

我省持续深化青少年心理健康服务

记者从2月28日河南省人民政府新闻办公室召开的河南省“实事惠民聚力谋出彩”第八场新闻发布会上获悉,2025年,青少年心理健康服务被纳入河南省重点民生实事,全省将以更高标准、更大力度、更实举措深化青少年心理健康服务。

2025年,共青团河南省委计划面向全省青少年组织不少于7000场次青少年心理健康科普、团辅活动,实现超过2.5万人次线下青少年个案咨询、超过1万人次

线上咨询,在此基础上为至少2万名重点青少年建立心理健康档案。

全省上下将聚焦重点群体,在继续为全省青少年提供普惠性心理健康服务的基础上,把更多精力放在有心理服务需求的青少年身上;计划争取公安、民政部门的支持,着重关爱留守儿童、新就业群体家庭子女、流动儿童、有不良行为和严重不良行为的未成年人等重点青少年群体,为他们建立心

理健康档案,并针对建档青少年心理健康状况持续提供心理健康服务。加强阵地建设。争取将更多工作资源注入“青翼家园”,进一步完善各功能室和与心理健康服务相关的软件、硬件设备,抓好阵地制度化建设,确保持续活跃;充分发挥河南省12355青少年服务台的智囊团、联络员、宣传员作用,探索继续延长河南省12355青少年服务热线值守时间,深化中高考减压、自护教育等品牌活

动,不断提高服务台的社会知晓度和影响力。提升服务效能。探索与卫生健康系统建立联动机制,畅通“绿色通道”,对于已经达到诊断标准的青少年,及时将其转介到专业心理诊治部门,由医疗卫生机构发挥专业作用,开展规范及时的治疗,并根据情况做好协同合作、回归保健和后续心理支持工作,做好心理服务的“后半篇文章”。

(据3月4日《医药卫生报》)

我市食品安全风险监测工作接受国家质量评价

本报讯(记者李鹤)2月26日,国家食品安全风险评估中心专家组对周口市食品安全风险监测工作进行质量评价。

专家组首先组织我市食品安全风险监测工作相关负责人召开座谈会。

会上,我市食品安全风险监测工作相关负责人详细汇报了2024年周口市食品安全风险监测工作情况。随后,专家组严格按照质量评价细则,对我市2024年食品安全风险监测工作进行了全面细致的考评。

考评结束后,专家组对我市食品安全风险监测工作给予高度评价,对考评中发现的问题提出宝贵意见。周口市疾控中心相关负责人表示,他们将采纳专家组提出的意见和建议,针对相关工作开展全面整改。在今后的

工作中,我市将严格按照国家食品安全风险监测工作方案要求,精准开展食品安全风险监测工作,加强质量控制,确保监测数据的准确性,为食品安全风险监测提供更有力的技术支持,为保障公众健康贡献力量。



近日,周口市中医院开展消防培训进病区活动,以实战演练与安全培训相结合的形式,切实排除隐患,提升医务人员的消防安全意识和应急处置能力。

记者 刘伟 摄

情绪暴躁可能是脑器质性精神障碍

本报讯(记者 郑伟元)近日,市民小李因情绪暴躁、幻听等症状到周口市第六人民医院就诊。医生诊断他患了脑器质性精神障碍。经过治疗,他的症状有所好转。

据了解,小李原本是公司出了名的“工作狂”,精力充沛,很有活力。然而,在一次出差途中,他遭遇意

外,头部受到撞击。此后,他开始变得沉默寡言,出现间歇性情绪失控,甚至频繁出现幻听,工作效率直线下降。

周口市第六人民医院中西医结合科主任张珂接诊后,通过详细的脑部检查和神经评估,诊断小李患了脑器质性精神障碍,将其收治入院。随

后,张珂使用药物控制小李的幻听症状,用情绪稳定剂调节其情绪波动,采用中药方剂帮助他改善脑部血液循环,并利用针灸疗法改善他的精神状态。经过一段时间的治疗,小李的症状有所改善。

张珂介绍,脑器质性精神障碍是指脑部受到感染、外伤、肿瘤、血管

病变等影响后,脑功能发生紊乱,进而引发一系列的精神症状。治疗脑器质性精神障碍,要使用药物控制患者的精神症状,调节其情绪,同时通过认知康复训练帮助患者恢复记忆力、注意力、思维能力,用心理治疗缓解患者心理压力,增强其应对疾病的信心。

健康周刊

警惕“心灵感冒”

春季是充满生机与希望的时节。然而,对于一些人来说,春季却可能是他们与精神疾病抗争的艰难时节。医学研究表明,春季是精神疾病的高发季节,抑郁症、躁狂症、精神分裂症等多种精神疾病在这个时期更易发作。这背后,究竟隐藏着怎样的原因呢?

从生理角度来看,春季气温回升,人体新陈代谢速度加快,内分泌活动发生变化,尤其是甲状腺素、肾上腺素等激素的分泌量增加。这些激素分泌量的波动会影响神经递质(如血清素、多巴胺等)的平衡,而神经递质失衡正是引发精神疾病的重要因素之一。同时,春季日照时间延长,打乱了人体原有的生物钟,影响褪黑素的分泌,进而干扰睡眠,睡眠紊乱又会进一步加重精神负担。

心理和社会因素也不容忽视。春季往往是人们制定新计划、设定新目标的时期,面对生活、工作中的各种压力,一些心理调适能力较弱的人容易产生焦虑、抑郁等情绪,这些情绪长期积累就可能诱发

精神疾病。此外,春节假期后的社交活动变化、工作节奏调整,也可能成为精神疾病发作的诱因。

面对春季精神疾病高发的情况,我们并非束手无策。下面为大家推荐两种简单有效的自我调节方法:

规律作息,合理饮食。早睡早起,保证充足的睡眠,有助于稳定生物钟,维持内分泌活动和神经递质的均衡。饮食上,多摄入富含维生素B、色氨酸的食物,如全麦面包、香蕉、牛奶等,这些营养物质有助于人体合成血清素,改善情绪。同时,减少咖啡因、酒精的摄入,避免刺激神经,加重情绪波动。

适度运动,放松身心。运动是缓解压力、改善情绪的良方。春季阳光明媚,不妨多参加户外活动,如散步、慢跑、瑜伽等。运动能促进身体分泌内啡肽,这种天然的“快乐荷尔蒙”可以让人心情愉悦。此外,学会放松身心也很重要,每天抽出一定时间进行冥想、深呼吸等,减轻精神压力。

(周口精神康复医院 孙伟)

婚育健康

了解泌尿症

泌尿症又称夜尿症,是指5岁及以上儿童在夜间不自主地排尿,每周至少发生两次,并持续3个月以上。其发生往往与孩子的生理、心理及环境因素密切相关。

泌尿症影响孩子的身心健康
心理健康受损。长期泌尿可能导致孩子自卑、缺乏自信心。孩子还可能因担心被嘲笑而拒绝参与社交活动。

睡眠质量下降。泌尿症可能干扰孩子的睡眠质量,导致其夜间频繁醒来,进而影响生长激素的分泌和免疫系统的发育。

学习受影响。泌尿症可能导致儿童白天疲劳、注意力不集中,进而影响学习效率。

泌尿症的治疗方法
行为疗法。家长可通过夜间训练、唤醒训练、排尿行为调整等行为疗法帮助孩子养成规律的排尿习惯,逐步改善泌尿症

状。

药物治疗。对于症状严重的儿童,可遵医嘱口服相关药物进行治疗,但需注意药物的不良反应和依赖性。

物理疗法。如膀胱训练、电刺激疗法等,可增强膀胱的储尿能力和控制能力,从而改善泌尿症症状。

心理干预。通过心理咨询、家庭治疗等方式,帮助孩子减轻心理压力。

预防胜于治疗
帮助孩子养成规律的作息习惯,有助于减少夜间泌尿的发生。鼓励孩子多吃富含纤维的食物,防止便秘,减轻膀胱的压力。晚餐宜早、宜清淡,减少睡前饮水量。鼓励孩子白天定时排尿,避免憋尿,睡前排空膀胱,以减少夜间泌尿的发生。此外,家长应给予孩子充分的理解和支持,帮助孩子减轻泌尿带来的心理压力。

(据2月28日《大河健康报》)

市中心医院

获批参与科技部重大项目

本报讯(记者 普淑娟)近日,记者从周口市中心医院获悉,在医院党委的大力支持和推动下,周口市中心医院磁共振科成功获批参与由北京邮电大学人工智能学院副院长刘勇牵头的科技部重大项目——《多模态神经影像应用平台建设及AD早期影像标记研究》,成为该项目目前全国唯一参与的市级医疗单位。

据了解,周口市中心医院将承担阿尔茨海默病(简称AD)高危人群筛选入组、多维度临床数据采集及影像标记分析等核心任务,携手顶尖科研团队共攀AD防治高峰。目前,我国60岁以上人群AD患病率超5.3%,患者年

均医疗护理费用高达13.2万元,给家庭与社会带来沉重的经济负担。通过多模态影像捕捉脑结构、功能与代谢的超早期细微变化,有利于AD防治。

此次获批参与科技部重大项目,使周口市中心医院能够以项目纵向合作单位的身份,参与构建整合神经影像、生物标记物、遗传信息的AD多模态分析平台,在开展临床科研的同时,实现“一图预警、早诊断、早干预”。周口市中心医院磁共振科将以此次国家级项目为引擎,推进磁共振临床科研的进步,以融入国家级科研项目为抓手,在提升科研能力的同时,打造区域神经退行性疾病研究高地。

市妇幼保健院

加快推进新院区项目建设

本报讯(记者 李鹤)为加快推进新院区项目建设,确保项目高质量、高标准如期完成,2月27日,周口市妇幼保健院召开加快推进发热门诊和妇产门诊病房综合楼项目建设专题会议。

会议指出,发热门诊和妇产门诊病房综合楼项目建设对于提升医院综合实力、优化医疗资源配置、更好地服务人民群众具有重要意义。各参建单位要进一步提高政治站位,强化责任担当,密切协作配合,形成工作合力,全力以赴加快推进工程项目建设。

会议公布了《工程阶段性目标实施方案》,要求各参建单位加强项目

管理,强化责任追究,科学组织施工,合理配置资源,提高施工效率,严格落实工作计划,在确保工程质量和安全的前提下,共同保障阶段性目标任务顺利完成。

最后,各参建单位相关负责人签订了阶段性目标责任书,并分别作了表态发言。他们表示将认真贯彻落实会议精神,全力支持配合发热门诊和妇产门诊病房综合楼项目建设,为项目顺利推进提供坚强保障。

据了解,周口市妇幼保健院发热门诊和妇产门诊病房综合楼总建筑面积98000余平方米,计划设置妇科专科医疗床位600张。

周口港区医院

暖心救治烧伤患者

本报讯(记者 郑伟元)近日,周口港区医院(周口烧伤医院)对沈丘县新安集镇孙楼行政村一名81岁烧伤患者进行了救治。

据悉,一个月前,该村民因厨房失火不慎烧伤右腿。由于家庭困难,他仅在当地诊所处理创面,创面不仅迟迟不能愈合,还有恶化趋势。在孙楼行政村驻村的周口市中医院职工于海洋、杨红军了解情况后,便向周口港区医院寻求帮助。

接到求助后,周口港区医院烧伤与创面修复科副主任医师、业务副院长高山带队前往该村民家中为其检查。初步检查显示,该村民烧伤面积约3%,大部分为深II度烧伤,部分创

面为III度烧伤。该村民腿部有旧伤,同时患有高血压、冠心病等基础病。

事不宜迟,高山立刻将该村民接到医院,制订针对性治疗方案,并结合他的家庭经济状况,在力所能及的范围内提供帮助,防止其因病返贫。目前,该村民正在积极接受治疗。

高山表示,此次医院与驻村干部联合对困难村民进行救助,用实际行动彰显了医院的责任与担当。于海洋说:“我们将汲取过往脱贫攻坚的宝贵经验,紧密围绕驻村工作的核心职责,积极为村民服务,为乡村振兴构筑稳固基础,确保没有村民因病致贫、因病返贫。”

太康县人民医院

深化目标管理 压实主体责任

本报讯(记者 史书杰)为提升医疗服务质量与运营效率,圆满完成2025年度各项工作任务,2月27日,太康县人民医院举办2025年综合目标管理责任书签订仪式。

仪式上,该院副院长张向东解读了《关于下发2025年度医院质量与安全管理实施方案的通知》,并就即将签订的非手术病区组、手术病区组、北院区病区组、重点部门组、医技组、门诊组等六类目标责任书内容及2025年医院医疗质量重点考核指标进行了详细说明。随后,医院各科室相关负责人依次签订并提交目标责任书。

太康县人民医院院长聂方华说,签订目标责任书是医院深化目标管理、压实主体责任、助力医院高质量发展的关键抓手。各科室要将责任细化至每一位成员,精心擘画切实可行的行动蓝图,全力以赴保障各项任务圆满完成。医院医务人员要秉持真抓实干、精益求精的态度,以创新举措推动各科室协同共进,凝聚全院之力,为实现目标任务筑牢根基。全院上下要锚定群众日益多元的健康诉求,持续提升诊疗技术水平,提升服务品质,用实际行动为人民群众的身心健康保驾护航。



健康服务热线

健康热线:1394993566 13592285505
18222960521 15538663780
电子信箱:zkrbsb@126.com