



208个城市发布卒中急救地图

本报讯 (记者王潇雨)近日,由国家神经疾病医学中心等机构联合主办的2022年中国脑卒中大会开幕式在线召开。中国工程院院士王陇德在卒中防治工作报告中介绍,我国脑卒中防治体系进一步完善,截至2022年11月,全国已建成卒中中心的三级医疗机构达602家,二级医疗机构达1125家;已有28个省(直辖市、自治区)的208个城市

发布卒中急救地图,2770家医疗机构成为卒中急救地图单位。

据悉,在全国所有上报数据的卒中中心,急性卒中患者从发病到入院接受溶栓治疗的时间(DNT)中位数平均值达到国际较好水平。截至2022年11月,卒中中心单位已上报2022年溶栓救治25.9万余例,取栓6.6万余例,分别是2021年的1.22倍和1.24倍。同时,脑卒中筛查项目

高质量开展,截至2022年11月底,全国共完成脑卒中高危人群筛查和综合干预100余万例。2022年,脑心健康管理师开展了60余万人次的脑血管病患者随访和干预,实现了由“疾病治疗”向“健康管理”工作模式的转变。

目前,我国人口老龄化进程加快,但各地卒中中心建设水平不同等问题依然存在。王陇德建

议,结合国家发展战略,构建长效联动机制,为开展区域性脑卒中防治工作争取政策、财力和项目支持。同时,他鼓励广大医务工作者助力科普教育进社区、进学校、进家庭,持续开展高血压等脑卒中高危因素和中风识别等脑卒中防治知识的宣传,提高脑卒中预防、急救、治疗、康复等科普知识的知晓率。



智能健身驿站 进社区

近年来,江西省吉安市吉州区以老旧小区改造为契机,在老旧小区内设立智能健身驿站,使居民健身更加科学。图为社区志愿者指导居民使用智能健身器材健身。

李军摄影报道

北京出台专家指引 科学指导新冠感染者度过恢复期

本报讯 (记者崔芳)近日,北京市卫生健康委发布《新型冠状病毒感染者恢复期健康管理专家指引(第一版)》。《指引》提出,在新冠病毒感染恢复期,虽然核酸、抗原检测结果已经转阴,但机体尚未恢复到病前水平,需要1~2周甚至更长的时间来恢复。在此阶段,在个人防护、日常

生活起居、日常活动锻炼等方面,人们应本着循序渐进、量力而行的原则,逐步恢复如常。如在运动过程中出现胸痛、心悸、头晕等不适症状应立即停止运动,必要时及时就医。

《指引》不但对新冠病毒感染者恢复期人群目前存在的主要健康问题给出康复建议,还提供恢复

期心理调适和营养支持、日常生活注意事项、居家消毒建议,特别是对老年人、孕妇、儿童青少年等重点人群做出专业、细致的健康指导。

《指引》提出,新冠病毒感染者恢复期人群目前主要存在呼吸急促、体力活动与锻炼受限、体力下降和疲劳感、声音嘶哑与咳嗽、

吞咽问题、嗅觉味觉问题、焦虑抑郁和睡眠问题、身体疼痛等健康问题。

《指引》特别提醒,老年人经过治疗核酸或抗原检测转阴,但加重的基础病不一定随之稳定,需要密切监测血压、血糖、血氧饱和度等,如果病情不稳定,需及时到医院就诊。

发热的时候 吃点啥

发热是机体的一种防御反应。发热的时候机体代谢加快,体温升高,心跳和呼吸加快,对能量以及各种营养素的需求有所增加。

2版

老年人“阳”了 警惕“沉默性缺氧”

近日,“沉默性缺氧”一词引起了大家的关注。什么是“沉默性缺氧”?家属在照护感染新冠病毒的老年人时,需要注意什么呢?

4版

体温计碎了 如何处理

如果不慎将体温计打碎,大家不必惊慌,而是应及时处理洒落的水银并开窗通风。

5版

有痰咳不出 试试这个方法

反复咳嗽是很多新冠感染者遇到的一大难题。有些人咳嗽时能听到“呼噜噜”的痰液声,可就是很难将痰咳出来。遇到这种情况该怎么办呢?

7版



扫码订阅

老年健康报

每周一期 周四出版

全国各地邮局均可订阅

全国老龄工作委员会办公室指导

新闻热线:(010)64621355
E-mail:lnjkb2020@163.com
编辑:尤颖康 电话:(010)64621193

本报所刊方药,请在医生指导下使用