开药,或经医生评估后可以开处方,减少就医开药次数。

虽然很多老年人患有多种疾病,全身脏器功能也有不同程度的减退,但是只要我们拥有乐观的心态,健康的生活方式,我们一样可以享受生活,延缓衰老。

(图文 通讯员 陈志梧)

相关链接

市人民医院老年病科

湖南省临床重点专科,也是市人民政府支持发展的重点学科,将按照老年病科国家临床重点专科建设。科室拥有医师11人,其中主任医师2人,副主任医师4人,主治医师4人,住院医师1人,硕士研究生3人;护士21人,其中副主任护师1人,主管护师8人。由老年病综合组、老年心血管病组、老年肿瘤疾病组、老年神经疾病组、老年呼吸疾病组、老年肾病组、老年康复组、老年骨科组、老年退变组、老年护理组、营养学组组成。长期接受湘雅医院、湘雅二医院老年病研究所、卫生部北京医院的技术指导。根据老年病的病理、生理特点在老年病及老年综合征的早期识别和诊治、老年危重症的抢救有丰富的经验。

李雯霞

株洲市人民医院老年病科主任,硕士研究生,内分泌专业副主任医师,从事临床医疗工作30余年,主攻糖尿病及其慢性并发症的诊断治疗,参与编写《内分泌代谢病学》。担任湖南省女医师协会女性内分泌疾病防治专业委员会常务委员,中华医学会株洲市代谢内分泌专业委员会副主任委员、株洲市医学会老年病专业委员会副主任委员,株洲市女医师协会常委、长沙医学院副教授,株洲市中青年知名专家,株洲市卫生人才135工程学科带头人。



(据新华社)

国家卫健委强调 对返乡群众的“乱加码”就是“乱作为”

国务院联防联控机制4日就人民群众就地过年服务保障有关情况举行发布会。国家卫健委新闻发言人米锋在发布会上强调,对返乡群众的“乱加码”就是“乱作为”。

发布会上,有记者提到,近期有的地方已经不再要求所有返回人员提供7日内的核酸检测阴性证明,但有网友反映所在地仍然存在强制隔离和居住健康监测、乱贴封条等现象,这种情况应该如何纠正?

米锋表示,在1月31日国务院联防联控机制的新闻发布会之后,一些地方很快开始调整本地的春运期间防控要求,对一些道路的交通不再是一封了之,对返乡的群众也不再是一拒了之。有的省份公开征集线索查办“层层加码”,也有一些地方对“层层加码”现象已经进行了严肃的问责和处理。国家卫健委再次重申,精准防控、科学防控至关重要,对返乡群众的“乱加码”就是“乱作为”,就是懒政。

米锋说,希望各地继续精准落实好相关措施,特别是精准落实好属地、部门、单位和个人的“四方责任”,既要落实好疫情防控的相关措施,又尽可能为人民群众减少影响,让这个春节充满温度。

米锋透露,近几天来也有一些媒体对地方一些不符合规定的现象进行了曝光。国家卫健委感谢群众和新闻媒体的积极监督。国务院联防联控机制的宣传组、综合组会一直关注这些情况,督促整改。

疫情下过年如何放心“买买买”? 疾控专家:做到这些就没问题

牛年春节临近,新冠肺炎疫情还未结束,年货还能放心“买买买”吗?近日,在国家卫生健康委员会在线访谈中,权威疾控专家支招如何科学防护、安心采买。

“采买年货倡导采取线上线下相结合的方式,避免因采购导致人群聚集。”北京协和医学院群医学及公共卫生学院执行副院长冯录召说,去商场、超市购买时要尽量错峰,避免拥挤;进出商超时要做好防护,比如戴口罩、接触一些物品后注意手卫生。

冯录召表示,在商超不乘坐密闭式电梯,保持安全距离,结账时采取二维码付款等无接触付款方式,都可以减少与人接触的机会。

购买冷冻食品会不会导致感染?“多地在冷链食品或外包装上检测到新冠病毒核酸阳性,但

延伸阅读

国家出实招 让核酸检测省时间、群众少跑腿

国家卫健委医政医管局监察专员郭燕红4日在国务院联防联控机制新闻发布会上表示,将全面推行核酸检测分时段、预约采样,充分利用信息化手段进行费用支付、信息反馈,让检测省时间、群众少跑腿。

郭燕红强调,核酸检测机构要设置专门窗口和区域,为“愿检尽检”、返乡人员等单纯进行核酸检测的群众提供采样服务,无需挂号且免收门诊诊察费。各地要向社会公开核酸检测机构名单、工作时间、工作地点等信息,便于群众查询使用。

正值春运,群众核酸检测需求不断提升。郭燕红表示,一方面要加大核酸检测供给能力,另一方面要在价格上可负担。目前,通过集中采购,有的地方核酸检测单次费用已降至80元或90元,有的地方核酸检测已免收挂号费、诊察费。

针对扩大农村地区核酸检测服务供给,郭燕红表示,将按照“乡采样、县检测”的要求在乡镇卫生院提供检测服务,同时鼓励有条件的基层医疗卫生机构建设核酸检测实验室,或配备移动检测车,开展下乡巡回检测。

(据中新社、新华社)

北京市高风险地区 再次开展全员核酸检测

2月4日,北京市大兴区天宫院街道融汇社区居民参加核酸检测取样。

当日,北京市大兴区天宫院街道融汇社区进行新一轮全员核酸检测。融汇社区自1月20日调整为高风险地区。

(据新华社)

美舰过航台湾海峡 中方随时应对威胁挑衅

针对美方称美军舰4日过航台湾海峡,外交部发言人汪文斌4日表示,中方密切关注并全程掌握美国军舰过航台湾海峡的情况。中方将继续时刻保持高度戒备,随时应对一切威胁挑衅,坚决捍卫国家主权和领土完整。希望美方为地区和平稳定发挥建设性作用,而不是相反。

(据新华网)

除特定药品外,刷医保卡 买药无需居民身份证

近日,网上将“定点零售药店提供药品服务时应核对参保人有效身份证件,做到人证相符”中提到的“有效身份证件”解读为“居民身份证”,认为参保人到定点零售药店买药需要携带身份证。国家医疗保障局医药服务管理司负责人表示,上述解读不准确,易对社会造成困扰。这里提到的“有效身份证件”指能够证明参保人参保身份的证件和凭证,包括医保卡、社保卡、医保电子凭证等。

(据新华网)

湖南芷江 获准成为“国际和平城市”

记者从湖南省芷江侗族自治县获悉,国际和平城市协会3日发布公告,湖南省怀化市芷江侗族自治县获准成为第307座“国际和平城市”。

1945年8月21日,侵华日军投降代表今井武夫在芷江与中国陆军相关高级参谋人员商定日军向中国军民投降事宜,并献交了在华兵力部署概要图,在记载着投降详细规定的备忘录上签字。芷江从此成为抗日战争受降之地。

国际和平城市协会是得到联合国正式认可的和平城市协会,由60多个国家和地区的300多个“国际和平城市”构成。

(据新华社)

(据新华社)