

南关区南岭社区卫生服务中心 社区60岁以上居民免费体检通知

南岭街道居民朋友大家好：

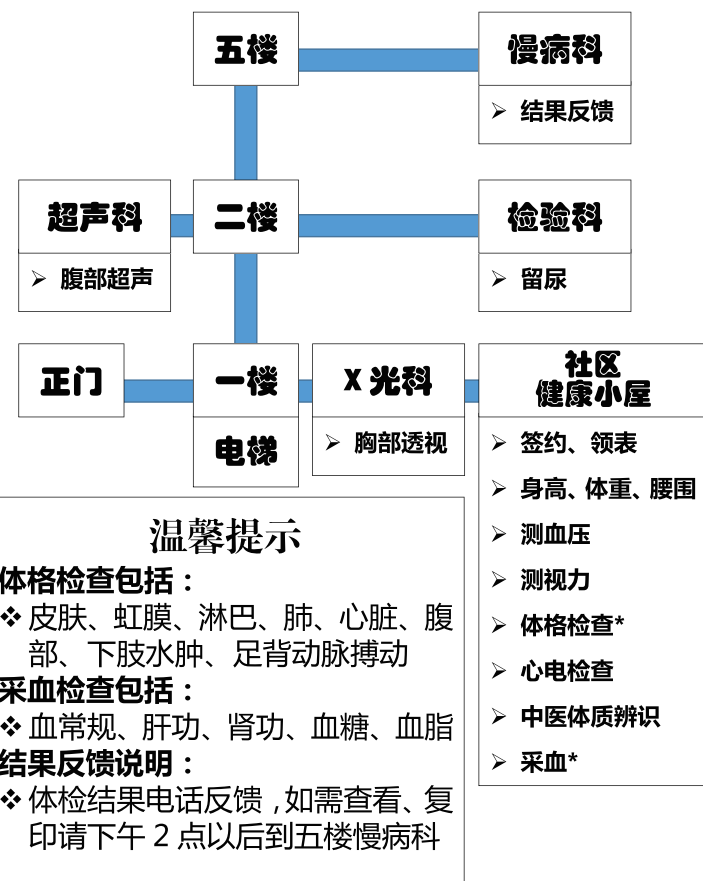
根据长春市政府相关部门规定，即日起我中心将对南岭街道（百屹、华阳、恒安）三个社区内60周岁及以上居民每年免费体检一次（体检项目包括：一般体格检查、中医体质辨识、血常规、尿常规、肝功、肾功、血脂、血糖、心电图、腹部彩超，胸部X光透视等项目）如需复查或检查规定外的项目，需自行缴费。

温馨提示：

- 1、请携带本人身份证
 - 2、空腹（糖尿病患者请自备早餐）
 - 3、高血压患者晨起按时服降压药
 - 4、行动不便者请家属陪同体检
 - 5、高血压、糖尿病及有残疾证的居民不限年龄体检
- 时间：每周一至周五上午8:00-10:00（法定假日休息）
地点：东北师范大学医学院一楼社区健康小屋
慢病科免费体检咨询电话：
85099189, 85099253, 85098195

南关区南岭社区卫生服务中心
2018年01月01日

南关区南岭社区卫生服务中心 60岁及以上居民免费体检流程



东师医疗健康导报

东北师范大学医学院 南关区南岭社区卫生服务中心 主办（内部简报） 2018年3月15日 第12期

校医院领导慰问离退休老同志

2018年春节前夕，校医院领导班子及离退休支部负责人，分别走访慰问了吴新、金世龙等21位80岁以上及因病困难的离退休老同志。代表学校、医院向他们致以节日问候，并询问了他们的身体状况和生活情况，衷心感谢老同志为医院的建设发展所作出的贡献，同时祝愿他们身体健康、阖家幸福，希望老同志继续关心医院的发展建设，多提宝贵意见。并向老同志介绍了医院近期工作情况，同时送上了慰问品和慰问金。

离退休老同志们对医院领导的关心和问候表示感谢，并祝愿医院稳步向前发展，越办越好。



春季呼吸道传染病的预防

春季是呼吸道传染病的高发季节，由于天气多变，时暖时寒，气候仍然寒冷、干燥，特别是在北方，人们经历了一个漫长的冬天，当春季来临时，人体内环境很难一下子与外界环境相适应，人体的免疫力相对低下，病菌、病毒等致病微生物趁机而入、侵袭人体，特别容易引起水痘、风疹、流腮等呼吸道传染病，同时随着气温转暖，若平时不注意锻炼，再加上室内空气不流通，很容易发生呼吸道传染性疾病的流行。

一、春季常见呼吸道传染病

1. 麻疹

麻疹是一种由麻疹病毒引起的急性呼吸道传染病，主要发生在冬春季节。凡是没有接种过麻疹疫苗，接触后90%以上均会发病，1-5岁小儿发病率最高。

传播途径：病人是唯一的传染源，病人的眼结膜、鼻、口、咽等处的分泌物（如眼泪、鼻涕、痰等）以及尿和血液中都存在着麻疹病毒。

主要症状：麻疹的潜伏期为10-11天，开始时症状像感冒，但同时出现眼红、眼皮水肿、流泪、怕光、打喷嚏、咳嗽等更严重的症状。第4天起从耳朵后面开始出现玫瑰色的斑丘疹，2-3天内皮疹遍及全身，随后疹退，脱屑。其他症状也逐渐消退。

易感人群：人群普遍易感，多见于婴幼儿，但近年来由于麻疹疫苗的广泛接种，发病年龄有后移趋势。

预防措施：尽量减少和患者及其患者家

属接触是预防麻疹的关键。做好保健工作，按时接种麻疹疫苗，室内空气流通，流行季节少到公共场所，锻炼身体，增强抗病能力。

2. 水痘

水痘是一种由水痘带状疱疹病毒所引起的急性传染病。水痘患者多为1-14岁的孩子。在幼儿园和小学最容易发生和流行。虽然水痘属于急性传染病，但通常比较温和，不会引起严重的并发症。

传播途径：水痘主要通过飞沫经呼吸道传染，接触被病毒污染的尘土、衣服、用具等也可能被传染。

主要症状：水痘病毒感染人体后，经过大约2周的潜伏期，患者可出现头痛、全身不适、发热、食欲下降等前期症状，继而出现有特征性的红色斑疹，后变为丘疹、再发展为水疱、常伴有瘙痒，1-2天后开始干枯结痂，持续一周左右痂皮脱落。皮疹躯干部最多，头面部次之，四肢较少，手掌、足底更少。

易感人群：人群普遍易感。常见于2-10岁的儿童，一次发病可终身获得较高的免疫力。

预防措施：接种水痘疫苗是最有效、最经济的预防措施。流行期间小孩子不去人多的公共场所，经常开窗通风等也很重要。

3. 风疹

风疹是由风疹病毒引起的急性呼吸道传染病。

传播途径：传染源主要是病人和先天性

风疹的患儿，病人鼻咽部分泌物（如鼻涕、痰等）、血及尿中均带有病毒，主要经空气飞沫传播，一年四季均可传染得病，以冬春季为多。风疹病毒还可通过胎盘感染胎儿，如果孕妇在怀孕期间感染本病，可导致胎儿畸形。

主要症状：以低热、上呼吸道轻度炎症、全身散布红色斑丘疹及耳后、枕部淋巴结肿大特征，若孕妇在妊娠早期感染风疹可能导致胎儿先天畸形。

易感人群：好发于1-5岁儿童，育龄妇女；成人偶见感染。

预防措施：风疹的预防与麻疹、水痘等出疹性传染病不同，其对象不仅仅是儿童，同时还应当包括育龄妇女。预防风疹最可靠的手段是接种风疹疫苗。在春季风疹高发期，尽量少带儿童到人群密集的场所，如商场、影院等地，避免与风疹病人接触。孕妇尤要当心，以免感染而殃及胎儿。保持室内开窗通风，空气流通，增加户外活动，加强体育锻炼，讲究个人卫生。

4. 流行性腮腺炎

流行性腮腺炎简称腮腺炎，亦称“痄腮”，是一种通过飞沫传播的急性呼吸道传染病。冬春季节容易发生，多发生于儿童。

传播途径：病人是唯一的传染源，主要通过飞沫传染，少数通过用具间接传染，传染性强。

主要症状：本病大多数起病较急，有发热、畏寒、头痛、咽痛等全身不适症状。患

（下转第3版）

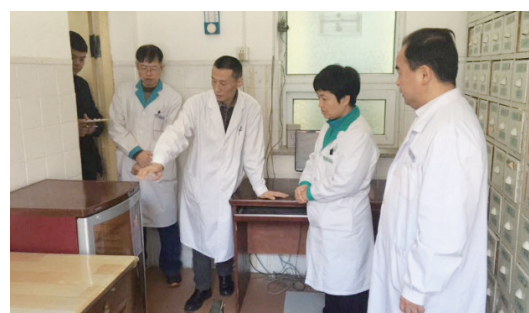
王占仁教授为校医院全体职工解读党的十九大报告

为了广泛深入地学习党的十九大报告，使校医院职工准确理解、领会党的十九大报告的精髓，2018年新年伊始，校医院邀请我校社科处处长、博士生导师王占仁教授，为我院全体职工做了一场题为“新时代认识和思考”的报告。

王老师结合自身的学习和研究，从新时代的新依据、新思想、新核心三个方面，引经据典，深入浅出地为我们解读了习近平新时代中国特色社会主义思想，理论分析深入透彻，佐证资料详实丰富，语言表述通俗易懂，受到我院职工的欢迎和赞誉，也让我院职工对党的十九大报告有了更深入的理解和认识。



校医院开展消防安全专项检查



为深入推进冬春火灾隐患排查防控工作，彻底消除火灾隐患，杜绝火灾事故发生，校医院分别于1月21日和3月5日，由院领导带领办公室负责人、安全检查员、消防监管员等相关职能人员，对全院科室进行了消防安全排查，以保证寒假

和“两会”期间安全稳定。

检查组围绕疏散通道、消防设施、特种设备、违规用电、易燃易爆危险品管理等内容，深入科室，现场排查，并认真询问相关的安全问题，明确各重点部位、重点岗位人员的责任，重点排查了易存隐患的部门和环节，现场提出隐患的整改措施。

各科室高度重视、积极配合，对检查中发现的问题建立台账，并立即采取积极有效的整改措施，限定整改期限，认真落实责任，坚决防止安全事故的发生。

通过安全生产专项检查，进一步落实了消防安全主体责任，严格日常监督管理，健全完善消防安全隐患排查、责任落实与追究制度，坚决遏制事故的发生，保障安全生产形势稳定，确保了医院各项工作的顺利开展，为患者营造一个良好、稳定、和谐的就医环境。



春季用药的注意事项

春季时节，是消化内科、神经内科、皮肤科、耳鼻喉科、眼科用药的高峰期，而患者在用药时候应该注意五个方面，养成正确的用药习惯。

一、服药方法有讲究

80%以上的药物都是口服，口服前要洗净双手。

倒一杯200ml左右温开水（抗生素宜凉开水），先喝一口水，润润喉咙和食管。把药含入口中，抿一口水将头向后仰，将药与水同时咽下，紧接着将剩余的水喝完。服药后不要马上躺下，最好站立或走动一分钟，以便药物完全进入胃里。

切忌服药时不喝水，或者喝水太少，这样药物就容易粘在食管上慢慢的溶化，有些药的刺激性很强，会导致食管发炎，产生溃疡，甚至穿孔。

二、服药时间有讲究

冬春季是高血压病的高发季节。人体的血压正常情况下是晨起6点的时候血压逐渐升高，至8-9达到高峰，然后逐渐下降，到下午四点再逐渐升高，至下午六点左右达到高峰，之后逐渐下降，凌晨两点到四点血压达低值。

长效降压药：最好是选择晨起空腹的时候服用，时间以6到7点为宜，每天服用一次即可。一般药品说明书都会交待如何服用。

中效或者短效：每天服用两到三次，服用两次的按早餐前和晚餐前一小时服用，服用三次的根据自己血压变化情况来选择服药时间。

□ 白天服药的时候安排在血压高峰期前的一到两个小时，所以一般选择晨起后服用。

□ 晚上服药时间最好是七点前，不要到睡前服用，因为晚上通常血压都会出现下降，如果晚上服药会出现血压大幅波动，容易因为血压降低而出现脑梗塞等意外情况。除非是特殊情况，晚上血压不降反升，这种情况可以选择睡前服药。

三、吃饭与吃药有顺序

需饭前服用的药物：抗酸及治疗胃炎的药物，如氢氧化铝、胶体果胶铋等；胃肠解痉药（胃复安）和胃动力药（吗叮啉）在饭前服用，可使药物疗效增强。

需饭中服用的药物：降糖药拜唐平，与第一口饭一起嚼碎服用，才能更好的降低血糖；胰酶、乳酶生在餐中促消化的作用强；降血脂药立普妥和之乐，餐中服用吸收好；降压药达利全，餐中服用吸收慢，减少体位性低血压副作用的发生。

需饭后服用的药物：大多数口服药物都是饭后至少一刻钟后服用。

四、皮肤用药前先清洗

用药前，首先要清洗患部。对于痂皮，应先消毒或用食物油软化后拭去；对脓性分泌物多的患处，应先用生理盐水清洗，然后涂药；皮损处若见直径大于0.5厘米的水疱，要以消毒空针筒抽出内容物，保留疱壁；有毛发的部位用药前，应先剃去毛发，然后再上药。

皮肤病用药时间和次数也有讲究。药水和洗剂容易因挥发而降低疗效，用药次数相对要多一些；混悬剂用前先摇匀，一日涂多次。酊剂、软膏作用持久，每天早晚各用1次即可。

五、眼药不能滴在角膜上

很多人的工作中都需要使用电脑，容易出现眼睛疲劳、视力减弱、视野模糊等症状，因此需要使用一些缓解眼部疲劳的眼用制剂。

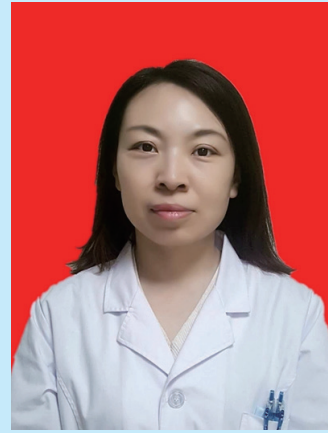
点眼药前，首先要将双手清洗干净。可以采取坐位（半仰卧在床上），头稍后仰，眼视头顶方向，轻轻将下眼睑提起，使眼球与下眼皮之间形成一袋状（称下穹隆）。点药时注意：眼药瓶垂直向下，距离眼睛2至3厘米，将药水滴入眼袋内（不能直接滴在角膜上），然后轻轻闭上眼睛2至3分钟，同时压迫泪囊部（在靠近鼻梁的眼角内），使药液在结膜囊内充分弥散，达到较好的治疗效果。

另外，滴眼时一次滴一滴足够了，多滴并不提高疗效，因为下穹隆只能装下30微升的药液。

感染科简介

东北师大医院感染科主要负责在校学生传染性疾病的诊治工作，同时负责传染病疫情的报告及传染病知识宣传普及工作。

感染科现有医护人员2名，其中副主任医师1名，主管护士1名。科室设置了肠道传染病和呼吸系统传染病两个病区，共有病床12张，为患传染病的学生提供隔离治疗服务。发热门诊、肠道门诊及处置室单独设置。能及时切断传播途径，确保每位学生都能得到有效的治疗。防止传染病播散。



郭巍巍：副主任医师，毕业于白求恩医科大学临床医学系，擅长内科及感染科常见病、多发病的诊疗。



鞏丽杰：主管护师，毕业于北华大学护理学院，现任感染科护士。

（上接第2版）

吉林大学第二医院肿瘤防治中心、吉林省人民医院、吉林省肿瘤医院。

（2）恶性肿瘤化疗：吉林大学第一医院、吉林大学第二医院、吉林大学中日联谊医院、吉林大学第一医院二部、吉林大学第二医院肿瘤防治中心、吉林省人民医院、中国人民解放军第二〇八医院、吉林省肿瘤医院、长春中医药大学附属医院。

（3）血液透析：吉林大学第一医院、吉林大学第二医院、吉林大学中日联谊医院、吉林大学第一医院二部、吉林省人民医院、中国人民解放军第二〇八医院、吉林省前卫医院、长春中医药大学附属医院、长春市中心医院。

（4）腹膜透析：吉林大学第一医院、吉林大学第二医院、吉林大学中日联谊医院、吉林大学第一医院二部、吉林省人民医院、中国人民解放军第二〇八医院、吉林省前卫医院、长春中医药大学附属医院、长春市中心医院。

（5）结核病抗结核治疗：长春市传染病医院。

（6）移植术后抗排斥治疗：吉林大学第一医院、吉林大学第二医院、吉林大学中日联谊医院、中国人民解放军第二〇八医院。

（7）精神分裂治疗：中国人民解放军第二〇八医院、长春市第六医院。

违规规划卡业务

一、申请条件

参保人死亡后他人违规规划卡、离休干部去世他人违规规划卡、异地就诊期间本地存在就诊记录的参保人员。

二、所需材料

1. 普通人员及离休人员：他人（指参保人去世后违规规划卡的当事人）出具情况说明、单位出具调查情况说明；

2. 异地就诊人员：他人出具的情况说明。

三、办理时间

法定工作日（周三、周五下午除外）。

（上接第4版）

者一侧或双侧耳下腮腺肿大、疼痛，咀嚼时更痛。并发症有脑膜炎、心肌炎、卵巢炎或睾丸炎等。整个病程约7-12天。

易感人群：多见于5到15岁的儿童和青少年。一次感染后可获终生免疫。

预防措施：及时隔离患者至消肿为止。接种腮腺炎疫苗。

5. 肺结核病的防治
结核病是由结核杆菌侵入人体引起的一种严重危害人类健康的传染病，最常见的在肺部，称为肺结核。肺结核的主要症状为咳嗽、咳痰、咯血，此外，长期低热、胸闷、盗汗、乏力、食欲减退、体重减轻等为肺结核的其他常见症状。

（1）连续咳嗽咳痰两个星期以上（或者

痰中带血）有可能得了肺结核，应尽早到结合防治所去看病。

（2）在结合防治所检查和治疗肺结核病都有免费的政策。自费的费用符合条件部分，可享受合作医疗40%的报销比例。（针对个别地方）

（3）肺结核病人应在医生的直接链接观察下坚持吃药（至少要连续吃药6个月以上），直到完全治好，不能间断。痰检阳性病人、患者家属密切接触者，应及时接受筛查。

（4）结核病人咳嗽咳痰时带出的飞沫中可能含有结合杆菌。大家都应该养成良好的卫生习惯，咳嗽打喷嚏要避免他人。

二、预防要点

1. 在人群聚集场所打喷嚏或咳嗽时应用

手绢或纸巾掩盖口鼻，不要随地吐痰，不要随意丢弃吐痰或揩鼻涕使用过的手纸。

2. 勤洗手，不用污浊的毛巾擦手。

3. 双手接触呼吸道分泌物后（如打喷嚏后）应立即洗手或擦净。

4. 避免与他人共用水杯、餐具、毛巾、牙刷等物品。

5. 注意环境卫生和室内通风，如周围有呼吸道传染病症状病人时，应增加通风换气的次数，开窗时要避免穿堂风，注意保暖。衣服、被褥要经常在阳光下暴晒。

6. 多喝水，多吃蔬菜水果，增加机体免疫能力。

7. 尽量避免到人多拥挤的公共场所。

省医保业务解读

个人账户提取业务

一、申请范围

跨省异地安置退休人员及参保缴费单位长期驻外地工作的参保人员，其异地就医待遇生效期间，门诊医疗费用暂不能直接结算的，经本人申请，可到参保地医疗保险经办机构办理提取个人账户余额。

二、所需材料

1. 居住地医药机构有效票据；
2. 参保人医保卡；
3. 报销本人或经办人的银行借记卡（全国范围内的中国银行卡或长春市内工商银行、建设银行、农业银行）；
4. 报销本人身份证复印件；
5. 经办人的身份证原件和复印件；
6. 由单位经办人办理的，需同时提供单位授权委托书（省医保局网站 www.jlyb.gov.cn 下载，加盖单位公章）；由代办人办理的，需同时提供个人授权委托书（省医保局网站 www.jlyb.gov.cn 下载）；若报销本人死亡，必须提供单位授权委托书。

三、办理时间

法定工作日（周三、周五下午除外）。

四、办理地点

省直医保经办服务大厅（长春市亚泰大街3336号金业大厦）。

五、办结时限

即时办结。

六、联系方式

0431-88690557。

七、注意事项

1. 个人账户提取额依据参保人提供的异地就医待遇生效期间票据总额核定。
2. 受理之日起5个法定工作日内到账。
3. 提取金额不得超过参保人医保卡中个人账户金额。

门诊特殊疾病业务

一、申请条件

恶性肿瘤放疗、恶性肿瘤化疗、血液透析、腹膜透析、精神分裂症治疗、结核病抗结核治疗、移植术后抗排斥治疗。

二、所需材料

1. 《吉林省省直医疗保险门诊特殊疾病申请表》（在选定就诊医院的医保科（办）网上申报、打印，加盖单位公章）；
2. 近期住院病历的复印件；如未住院提供门诊病历（加盖有效印章）；
3. 注明详细诊疗方案的诊断书；
4. 参保人小二寸近期免冠照片一张；
5. 参保人医保卡；
6. 经办人身份证原件和复印件。

三、办理时间

法定工作日（周三、周五下午除外）。

四、办理地点

省直医保经办服务大厅（长春市亚泰大街3336号金业大厦）。

五、办结时限

即时办结。

六、联系方式

0431-88690557。

七、注意事项

1. 特殊疾病业务审核通过后，申报人领取特殊疾病门诊专用处方本，并认真填写后由省医保局加盖有效印章方可生效。
2. 须在选定医院门诊治疗，门诊特殊疾病按照住院待遇报销，全年只交纳一次付钱。
3. 如您需要变更所选定的定点医院，请于每年1月份到新选定的就诊医院医保科（办）重新进行网上申报，并携带《吉林省省直医疗保险门诊特殊疾病申请表》（新选定就诊医院的医保科 <办> 打印）、病历、新选定医院诊断书和《吉林省省直医疗保险特殊人员（慢性病）门诊处方本》到省直医保经办服务大厅办理；变更诊疗方案视同新办。
4. 医院范围

（1）恶性肿瘤放疗：吉林大学第一医院、吉林大学第二医院、吉林大学中日联谊医院、

（下转第3版）

本报编辑

主 编：方岱敏

副 主 编：吴思杰

执行编辑：刘冬霖

责任编辑：

方岱敏

程 宽

王桂霞

崔保菊

美术编辑：何树帛

联系电话：85099646

邮 箱：

liuds941@nenu.edu.cn