



“刘医生,你真能,把我的病治好啦!现在,我胃口好,吃得多了。非常感谢你!”当我再次来到王老太太的家中时,她激动地说。

健康帮扶,确实需要全方位的身心照顾和个体化的健康维护。有了家庭医生,群众预防疾病、防治疾病的路上从此不再孤单。

(作者供职于永城市中医院)

村民的“代办员”

“现在是秋天了,早晚气温变化比较大,大家要注意添加衣服、饮食清淡、多喝水……”连日来,在武陟县大封镇南湖村,驻村第一书记李麦富经常提醒村民注意养生,确保身体健康,提高防病意识。“疫情防控是一个长期的工作,需要大家长期保持警惕。此时,提高村民的日常健康意识、防控意识显得尤为重要。我们村里的‘健康夜校’坚持长期开展,向村民传授保健知识、防病技巧等。”李麦富说。

对于防控疫情,李麦富有着丰富的经验。在2020年的疫情防控中,李麦富主动请缨,在武陟县集中隔离点连续工作60多天,圆满完成了组织交给的任务。今

年8月,面对新的疫情防控形势,在驻村书记的岗位上,李麦富再次挺身而出,用自己在卫生健康系统的优势和在隔离点工作过的经验,适时组织村干部和村民,迅速拉起了村里的“疫情防控网络”。

接到上级命令后,李麦富迅速动员村里的党员干部投入疫情防控工作。他和乡村医生一起走巷入户访民情,认真排查返乡人员的行动轨迹,指导医学临床观察、心理疏导和健康宣传。同时,李麦富还主动做返乡居家检测人员的生活生产所需“代办员”,告诉他们有任何需要都可以直接给他打电话,他会尽力想办法解决。利用在卫生健康系统工作的优势,李麦富协调某救援大队为

南湖村进行全方位环境消杀。同时,李麦富还带领村组干部到村疫情防控卡点值守,忍受着蚊虫的叮咬和天气的闷热,认真做好出入人员的体温检测、扫码登记等工作。

“今年的情况比较特殊,降雨比较多,给我们的疫情防控工作增加了难度。”李麦富说。8月底,天空中下着大暴雨,李麦富穿着雨衣和防疫卡点其他执勤人员依然坚守岗位,排查12辆车、21人,确保了人民群众的健康安全;第二天一大早,他又和乡村医生、村干部入户排查房屋安全隐患,在大雨中将身体残疾的村民王某从危房中背到约50米外的安全住处(如图),并为他送去米、面、油等生活用

品。李麦富说:“7月,汛期的时候,我们就对村里排查过一遍,当时也是全天候驻守、巡视。现在是疫情防控加汛期防控时期,都事关老百姓的身体和财产安全,两头都要抓,不敢有丝毫松懈。我是一名退伍军人,也是一名有32年党龄的老党员,在关键时刻肯定不能‘掉链子’,一定要确保村民的安全。”

近几天,疫情防控形势有所好转,李麦富和乡村医生通过商量对策,准备加大对村民的健康教育宣传力度,持续开展“健康夜校”,向村民传授健康知识和传染病防控知识,尽可能把传染病防治的要点融入村民的日常生活,以提高村民的整体健康素养。

(王正勤 侯林峰)

“我们信任他!”

□郭涛文/图



郭涛为患者治疗疾病

在豫西农村老百姓心中,有两种人可以尊称为“先生”,一种是传道授业的老师,一种是救死扶伤的大夫。时至今日,村民还习惯地称医生为大夫,我就是在这样的环境中成长起来的。

我家祖传三代从医,父亲是赤脚医生,诊所设在我的家里。我是在药房里长大的,由于家庭条件的关系,弟兄们多,药房就是我的“容身之所”。刚进入药房能够闻到中药的清香味儿,久而久之,我受父亲的熏陶,目睹了他用几种草根、树皮以及几根小小的银针,解除患者的痛苦,给患者带来希望的场景。大学毕业后,我随父亲在诊所从医,一干就是20多年,深得群众的信任:“郭大夫,你给我开几剂汤药吧!我的胃胀得难受。”“他治病效果好,我们信任他!”

中医药在农村已经“扎根生芽”,深受村民喜爱。中医药在慢性病调理方面,特

别能够发挥出独特优势。这几年,我时常运用药食同源这一特性,建议患者在治疗疾病的同时,辅助食用芝麻、大枣、核桃仁、黑木耳、生姜等,屡获良效。

前段时间,一位80岁的老太太得了面瘫,找我治疗,我用《杨氏家藏方》的牵正散加减方配合针灸治疗。一周后,老太太的面瘫好了,这表明中医药在治疗急危重症方面也有优势。如今,随着生活水平的提高,心脑血管疾病发病率呈上升趋势,致残、致死率高,且开始出现“年轻化”趋势。在临床上,冠心病(胸痹)比较多见,以气滞血瘀型较多,如新安县一位85岁的老先生,患了冠心病,经过服药治疗,未取得明显效果,来到诊所找我治病。我运用中医思维,采用中医疗法,用经方治疗。老先生服药数天后,其家人反应效果良好。再如一名小儿反复出现口疮,也曾服药治疗,仍反复发作。我接诊这名患儿后,用吴茱萸

研粉,用醋调配好,敷于其脚心(也就是涌泉穴)处,晚上敷药至第二天早上,持续几天,患儿痊愈了。还有一名婴儿夜啼,每到晚上就哭闹不止,我诊断其为小儿脏燥证,让其服用几剂中药后,孩子哭闹停止了,能够安稳睡觉了。我深知,中医治疗疾病只要辨证准确,灵活遣方用药,就能取得预期效果。

中医有“上医治国,中医治人,下医治病”之说,意思是上等医生能医治国家的弊病,中等医生能医治人的弊病,下等医生能医治身体的各种疾病。同时,中医不仅能治身体疾病,还注重调理心理疾病,让患者心情舒畅,从而尽早治愈疾病。总之,作为一位中医人应具备高尚的医德、良好的医术,勤求古训,博采众方,方能为群众提供更好的中医药服务。

(作者供职于洛阳市孟津区红光村卫生所,本文由本报记者刘永胜整理)

不负韶华践初心 风雨逆行显担当

——记中国人寿鹤壁淇县支公司员工韩佼

本报记者 王平 通讯员 李鹏 刘富安 王清 李怡睿

暴雨过后,总有一些义举让我们难忘,总有一些平凡英雄让我们感动。

据了解,韩佼是中国人寿保险股份有限公司(以下简称中国人寿)鹤壁淇县支公司营销发展部的一名员工,也是鹤壁市某公益救援队的一员队员。暴雨灾害发生后,他挺身而出,自发捐款捐物、积极参与公益救援工作,用实际行动温暖了灾区群众的心。

“他带来了满满的安全感”

7月21日,鹤壁遭遇大暴雨,救援工作刻不容缓。韩佼和救援人员组成抗洪抢险突击队,奔赴灾区一线。看着不断上涨的水位和不时坍塌的村里危房,他们舍生忘死,参与救援任务。

“这次真险!我又捡回了一条命,以后我要救助更多的人。”在浚县新镇镇决堤群众转移救援中,韩佼身上的救生衣不知何时被钢筋割烂,直到他和救援队把群众安全转移到安置点才发现。还有一次,韩佼突然陷入一个水流漩涡,危难之时多亏一位路人伸出援助之手,他才幸免于难。事后,他经过多方打听才得知,他的救命恩人是淇县人民医院皮科的医生,韩佼感动得热泪盈眶。

“他为受灾群众带来了满满的安全感!”这是受灾群众对韩佼发自内心的评价。7月23日,韩佼跟

随救援队奔赴浚县新镇镇侯村、牛村等地,共同救援转移被困村民1480余人;7月26日,在浚县小河镇转移救援被困村民460余人,一直忙到凌晨4时才收工;防汛抢险期间,韩佼和队员们白天黑夜不停歇地守护着群众的安全,而他们每天只睡四五个小时;转移完受灾群众,韩佼和救援队员们为了响应政府的号召,又开始在水中捕捞动物尸骸,进行街道消杀;消杀之后,大家身上都长满了红疙瘩,手脚都被水泡得白白皱皱的。面对困难,他们咬着牙用酒精、碘伏往身上涂抹,尽量减轻一些疼痛感。

很多人都理解,韩佼和救援队自备干粮、设备,积极参与抢险救援,到底图个啥?韩佼说:“啥也不图,我们只是做了应该做的事情。”据悉,北京天使妈妈慈善基金会被韩佼的大爱精神所感动,评选韩佼为“守护平民英雄”,并授予援助金2万元。

“抢险一线彰显党员本色”

韩佼的眼睛炯炯有神,始终充满着坚毅和力量,给人留下了深刻的印象!2013年,韩佼加入了中国人寿淇县支公司。作为一名有着13年党龄的共产党员,韩佼时刻把企业文化和党员身份牢记心间。

2020年,在疫情防控最关键的时刻,韩佼和中国人寿鹤壁淇县支公司的党员们积极投身疫情防控

中。在疫情防控指挥部的统一领导下,韩佼负责24小时应急值守,收集相关信息,并做好上报沟通反馈、一线轮流值班、宣传报道等工作。作为一名党员,他思想觉悟高,组织纪律性强,任何工作都积极主动,能吃苦、敢担当。在此次救灾中,韩佼和爱人看着家乡的父老乡亲受灾那么严重,经过商量后,拿出半年的积蓄采购了生活物资送给受灾群众;自驾车前往受灾群众安置点运送群众14次,并协助河北省志愿者团队把30余万元救灾物资送到西岗镇重灾区;对灾区孩子们进行心理疏导,送去书包、文具等,以减少灾情给孩子带来的心理阴影和创伤痛;韩佼在收到北京天使妈妈慈善基金会的援助金后,又立马补贴了一部分资金购置了一架热成像搜救无人机。

在韩佼看来,泡面、饮用水等物资能在较短时间内帮助一部分人,但在真正的救援现场,稀缺的主要是救援设备。有了专业的救援设备,救援人员可以长期使用设备救助更多的人。

“聚是一团火,散是满天星”

员工的情怀与担当离不开公司企业文化的浸润。“成己为人,成人达己”是中国人寿企业文化体系中的核心理念,是传承多年的文化根基。通过不断完善自我,为他

人、为社会提供更全面、优质的服务;通过成就和帮助他人,来创造自己的价值,实现自己的理想。“双成”文化是时代精神在企业内的体现与实践,是“建设国际一流金融、组织纪律性强,任何工作都积极主动,能吃苦、敢担当。在此次救灾中,韩佼和爱人看着家乡的父老乡亲受灾那么严重,经过商量后,拿出半年的积蓄采购了生活物资送给受灾群众;自驾车前往受灾群众安置点运送群众14次,并协助河北省志愿者团队把30余万元救灾物资送到西岗镇重灾区;对灾区孩子们进行心理疏导,送去书包、文具等,以减少灾情给孩子带来的心理阴影和创伤痛;韩佼在收到北京天使妈妈慈善基金会的援助金后,又立马补贴了一部分资金购置了一架热成像搜救无人机。

7月23日,为了践行金融央企责任,中国人寿宣布,通过中国人寿慈善基金会向河南省捐赠3000万元,支援河南抗击特大暴雨灾害,用于受灾地区抢险救灾和灾后重建,与河南人民共克时艰。从防汛救灾开始的那一刻,中国人寿河南省分公司以人民至上、生命至上诠释了人间大爱,公司党员群众用实际行动彰显了服务大局、服务人民的责任与担当。中国人寿河南省分公司领导深入防汛救灾一线,现场指挥调度、慰问受灾群众;公司班子成员和关键岗位人员坚持24小时值班;公司40余名志愿者奔赴郑州市十八里河农产品配送

中心,协助搬运防汛救灾物资。全省系统共计成立了14支救援队,共有277名党员配合当地政府到一线参与抢险救援工作。他们奔赴内涝地区,及时向受灾群众,特别是居住在高层的老人、儿童运送食品、水、生活用品等。

“聚是一团火,散是满天星”。韩佼是他们中的一员,是努力践行“双成”文化的一个缩影。中国人寿河南省分公司相关负责人表示,今后,中国人寿将继续发扬企业文化,不负韶华践初心,风雨逆行显担当;始终把保障人民群众的生命财产安全放在第一位,持续落实中央和中国银行保险监督管理委员会以及河南省委、省政府各项决策部署,强化基础金融服务,发挥保险保障功能,切实做好客户服务与灾后理赔工作,在两场“硬仗”中交出合格答卷,用实际行动彰显中国人寿服务大局、服务人民的责任与担当。



协办:中国人寿保险股份有限公司河南省分公司

《营养健康食堂建设指南》问答

1.制定《营养健康食堂建设指南》的目的和意义是什么?

《营养健康食堂建设指南》(以下简称《指南》)的制定以满足职工营养健康需求、促进单位食堂健康发展为出发点,以规范和指导营养健康食堂的建设为目的,指导单位食堂从组织管理、人员培训和考核、营养健康教育、配餐和烹饪、供餐服务等方面进行建设,成为单位开展营养健康管理和职工提高自我营养管理能力的有力抓手,为推进健康中国建设夯实营养健康的基础。

2.《指南》制定的依据是什么?

《指南》制定依据为《健康中国行动(2019~2030年)》《国民营养计划(2017~2030年)》相关要求。《健康中国行动(2019~2030年)》之合理膳食行动提出要“制定实施集体供餐单位营养操作规范,开展示范健康食堂和健康餐厅创建活动”,《国民营养计划(2017~2030年)》提出要“创建国家食物营养教育示范基地,开展示范健康食堂和健康餐厅建设,推广健康烹饪模式与营养均衡配餐”。

3.《指南》制定的原则是什么?

《指南》的制定遵循以下3个原则:一是科学性原则。《指南》参考国内外法规、指南、标准和有关文献资料,结合行业实际情况和专家意见,确定指南体系框架,并逐一对条款内容进行反复的专家论证,以保证科学性。二是协调一致性原则。《指南》与我国现行食品法律、法规协调一致。三是前瞻性与可行性相结合的原则。《指南》制定既考虑了营养健康食堂建设的发展,又考虑了我国目前营养健康食堂建设的现状,是当前国情、社情下前瞻性与可行性相结合的产物。

4.《指南》是强制性执行文件吗?

《指南》是指导食堂开展相关建设工作的技术性文件,不是所有食堂均需强制性执行的文件,但建设营养健康食堂应依据本《指南》。

5.其他国家是否有开展营养健康食堂建设类似的活动?

国外关于健康食堂的标准很少,《指南》制定参考了荷兰的健康学校食堂项目(The Healthy School Canteen Programme)和美国的儿童和成人照料食物项目(The Child and Adult Care Food Program)。

2015年,荷兰的健康学校食堂项目在学校的食物供应和环境支持上都做了规定,例如禁止在学校食堂售卖某些不健康的食物,把售卖甜点和糖果的自动售卖机移走,对健康的食物进行降价,食堂也提供更多的健康食物;同时倡导节约食物、避免浪费和分享食物。2016年,美国的儿童和成人照料食物项目针对儿童和成人护理机构和照料中心制定了食物营养标准,主要针对供应食物进行了规定,未涉及食堂的整体建设。

6.我国是否有开展营养健康食堂建设类似的活动?

2013年,全民健康生活方式行动国家行动办公室印发《全民健康生活方式行动方案》,其中规定了“健康食堂”的定义、考核标准和内容。2017年,江苏省疾病预防控制中心立足于本单位建设的营养食堂制定了《营养食堂创建工作方案》,并向全省机关和事业单位进行推广。2018年,中央国家机关爱国卫生运动委员会修订《中央国家机关健康食堂标准》,包括“营养和健康”等8个方面。

经研究,前期在全国范围内的营养健康食堂类似的建设主要侧重食品安全保障,在营养保障方面多局限在建设支持性环境,而在营养健康制度建设、营养指导人员配备、营养膳食供应、营养教育活动开展等方面相对不足,《指南》弥补了相关内容缺失。

7.《指南》的主要内容有哪些?

《指南》规定了建设营养健康食堂在基本要求、组织管理、人员培训和考核、营养健康教育、配餐和烹饪、供餐服务6个方面应满足的要求。

8.《指南》发布后将如何使用?

《指南》由国家卫生健康委发布并负责解释,鼓励食堂自愿参与。《指南》的发布旨在面向大众普及营养健康知识,为推进食堂营养健康转型提供技术支撑,起到了引导作用;营养健康食堂建设工作由地方各部门结合当地实际情况开展,各省卫生健康部门会同相关部门可采取多种形式推动营养健康食堂建设。

9.《指南》与《营养健康餐厅建设指南》《餐饮服务食品营养标识指南》三者之间的关系如何?

《指南》与《营养健康餐厅建设指南》《餐饮服务食品营养标识指南》均由国家卫生健康委组织制定,3个指南是相辅相成的关系;同时,3个指南在适用对象、基本内容方面又存在着不同。

在适用对象方面:《指南》适用于主体业态为单位食堂(职工食堂)的食品经营者;《营养健康餐厅建设指南》适用于食品经营主体业态中的餐饮服务经营者;而《餐饮服务食品营养标识指南》适用于各类餐饮服务经营者和单位食堂制作,并提供给消费者的食品。

在基本内容方面:《指南》主要围绕合理膳食和“三减”,规定了建设营养健康食堂满足的要求;与《营养健康餐厅建设指南》相比,《指南》在组织管理方面,对盐、油、糖使用量管理及人员培训、营养健康教育、配餐和烹饪4个方面的要求更高。按照《餐饮服务食品营养标识指南》对食堂提供的菜品进行营养标示,是《指南》对营养健康食堂建设提出的基本要求之一。

(本栏目由河南省卫生健康委员会食品安全标准与监测评估处指导)