

12支代表队参赛 我市荣获社会群众组第1名

全省中医养生功法大赛决赛武汉开赛

本报讯(记者 王馨苗 通讯员 董伟峰)近日,湖北省中医养生功法大赛决赛在武汉市江滩举行,来自全省的12支代表队齐聚长江边,纷纷亮出中医传统功法的绝活,让广大群众近距离欣赏了一场中医传统养生国粹的文化盛宴。

当天,经过激烈角逐,由市卫健委、市武术协会联合组成的咸宁市社会代表队荣获湖北省中医养生功法大赛社会群众组第一名,授予“最佳表现奖”。

据悉,中医养生功法是我们的祖先在生活实践中创造并积累的非物质文化遗产,是人类养生智慧的结晶,举

办湖北省中医养生功法大赛决赛,目的是要搭建群众喜闻乐见的学习交流推广平台,推广普及中医药文化和中医养生保健知识,让更多人参与到太极拳、八段锦、健身气功等中医传统功法运动中,更好地为人民群众提供全方位、全生命周期的中医药健康服务。

市卫健委相关负责人介绍,我市将以本次活动为契机,用实际行动来弘扬“治未病”理念,传承中医药文化,推广中医养生功法,倡导中医养生方式,让老百姓有更多的幸福感、获得感,助力湖北中医药强省和健康湖北建设。

嘉鱼县疾控中心荣获全市五一劳动奖状

本报讯(记者 叶子 通讯员 刘庆 张耀辉)4月27日,我市举办庆祝“五一”国际劳动节劳模宣讲暨颁奖典礼,嘉鱼县疾控中心荣获“咸宁五一劳动奖状”荣誉奖牌和荣誉证书。

该中心工会主席黄忠文代表嘉鱼疾控走上了本次典礼演播厅的红地毯,在颁奖台上领取了奖牌和证书。

“我单位作为新冠疫情防控三年来工作突出的卫健系统代表之一,获此殊荣是我单位自成立以来的‘首秀’,得益于在中心主任童德敏的带领下,全体干部职工付出了辛勤工作的汗水,结出了光荣的劳动

硕果。”黄忠文领奖后激动地表示。

新冠疫情防控三年来,嘉鱼县疾控中心精心组织、启动预案,流调、采样、检验、消杀、后勤等防疫小分队闻令而动、向疫而行。有疫情发生时,他们全力开展各项抗疫工作。当地疫情基本消退时,他们在疫情常态化防控期间兼顾其他日常工作的同时,将疫情防控工作仍当作头等大事来抓,完成了一项又一项前所未有的疾控专业工作。

三年来,他们强化培训演练,不断提升专业疫情防控水平;他们加强疫情防控健康教育宣传,不断提高社会人群疫情

防控意识和防疫常识;他们加速建成PCR实验室,成为基层核酸检测主力军;他们彰显疾控专业特长,发挥了“疫情防控排头兵”的作用。

新冠疫情发生三年,嘉鱼全域人群由“防阳”、“控阳”向“阳康”平稳过渡,嘉鱼县疾控中心这支专业疫情防控主力军功不可没。嘉鱼县疾控中心获得“咸宁五一劳动奖状”称号后,全中心干部职工们欢欣鼓舞,他们纷纷表示,将继续发扬疾控铁人的奉献精神 and 抗疫精神,充分发挥专业优势,以更加饱满的精神状态投入今后的工作,奋进新时代,建功新征程。

2023年高校防艾基金项目名单公示

湖北科技学院“WE 爱在一起”项目组入选

本报讯(记者 叶子 通讯员 蔡子璇)近日,中国性病艾滋病防治协会2023年高校防艾基金拟资助项目名单公示,经组织专家对项目申请书进行评审,湖北科技学院“WE 爱在一起”项目组申报的“推套防艾 为爱检测”项目成功中标,成为湖北省中标的六所防艾技能提升类项目的高校之一,获得8000元资助经费。

此次活动由中国性病艾滋病防治协会主办,国家卫生健康委员会、教育部、共青团中央指导。高校防艾资助项目旨在支持全国高等院校、高职院校的学生社团开展防艾相关活动,助力全国范围内防艾工作的推进。

据介绍,湖北科技学院“WE 爱在一起”项目组以同伴教育、防艾讲座、防艾知识竞赛、暑期实践、走进社区打造“六点半3K金课堂”等方式开展青春健康教育,尽项目组所能向校内外青少年普及青春健康知识,帮助青少年拥有良好的心态去正视艾滋病以及性教育的相关问题,



减少青少年对毒品的防范意识薄弱、谈性色变、恐艾反同、防护缺乏等现象,为防艾工作贡献出项目组的积极力量。

该项目组相关负责人表示,自2016年以来,“WE 爱在一起”项目组已连续七年成功中标中艾协高校防艾基金项目,这不仅是对项目组全体成员工作成果的认可和肯定,更是一种激励与鞭策。

“高校防艾工作没有终点,项目组在未来将继续加强对青春健康同伴教育主

讲人的培养,进一步推进预防性病艾滋病的宣传教育工作,提高青少年的防范意识与能力,帮助校内外更多的青年、儿童拥有健康美好的童年和青少年时光。”该项目负责人表示,“WE 爱在一起”项目组将继续恪守“同伴教育同伴,青年影响青年”的理念,秉持着“铸科研之魂,攻公益之坚”的宗旨,以扩大青春健康影响范围为原则,继续发挥项目组的优势与特长,助力高校防艾工作的进行。

全面提升登记网络直报人员专业素质和工作水平

嘉鱼人口死亡信息登记管理培训班开班

本报讯(记者 叶子 通讯员 平璐 刘庆)4月25日,由嘉鱼卫健局主办,嘉鱼疾控中心承办的嘉鱼县2023年全县人口死亡信息登记管理工作培训班在嘉鱼疾控中心五楼会议室开班,县卫健局、县疾控中心有关领导和业务管理人员,全县14家相关医疗机构分管院长(主任)、从事居民死因监测的临床科室医生、系统网报人员共40余人参加了培训会议。

培训班特邀省疾控中心慢性病防治所副主任医师潘敬菊授课。潘敬菊就死亡医学证明(推断)书的填写、

ICD-10死因编码规则和注释进行了详细的讲解,并列出了死因监测过程中和网络系统直报工作中的一些典型案例进行分析、释疑、纠错,同时与学员们进行了热烈交流和答疑互动。

培训班还就湖北省人口死亡信息登记管理工作规范(试行)文件进行了解读,对2022年居民死因监测情况进行通报,对2023年死因监测网报工作的开展提出了要求。会议指出,要克服县直机构信息平台与网报系统对接中的难点等问题,要进一步强化临床

医生对死因监测重要性的认知,持续加强全县居民死因监测登记和网报工作管理,全面提升该县死因监测登记网络直报人员的整体专业素质和工作水平。

据悉,人口死亡信息登记管理工作是评定政府党政考核中人均期望寿命、重大慢病过早死亡率两项指标的重要依据,该项目工作所分析出的年度各项指标信息是为政府制定慢性病防控策略提供有效的数据支撑。本次培训会的召开,为进一步提升该县人口死亡登记管理工作质量打下了良好基础。

立夏养生,你准备好了吗?

五月是夏天即将开始的时候,今年5月6日为立夏日,此时天气逐渐炎热,万物繁茂,人们的生理状态也发生一定的改变。夏季与心气相通,夏季有利于心脏的生理活动。因此,要顺应节气的变化,注意养心脏,平和过度到夏季。

■早睡早起

中医认为“夏气与心气相通”,立夏养生要注意早睡早起,重视静养,起床前可以做几个舒缓小动作,有利于增强体质、延年益寿。肚脐有神阙穴,每晚睡前用食指按压肚脐5至7分钟,可敛心静气,安然入睡。

■饮食清淡

立夏饮食原则是“春夏养阳”,养阳重在养心,养心可多喝牛奶、多吃豆制品、鸡肉、瘦肉等,既能补充营养,又起到强心的作用。

■精神养生

立夏以后天气转热,人的心神易受到扰动,极易出现心神不宁。立夏养生要做到“戒怒戒躁”,切忌大喜大怒,要保持精神安静,情志开怀,心情舒畅,安闲自乐,笑口常开。还可多做偏静的文体活动,如绘画、钓鱼、书法、下棋、种花等。

■食补凉血

立夏之后血热会给人带来很多不适,气虚血热会影响人的消化功能。因此,每顿饭不要过饱,给胃留下足够的蠕动空间,还人以轻松的感觉。另外,夏季要注意凉血补气和早睡早起,以积聚阳气。

■避免贪凉

对大多数人特别是关节病患者来说,夏季应该避免贪凉,不用或适度使用空调和风扇。最好常备一件长袖衣,依外界环境随时加减衣服。(叶子/整理)

