

市疫情防控办发布

混采管涉及的20人核检结果均为阴性

本报讯(记者 刘涛)5月31日,市疫情防控办发布消息,5月31日凌晨,杏花岭区报告1管混采(20混1)样本初筛阳性后,省委省政府、市委市政府高度重视,第一时间启动应急响应,抢抓“黄金24小时”,迅速对混采管所涉及的20人及其相关实施分类管控,开展“抗原+核酸”检测。

为进一步做好常态化疫情防控工作,织密扎牢疫情防控网,市疫情防控办提示,请广大市民不懈怠、不

侥幸,认真落实常态化疫情防控措施,养成勤洗手、常通风、分餐制、用公筷、保持安全社交距离等良好习惯,外出时要做好个人防护,定期进行核酸采样检测。如果接种新冠疫苗,切记48小时后方可进行核酸检测。

各级各类重点单位、重点场所、交

通场站、公共交通工具、文化娱乐场所、密闭场所,特别是组织开展会议培训、文艺演出、体育赛事、团队旅游等聚集性活动,要履行主体责任,做好常态化疫情防控各项工作,严格落实测温、验码、查证、戴口罩等疫情防控“四要素”,坚决筑牢疫情防控坚固防线。

甘于奉献 忠诚担当 抗疫中的一面党旗

——记小店区营盘社区卫生服务中心范昺蔚

危难时刻见真情。尤其作为一名共产党员,越是困难的时候,越应该体现出忠诚、干净和担当,以小我的付出照见大我的忠诚。4月疫情期间,我市各系统涌现出许多先进模范事迹,但还有这样一个容易被忽略的群体,他们扎根群众,与群众同呼吸共命运,作为普通党员默默耕耘、无私奉献,支撑起基层医疗系统在疫情防控中的一线堡垒。小店区营盘社区卫生服务中心42岁的范昺蔚便是其中一位。

临阵不乱 统筹规划

4月6日,中共太原市委组织部发布党员动员令,营盘社区卫生服务中心所有职工众志成城、抗击疫情。

作为办公室主任的范昺蔚更是下沉一线、主动作为,从疫情开始便奋战在前,承担预检分诊、防疫物资领

发、高速卡口保障、重点人员居家健康监测、重点人群入户采样、集中隔离场所医学观察、机场保障、对辖区医疗机构疫情防控指导等工作的综合协调,做到事情件件有部署、步步有落实。

公而忘私 主动作为

营盘街道辖区有21个社区,人口基数大、覆盖范围广,每天的重点人群入户采样人数多达三四百人。

每天早7时,范昺蔚就坐在办公桌前,根据采样名单进行人员分组、人数核对、总结上报,常常忙到晚上10时许,还要等第二天的名单下发后,安排好采样人员才能休息。

“每天的电话打到没有分钟数是

常态,累到头晕,也只是在办公室稍微趴一会儿就接着干,那段时间常要连轴转……”范昺蔚出现了急性肾痛症状仍在坚守,化验指标出现异常她还在填报表,最后在单位的坚持下,才通知她爱人将她接走就医,结果需要住院治疗。病中她依然记挂着工作,每天仍在微信工作群关注着采样物资是不是充足等问题。

一心为公 贴近群众

自参加工作以来,范昺蔚就以热情感染着周围的每个人,逐渐变成了大家的“知心姐姐”。谁有烦心事,只要跟她聊几句,烦闷立马云开雾散,哪怕不说名字,听到她爽朗的笑声,都让人立刻感觉放松。

疫情期间,好几个年轻姑娘被派驻

到集中隔离场所值守,因为没有工作经验,出现焦虑和畏难情绪。她知道后,常打电话关心姑娘们的工作情况及情绪状态。每逢单位“改善生活”,她都要给这些小姐妹送去一份。她们中有人过生日,都会收到“范姐姐”送的小蛋糕,满满的都是爱。

她舍小家 只为大家

疫情期间由于工作太忙,年幼的小女儿只能由姥姥、姥爷帮忙照看。范昺蔚每天晚上回家时孩子已经熟睡,第二天早上出门时孩子还在梦中。女儿打电话用稚嫩的声音问:“妈妈,你怎么没回家啊?多会儿回来呀?”她只是眼睛一热,哄着女儿说:“默默乖,听姥姥的话,妈妈一会儿就回去!”然后继续投入“战斗”。

她日复一日在平凡的岗位上把每一件小事做到极致,用爱心诠释党心,

用党心温暖民心,以自我的言行落实习近平总书记提出的“必须增强责任心,把初心落在行动上、把使命担在肩膀上;必须增强仁爱之心,当好人民群众贴心人”。

世上没有从天而降的英雄,只有挺身而出的凡人。因为心中有信仰,所以前进的路便有了力量。待黎明破晓,山河无恙,人间皆安时,我们携手,看繁华都市,饱嗅花香!

记者 王丹

奋斗者正青春

注意! 烟草依赖是一种病

省城首家“中医特色戒烟门诊”开诊

“医生,我有40年的烟龄,几次戒烟都失败了,有什么好方法?”“医生,我最近肺部不舒服,想戒烟,怎么戒?”5月31日是第35个“世界无烟日”,市人民医院“中医特色戒烟门诊”开诊,不少吸烟者前来咨询如何戒烟。市人民医院中医科主任、第二批山西省名中医、主任中医师王芳提醒,吸烟与很多疾病的发生有密切关系,如肺癌、慢性阻塞性肺疾病、慢性支气管炎等,而吸烟者有不同程度的烟草依赖,烟草依赖是一种慢性高复发性成瘾性疾病,需要有针对性地干预,才能实现真正的戒烟。

烟草依赖 导致戒烟难

有资料显示,我国吸烟人数超过3亿,我国每年100多万人因烟草失去生命,如果不采取有效行动,预计到2030年将增至每年200万人,到2050年增至每年300万人。

“吸烟成瘾称为烟草依赖,这是造成吸烟者持续吸烟并难以戒烟的重要原因。烟草中导致成瘾的物质是尼古丁,其药理学以及行为过程与其他成瘾性物质类似,

故烟草依赖又称为尼古丁依赖。”王芳介绍,烟草依赖是一种慢性高复发性成瘾性疾病,许多吸烟者存在不同程度的烟草依赖。烟草依赖者停止吸烟达一定时间后会出现吸烟渴求、焦虑、抑郁、头痛等戒断症状,会再度吸烟,造成戒断困难。实际上,许多吸烟者并非享受吸烟所带来的愉悦感,而是以吸烟去戒除戒断症状。

有效干预 戒断率近40%

“戒烟是一个痛苦、反复和长期的过程,需要持续进行,唯有专业的治疗和长期的努力才能提高戒烟的成功率。”市人民医院健康教育科主任郝京介绍,“戒烟门诊可以为戒烟者提供专业的指导,并可长期随访、监督和管理,解决戒烟过程中出现的不适并及时调整戒烟策略,有利于戒烟成功。”

据统计,市人民医院戒烟门诊开诊至今,共接诊1.5万余人。登

记在册戒烟者150余人,年龄40岁以上人群占85%,人群包括公务员、个体经营者、退休干部等。前来咨询的吸烟者大多伴有呼吸系统、心脑血管方面的疾病,烟龄多在20年至40年,个别患者的日吸烟量达到每日3包至5包,严重影响身体健康。经过自我调适、医生指导跟踪和家人的帮助鼓励,成功戒烟近60例,戒断率近40%。

“量体裁衣” 开出“戒烟方”

“中医认为,吸烟者属于热毒症,烟从口鼻而入,为辛热之品,长期吸烟,会灼伤津液,导致肺阴不足,形成痰和瘀。滋阴、清肺、祛痰、通络就成为中医戒烟的路径。”王芳说,“医生会根据戒烟者的体质,通过中药、针灸、耳穴刺激等中医特色疗法,为戒烟者提供个体化的戒烟方案,提高市民对烟草危害的认识,自觉主动拒绝香烟。如中药戒烟,就是在中医辨证的基础上,开具适合戒烟患者服用的汤

药,或清肺化痰、或化瘀通络、或滋阴清热。此外,还有耳穴压豆法、针刺体穴法、穴位贴敷法。”

“其实,药茶、食疗也有戒烟的功效。”王芳说,如戒烟药茶,取绿茶、薄荷、藿香、甘草各等份,白砂糖少许,水煮当茶饮服,每日8次至12次,连用2天至3天。戒烟验方,白萝卜切条或丝,陈皮切丝,加少量白糖、少量白醋拌匀,每天早上吃一小碗,吃完后会觉得抽烟淡而无味。

记者 刘涛

世界无烟日

2022年主题
烟草威胁环境

