

卫健专刊

主办单位：德阳日报社
德阳市卫生健康委员会

协办单位：德阳市第三人民医院
德阳市中西医结合医院
德阳市精神卫生中心

专刊热线：13890269026

健康教育园地

话说白内障

危险因素

年龄增长:就像头发会变白一样,眼睛的晶状体随年龄增长出现浑浊是自然老化过程,这说明眼睛已经陪伴您经历了丰富的人生旅程。

环境因素:紫外线辐射长期暴露会加速晶状体老化,如高原地区白内障发病率高于平原地区。

慢性病影响:眼睛是心灵的窗口,也是洞察全身疾病的窗口,糖尿病、高血压等慢性病会破坏眼内微环境,从而导致白内障的发生。

不良习惯:吸烟、酗酒、滥用激素类药物等不良习惯,也会增加患白内障的风险。

预警信号

一旦出现以下症状,要提高警惕,尽早就医。

视力渐进性下降:看东西像隔着毛玻璃、“雾里看花”,且无法通过戴眼镜改善。

眩光与重影:夜晚灯光周围出现“光晕”,夜间车灯呈星芒状、视物呈双影。

老花眼“反转”:原有老花眼的症状突然好转,不戴老花镜也能看清近处的字或者物体,实则是白内障引起的屈光变化。

对比敏感度下降:如难以辨认灰色台阶边缘,患者在高空频率上的对比敏感度明显下降。

色彩感知异常:这是核型白内障的症状之一,常表现为蓝色系色觉异常,这是因为变性的晶状体会选择性吸收更多短波长的蓝光,因此患者看蓝色物体时,由于蓝光被吸收,视觉上就会觉得蓝色物体颜色改变。

注意! 通过自我检查可以发现白内障。具体方法是使用手机后置摄像头,在明亮环境或者在暗室中打开闪光灯,观察瞳孔区,出现发白或发黄提示白内障可能。

防控方法

虽然老年性白内障不可避免,但可通过养成以下这些日常习惯延缓进展速度。

防晒护眼:户外活动时,戴防紫外线太阳镜,减少晶状体损伤。

控制慢性病:控制血糖、血压,降低代谢性白内障风险。

健康饮食:多摄入富含维生素A、抗氧化剂的食物,如胡萝卜、蓝莓。

定期检查:40岁以上人群建议每年进行一次眼底检查,高危人群(如糖尿病患者、高度近视者)需缩短筛查周期,若发现早期症状,可通过药物缓解不适,但须严格遵医嘱。

艾眉

医疗保障法草案公布并征求意见

日前,全国人大常委会公布了《中华人民共和国医疗保障法(草案)》并向社会公开征求意见,公众可登录中国人大网或国家法律法规数据库提出意见。

在医疗保障体系框架方面,《草案》明确,鼓励无雇工的个体工商户、未在用人单位参加职工基本医疗保险的非全日制从业人员以及其他灵活就业人员参加职工基本医疗保险。基本医疗保险为参保人员提供公平适度的待遇保障,待遇标准由省、自治区、直辖市人民政府医疗保

障行政部门、财政部门指导统筹地区人民政府医疗保障行政部门、财政部门按照国家规定确定。

在医疗保障基金运行管理方面,《草案》规定,基本医疗保险基金管理遵循以收定支、收支平衡的原则,确保基金稳定、可持续运行。发生重大传染病疫情等紧急情况时,国务院医疗保障行政部门在听取国务院卫生健康、中医药、疾病预防控制、工业和信息化等部门意见的基础上,可以会同国务院财

政部门提出对基本医疗保险基金支付范围的临时调整方案,报国务院批准后实施。

在优化医疗保障服务方面,《草案》提出,国家建立健全医疗保障公共服务体系,规范统一医疗保障公共服务事项清单,提高服务标准化、规范化、便利化水平,实现医疗保障公共服务城乡全覆盖。医疗保障行政部门、医疗保障经办机构建立健全基本医疗保险、补充医疗保险、医疗救助等相衔接的医药费用直接结算机制,完善异地就医医药费用直接结算制度,提升结算

效率。

在强化监督管理方面,《草案》规定,任何单位和个人对违反医疗保障法律、法规的行为有权进行举报、投诉。医疗保障行政部门、税务部门、医疗保障经办机构等应当畅通举报、投诉渠道,对属于职责范围的举报、投诉,应当依法处理;对不属于职责范围的,应当书面通知举报人、投诉人并移交有权处理的部门、机构处理。

本报综合报道

市人民医院在中国医院院长年会分享管理经验

本报讯 6月27日至29日,以“新现实下的守正与创新”为主题的第十九届中国医院院长年会在重庆召开。德阳市人民医院党委书记麦刚、工会主席兼工信息部主任谢贤凯受邀参加会议,分享来自地级市三甲医院的管理管理经验。

中国医院院长年会由《中国医院院长》杂志、中国医院院长网、中国医学科学院北京协和医院等单位联合主办,是中国医院管理的行业年度盛会。以“新现实”为幕,守正与创新共舞,

来自全国各地的上千名医院管理者齐聚,共谋行业发展新篇章。

麦刚在“借力‘单科评价’重塑专科能力”焦点论坛上作《专病中心建设体会》主题演讲,并在“高质量发展向‘新’而行”焦点论坛上作了《学科融合专业细分》主题演讲。他总结该院十年的重症胰腺炎中心建设经验,同时还分享了医院按照国家卫健委《全面提升医疗质量行动计划》(2023—2025年)、“打破传统学科划分和专业设置,以多学科协作为基础,探索专病中心

建设,为患者提供重大疾病诊疗一站式服务”的要求,结合第五代医院建设的地级市医院消化疾病中心建设经验。此外,他还受邀主持了“逐鹿专病中心建设”焦点论坛。

在“打破围墙智慧医院建设再升级”创想空间论坛上,谢贤凯作了《智慧物流的规划与实践》主题演讲,对现代医院物流系统进行全面的对比分析,并分享了该院覆盖院内外,气动物流、AGV机器人物流、轨道物流和无人机低空物流相结合的智能化物流体系建设经验。

周威

市第二人民医院在岷山路小学举办健康知识讲座

本报讯 为科学普及感冒防治知识,帮助少年儿童树立正确健康意识,养成良好卫生习惯,进而筑牢校园健康防线,德阳市第二人民医院关工委、儿科联合德阳市岷山路小学,于日前为岷山路小学三年级学生带去了一场生动有趣的“预防感冒 守护健康”健康知识讲座。

“小朋友们,你们知道感冒病毒是怎么‘偷袭’我们的吗?”讲座上,该院儿科主治医

师李民珉用活泼的语言,结合卡通图片和互动问答,详细讲解了感冒与流感的区别、传播途径、常见症状以及科学预防方法,并特别强调预防感冒要从日常小事做起。他还现场示范“咳嗽礼仪”和“七步洗手法”,孩子们纷纷伸出小手跟着练习,现场气氛热烈。“我要把今天学到的知识教给爸爸妈妈,让他们也少生病!”讲座结束后,一名孩子兴奋地说道。

梁依文

广汉市人民医院组织干部职工观看警示教育片《叩问初心》

本报讯 为深入贯彻落实全面从严治党、中央八项规定精神学习教育,加强党风廉政建设,强化对全院党员、干部职工的廉洁教育,准确把握新形势、新要求,发挥身边典型案例的警示教育作用,近日,广汉市人民医院党委组织全院临床、医技和行政后勤等部门共计1200余人,以“学习工作两不误”为原则,采取滚动播放、观看人员自由选择场次的方式,分6天12场观看了

警示教育片《叩问初心》。

《叩问初心》中的系列腐败案件触目惊心,其中还涉及有该院去年被查处的1名副院长和1名中层干部。该院干部职工看到曾经的同事因收受回扣、滥用职权而身陷囹圄的画面时,现场一片寂静,忏悔者的泪水与铿锵的声响敲打着每个人的心灵。大家观看后纷纷感慨,身边人的案例是一堂生动的警示教育课。

该院党委负责人表示,教训深刻、局面紧迫,组织安排此次警示教育专题活动,目的就是要把纪律规矩喊响叫明挺在前面,让党纪、法规入脑入心,最大限度体现组织关心关爱,让干部职工少走弯路、不走邪路、不坠入不归路。医院党委将坚定牢牢管党治党政治责任,严明作风纪律,激励担当作为,持续营造良好政治生态和发展环境。

薛彦彦

绵竹：李子满枝头 采摘乐趣多

本报讯 眼下,绵竹市广济镇云盖村的李子陆续进入采摘期,漫山遍野的李树缀满果实,勾勒出一幅生机勃勃的丰收图景。

盛夏时节,漫步云盖村李子园,连绵起伏的李树林郁郁葱葱,枝繁叶茂。翠绿的枝叶间,一颗颗饱满圆润的李子晶莹剔透,在阳光的照耀下闪烁着诱人的光泽。清风徐来,空气中弥漫着清甜馥郁的果香,令人心旷神怡。三三两两的游客穿梭于果树之间,或踮脚采摘,或驻足品尝,惬意地体验着采摘的乐趣。

“我刚尝了一个李子,果肉香甜爽口。周边配套有游乐设施、特色农家乐和精品民宿,既能解决用餐需求又能休闲放松,来这里游玩太开心了。”来自成都的游客付娟满意地说。

云盖村拥有得天独厚的自然条件,肥沃的土壤和充足的阳光为李树生长提供了适合的环境。目前,全村李树种植面积达20余亩,主要有凤凰李、大红李、五月脆和茵红李4个优质品种。其中,大红李以果型饱满、色泽红润、甘甜多汁见长;凤凰李则因其风味独特,成为游客最青睐的品种。

“我们的李子从6月30日进入采摘期,持续至8月中旬,目前每斤售价为5元。”据云盖村有关负责人介绍,今年李子成熟期恰逢暑期旅游旺季,预计7月下旬至8月初将迎来采摘高峰期。为提升游客体验感,云盖村正抓紧时间完善基础设施、增设休息区等。同时,农技人员会定期指导果农科

学种植,确保李子品质持续提升。

近年来,云盖村立足当地资源优势,将生态水果产业与乡村旅游深度融合,走出了一条特色产业发展之路。科学规划种植了柿子、杨梅、桑葚、李子等特色水果100余亩,形成了“四季有果、月月可采”的产业格局。通过打造特色采摘体验项目,吸引了大量游客前来观光游玩,有效拓宽了村民的增收致富渠道,为乡村振兴注入了新动能。

通讯员 周韵 牟文

进一步深化农村改革
推进乡村全面振兴

什邡市发改局：启动“党建+”效能引擎 注入强劲红色动能

本报讯 近年来,什邡市发改局坚持党建引领全局,积极构建“党建+”工作机制体系。通过强化党建工作的引领带动作用,不断拓展党建工作的覆盖维度,持续激发党员干部的内生动力与创新活力,为发展改革领域各项工作注入强劲的“红色动能”。

党建+理论铸魂,夯实思想压舱石。坚持以政治铸魂为抓手,通过“学习+测试”齐头并进,深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,全面贯彻落实党的二十大和二十届二中、三中全会精神,深刻领悟“两个确立”的决定性意义,增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”。今年以来,召开党组理论学习中心组集中学习会议4次,干部职工会议6次,机关支部专题学习会议9次。持续开办好“2个课堂”,截至目前,开展“发展改革大讲堂”4期,开展“党员测试小课堂”4期,

促进全系统干部职工吸收新知识、开拓新思路。

党建+经济脉动,擘画发展全景图。充分发挥党员突击队作用,强化“周监测+月分析+季研判”机制,坚持经济运行分析研判,召开经济运行分析会5次,推动经济运行稳中有进、稳中向好。一季度,地区生产总值实现118.28亿元,增长8.0%,居德阳第二;进入德阳红榜1次。坚持政策引领,持续强化“百人联百企”,建立“市领导+部门+企业结对”联络清单,累计走访企业670家,推动企业高质量发展。坚持规划先行,扎实做好什邡市“十五五”规划编制前期工作,研究形成什邡市“同城融圈”产业发展调研报告等课题8个,为规划编制奠定坚实基础。

党建+项目会战,锚定全局动力源。坚持把重点项目推进作为锻炼党员干部的大平台,把项目现场作为检验党员干部的特殊考场,组织党员干

部紧盯年度目标任务,加大项目协调调度、督查督办力度,实地走访重大项目建设现场,聚力纾困解难。出台《什邡市政府性投资项目全生命周期管理办法》,进一步完善项目管理机制。实行“专班统筹调度+联合干部负责+部门协调配合”工作机制,以党建+项目、周报告、月通报、季调度、提示函、督办函、平台管理、红黑榜“八大抓手”为引领,稳步推进75个省市重点项目。1—5月投资完成率55.12%,超时序进度13.45个百分点。省市重点项目推进情况进入德阳红榜2次,在德阳二季度重大项目拉练现场会中获第一名。

下一步,什邡市发改局将不断强化党建意识、扛牢党建责任、提升党建质效,全力构建“党建+”工作全新格局,推动党建工作与中心工作同频共振、同轴共转、全域出彩,凝聚群众智力,奏响改革事业高质量发展“协奏曲”。

通讯员 黄琴

的是:国网德阳供电公司团委委员刘勇、旌阳区高槐村团支部书记黄灿、德阳市青衣江路小学校少先队大队辅导员滕华君。

(上接第一版)荣获四川省优秀共青团员称号是:中国东方电气集团东方汽轮机有限公司新能源储能助理工程师刘怡婷、德阳科贸职业学院医学与健康学院2023级护理专业学生季晓博、广汉

三星堆博物馆一级讲解员赵宇霆、四川工业科技学院2024级酿酒工程专业学生钱龙、四川司法警官职业学院刑事司法系2022级刑事执行专业学生袁佳颖。荣获四川省优秀共青团干部称号

“剧本杀”进社区？
民警：“这次我说你来听！”

反诈宣传进行中。

本报讯(文/图 德阳传媒记者 曾可嘉)近日,旌阳区天元街道武庙社区多功能厅内人头攒动,社区居民、社区工作人员和网格员们早早到场,将座位挤得满满当当。一场由市公安局旌阳区分局反诈中心和武庙社区联合开展的“沉浸式”反诈宣讲活动正如火如荼进行,同时也标志着旌阳区防范电信网络诈骗犯罪“五进”(进社区、进农村、进企业、进学校、进家庭)宣传活动再次开启。

活动中,反诈民警黄永豪向居民详细介绍了电信网络诈骗的发展趋势、常见类型,涵盖网络刷单诈骗、冒充公检法诈骗、虚假投资理财诈骗等多种高发诈骗手段。同时,结合本地近期发生的典型案例,生动地还原了诈骗分子从“搭讪”到实施诈骗的全过程,让居民深刻认识到诈骗分子诈骗手段的隐蔽性。

在宣讲过程中,针对不同群体诈骗风险差异,黄警官采取“分类施教”策略,将复杂的反诈知识讲深讲透,提升辖区群众的识骗防骗能力和意识。

特别是针对今年以来“抖音百万保障扣费”及“线上诈骗线下送现金”等案例,黄警官逐一剖析诈骗话术和作案流程,提醒老人们遇事多与家人商量,对陌生人保持警惕。

同时,还传授了一系列实用的防骗技巧,例如接到陌生电话时要冷静核实身份,不随意点击手机短信中的链接,保护好个人身份证号、银行卡号等重要信息。不仅如此,黄警官还结合诈骗套路现场模拟诈骗场景,让居民直观感受诈骗话术,学习应对方法。现场气氛热烈,不时响起阵阵掌声。“听了黄警官讲的案例,我特别有感触,因为我也接到过很多骗子电话,以后我一定会提高警惕。”武庙社区居民李绪兰说。

“记住,凡是要求转账到‘安全账户’的,都是诈骗!”同时,反诈民警以“流动课堂”的方式走进街头巷尾,通过反诈海报、发放宣传折页、现场咨询答疑等方式,用通俗易懂的语言以案说法,深入浅出地揭露诈骗分子的惯用手法及话术陷阱。民警耐心向居民群众讲解反诈要点,帮助大家识别诈骗信息,同时现场指导大家下载安装“国家反诈中心”App,详细演示其预警拦截及风险查询等功能。

下一步,旌阳区公安分局反诈中心将持续推进反诈宣传进社区、进农村、进家庭、进学校、进企业,通过多样化宣传形式扩大覆盖面,构建全社会共同参与反诈的工作格局,让电信网络诈骗无所遁形。

编辑中心:0838-2201310 采访中心:0838-2221800、2205403 广告部:0838-2220747 旅行社:0838-2201316 办公室:0838-2204503 总编室:0838-2204340 出版部:0838-2221776 教育事业发展部:0838-2228191 发行部:0838-2201318
地址:四川省德阳市绵远街一段12号 邮编:618000 广告许可证号:川德工商广许字第960034号 印刷厂:0838-2501321 德阳日报印刷厂(厂址:峨眉南路) 零售价:1.50元