

健康临夏

共建共享 全民健康

临夏州融媒体中心 临夏州卫生健康委 合办



临夏县“四聚焦”推动家庭医生签约服务工作提质增效

本报讯 (记者 刘刚林)今年以来,临夏县卫健系统紧盯基本医疗有保障标准,以提升群众满意度、幸福感和获得感为出发点...

聚焦提高效率,集中力量攻坚克难。制定印发《临夏县健康帮扶重点工作集中排查工作方案》...

聚焦提升质量,督导检查深入有力。按照全覆盖督查各乡镇卫生院、抽查15%的村卫生室...

州医院泌尿外科在全省技能大赛中获佳绩

本报讯 (记者 刘刚林)近日,由省卫健委主办,兰大一院承办的“全省输尿管(硬/软)镜理论知识和规范化操作技能大赛”在兰州举办...

此次比赛采用理论考试、个人操作技能、视频演示等三个环节进行。州人民医院派出的泌尿外科团队...

州中医医院大力开展健康宣传教育

本报讯 (记者 刘刚林)今年以来,州中医医院贯彻落实健康中国行动,开展了一系列健康教育与健康促进活动...

有效整合资源,助力健康促进。把健康教育工作渗透到日常医疗工作中,整合针灸、康复、儿科、骨科等优势科室医疗资源...

康乐县医院“银医通”一站式自助服务系统上线

本报讯 (记者 刘刚林)为提升医院信息化建设需求,进一步优化就医流程,改善就医环境...

近年来,康乐县人民医院紧紧围绕“以患者为中心”的服务理念,持续优化就医服务流程和服务模式...

预防接种门诊让疫苗接种更规范快捷

本报记者 刘刚林 通讯员 刘志勇

“之前需要排队、有点乱,新开设的预防接种门诊取号后,只需要等待叫号,就可以按序进行接种疫苗,方便又省心。”...

近日,记者走进预防接种门诊,首先映入眼帘的是取号机、叫号机、显示屏、服务台等数字化设备...

中心积极响应相关政策要求,加快推进数字化建设,进一步优化诊区设施布局,改善就医环境...

据了解,数字化预防接种门诊是以信息化平台为基础,将适龄儿童预防接种信息化系统和数字化管理系统进行无缝对接...

刘家峡镇社区卫生服务中心作为定点预防接种门诊,接种免疫规划疫苗和非免疫规划疫苗...

中心积极响应相关政策要求,加快推进数字化建设,进一步优化诊区设施布局,改善就医环境,提升诊疗水平...

据了解,数字化预防接种门诊是以信息化平台为基础,将适龄儿童预防接种信息化系统和数字化管理系统进行无缝对接...



创建“5A级”数字化预防接种门诊,打造儿童保健特色科室,并在“一老一少”保健治疗等方面进行探索创新...

我州100名白内障患者将获得手术费用资助

本报讯 (记者 刘刚林)9月24日,由香港心光明行慈善基金会主办的“深港复明献爱心 甘肃临夏光明行”活动在临夏爱尔眼科医院启动...

白内障是全球首位致盲性眼病,严重影响患者的身心健康和日常生活,给患者家庭和社会带来沉重负担...

的牵线搭桥下,香港心光明行慈善基金会为我州捐赠11.5万元,按照每例1150元标准对符合条件的白内障患者提供手术费用资助...

近年来,全州卫健系统始终坚持以“人民健康为中心”的发展理念,围绕综合医改、医疗服务能力提升、“互联网+

医疗健康”“一老一小”等重点工作,不断夯实基础,促改革,抓机遇,医疗服务体系、服务能力和人才队伍建设...



近日,临夏市人民医院组织省级帮扶专家和该院医务人员开展了以“口腔健康 全身健康”为主题的“全国爱牙日”义诊活动...

健康生活从关爱牙齿健康开始

本报记者 刘刚林

俗话说“牙好,胃口就好。吃什么都香,身体倍儿棒”。口腔健康是全身健康的重要组成部分...

9月20日是第35个“全国爱牙日”,今年的主题是“口腔健康 全身健康”,副主题是“关爱老年口腔 乐享健康生活”...

那么,有哪些常见的口腔问题呢,它们都是怎么形成的呢?买秀芳说,常见的口腔问题有以下6类,成因各不相同。

- 1. 龋齿:进食或受冷热刺激时,牙齿会感觉刺痛,夜间疼痛会加剧,且持续时间很长。
2. 牙龈出血:在刷牙、进食、吸吮时,牙龈的毛细血管破裂出现渗血...
3. 牙龈炎:口臭,牙龈萎缩、肿胀,

牙龈呈暗红色或深红色,在刷牙或用牙线清洁时容易出血,有触痛感。

4. 口臭:呼出的口气有难闻的异味。

5. 牙齿敏感:冷水刷牙时会有剧烈短暂的刺痛,吃冷、热、酸、甜美味时,突然牙齿酸软、咀嚼无力。

6. 牙结石:牙结石一开始是乳白色的软垢,会因逐渐地钙化而变硬。

买秀芳说,牙周病是一个渐进性的过程。随着牙周病的发生牙缝会变大,之后会出现“吃东西塞牙”...

洁,定期去看牙科。

假牙是老年人的“好帮手”,日常生活中假牙该如何清洗与保养?

佩戴假牙应保持口腔及假牙的清洁,每次进食后都要取下假牙清洗干净,并及时漱口...

那么,日常如何保护牙齿,有效预防口腔疾病?买秀芳说,维护口腔健康是防控全身性疾病的重要手段...

早晚刷牙:养成良好正确的刷牙习惯,刷牙时注意牙列外侧的清洗...

定时洁牙:洁牙可以消除口腔和牙列局部的许多致病因子,去除牙石、菌斑和烟斑...

健康饮食:少吃酸冷刺激性食物,牙齿牙龈属于较为敏感的部位,长时间在酸冷辛辣的食物刺激下...



资讯

临夏名医



文东强,康乐县妇幼保健院副院长、中医临床主任医师,甘肃省基层名中医、临夏州名中医、中华中医药学会针刀专业委员会常务理事...

从事中医临床诊疗工作36年,先后在《名医杂志》《临床检验杂志》等发表《中医诊疗技术在基层院前急救中的运用》...

擅长:内科心血管、肝胆疾病、妇科疾病、皮肤科、儿科疑难杂症的中医疗。

临夏本草漫谈

地椒



为唇形科百里香属植物百里香的地上部分。

在《嘉祐本草》始著录。《证类本草》卷十一草部下品之下载:“……出上党群(今山西长治县)其苗覆地蔓生,茎叶甚细,花作小朵,色紫白,固归茎而生。”...

地椒性味辛,温。有小毒。具有祛风止咳,和胃止吐,行气止痛的功效。用预防中暑,百日咳,咽喉肿痛,不思饮食,痛疮肿痛,湿疹,皮肤瘙痒。

现代研究表明:地椒具有对消化系统的作用,对心脏的作用。

用法 内服:煎服,9-12g;研末或浸酒。外用:研末,撒或煎水洗。

- 1. 消化不良,腹泻:地椒15g,滑石30g,甘草6g,麦芽12g。水煎服。
2. 治百日咳,喉头水肿:地椒、三颗针、车前草各8g。水煎服。
3. 治神经性皮炎:百里香适量,煎汤洗患处。

生活智慧

黑木耳

别名:木耳。性味:味甘、性平。归胃、大肠经。功效:活血化痰、凉血止血。用法用量:每次15-30g。炒食、煮食,凉拌、炖汤或研末冲服。

健康提示:木耳有抗辐射、消除自由基、抗肿瘤、抗血栓形成等功能,并具有延缓衰老等作用。可防治脑血管病、冠心病、动脉粥样硬化;可清理肠道,治肠癌下血。对血热妄行导致的血痢、血淋、崩漏、痔疮具有一定的辅助食疗作用。