

五部门要求关爱困境儿童心理健康

近日,民政部、教育部、国家卫生健康委、共青团中央、全国妇联五部门联合印发《关于加强困境儿童心理健康关爱服务工作的指导意见》(以下简称《指导意见》),从加强心理健康教育、开展心理健康监测、及早开展有效关爱、畅通转介诊疗通道、强化跟进服务帮扶、健全心理健康服务阵地等6个方面,对加强困境儿童心理健康关爱服务工作提出要求。

当前,一些困境儿童由于受成长环境等多

重因素影响,面临心理健康问题。其中,一些留守儿童、流动儿童由于缺乏陪伴或难以适应流入地生活等原因,更容易出现心理健康问题,迫切需要加强关心关爱。《指导意见》指出,要加快形成党委领导、政府负责、部门协作、家庭尽责、社会参与,服务主体多元、服务方式多样、转介衔接顺畅的困境儿童心理健康关爱服务工作格局。

《指导意见》指出,各地教育、民政等部门在开展学生心理健康教育时,要重点研究困境

儿童面临的特殊困难和心理问题,重点关注困境儿童心理需求,提出有针对性的措施;鼓励学校为有需求的困境儿童选配有爱心有经验的心理教师或思政课教师作为成长导师,安排品学兼优的学生与其结为互助伙伴;儿童福利机构、未成年人救助保护机构要通过引入专业社会力量等多种途径,针对机构内儿童身心特点开展心理健康教育。

《指导意见》指出,各地民政、教育等部门要引导困境儿童父母或其他监护人掌握一定

心理健康教育方法,加强亲情陪伴、情感关怀,以积极健康和谐的家庭环境影响儿童,疏导化解儿童的负面情绪。要充分发挥学校教师、儿童社会工作者、志愿者等的作用,为有需求的儿童分类制订心理关爱方案,提供心理辅导、情绪疏导、心理慰藉等帮扶服务。各地民政部门要鼓励有条件的儿童福利机构、未成年人救助保护机构配备专(兼)职心理健康辅导人员,为机构内儿童提供关爱帮扶。

(吴倩)



11月7日上午,亳州市谯城区花戏楼街道花戏楼社区卫生服务中心医务人员到牛市社区大牛市街路口,通过悬挂条幅、发放宣传资料、义诊咨询等多种形式开展家庭医生签约服务宣传活动,此次活动增强了家庭医生签约服务在社区老人中的影响力,用实际行动关爱老人健康。
孙元礼 摄

霍邱县扈胡镇——

筑牢医疗服务保障网

本报讯 近日,从六安市霍邱县扈胡镇传来消息,为进一步做好2024年度城乡居民基本医疗保险参保缴费工作,切实织密筑牢医疗服务保障网,让群众有“医靠”,该镇坚决做到“四到位”,切实打好医保参保缴费攻坚战。

高度重视,统筹组织到位。继上级参保缴费工作启动后,扈胡镇不等不靠,第一时间召开镇村两级参保缴费工作动员会,明确目标任务,细化责任分工,分片分组,强化指导,扎实开展城乡居民医保参保缴费动员工作。

广泛宣传,确保通知到位。各村利用微信群、朋友圈、宣传纸、广播喇叭等“线上+线下”的形式,全方位、立体式、多层次的扩大政策宣传覆盖面,广泛动员群众线上参保,耐心讲解缴费操作流程,细心解说参保益处,让群众明白医保费用涨在哪、好在哪,切实做到让群众知政策、晓流程、明受益。

强化服务,保障措施到位。2024年城乡居民医保征缴工作采用的操作系统,相比以往,模块细化,功能更全,对操作人员要求更高。为确保医保缴费工作平稳有序进行,扈胡镇明确专人负责业务,各村经办人员可以随时反馈参保过程中遇到的问题,并及时协调解决到位。

高频调度,确保督导到位。该镇对医保进度实行通报调度制,同时将医保缴费工作纳入镇级月度重点工作考核,提高占比分值,确保医保缴费工作劲头不松,力度不减。截至目前,扈胡镇累计完成城乡居民基本医疗保险参保缴费41322人,参保率80.14%,进度居全县前列。

下一步,扈胡镇将继续加大医保缴费工作力度,狠抓工作落实,按时、按质、按量完成2024年度医保缴费工作任务,打好医保参保缴费收官战。
(汪冠军 全媒体记者 付梦林)

茶沫和茶膜不是农药残留

用热水冲泡茶叶,有时会浮起不少泡沫。一些茶水凉后,表面还可能会形成一层薄膜。有一种说法认为这些茶沫和茶膜都是农药残留,需要撇掉。

其实,茶叶冲泡时产生的泡沫,主要是茶皂素和蛋白质类物质。其中茶皂素又叫作茶皂甙,是一种难溶于水的化合物。从目前的科学研究结果来看,茶皂素具有一定的抗菌作用,且能抑制脂肪的吸收。当然了,一杯茶中所含的茶皂素含量太少,也别指望它们能起到多大

的抗菌作用。

至于茶汤是否出现泡沫、泡沫数量的多少,主要取决于茶树品种与成品茶的外形。不同茶树品种茶皂素含量有高低,茶叶外形也不尽相同,这都可能影响茶沫数量的多寡。

与茶皂素形成的茶沫类似,茶凉以后表面形成的茶膜,主要是由氧化的茶多酚、碳酸钙和其他形式的盐组成的。而水的硬度、pH值、茶浓度和冲泡温度等,都是影响茶膜形成的因素。茶的品

种也会影响茶膜的形。一般红茶更容易形成茶膜,而白茶、黄茶、绿茶或轻度加工的乌龙茶晾凉后基本不会形成茶膜,这是因为红茶相较于其他品种的茶叶,发酵时间较长,氧化程度更高。

目前,我国允许使用的茶叶农药98%都是脂溶性物质,它们并不溶于水,所以不可能形成泡沫或冷却后结成茶膜。同时,目前也没有实验研究证明农药残留与茶膜或茶沫之间存在联系。

(李洁)

吃柠檬、柿子会患胃结石吗

进入果蔬丰收季,尤其是柿子上市后,各种“不能吃”的说法越来越多,真假难辨。“喝柠檬水会长结石”“柿子吃多长结石”“空腹吃山楂长结石”……那么,食物和结石间到底有多直接的关系?

清华大学附属北京清华长庚医院消化中心主任姜泊介绍,根据不同成分和来源,胃结石可以分为植物性、动物性、药物性和混合性四种。其中最常见的是植物性胃结石,柿子是最常见的引发原因,又称为“胃柿石”。

“当然,不是说所有的酸都能导致结

石发生,有些食物并不会导致胃结石。”姜泊指出,喝柠檬水并不会长结石,虽然结石从成分上来看以草酸钙为主,但柠檬中草酸含量并不高。而且,柠檬中的柠檬酸与钙结合后形成的四水柠檬酸钙,可微溶于水,柠檬酸还能促进钙、铁、锌等多种矿物质元素吸收。

姜泊介绍,人体长出的结石成分多达30余种,主要的结石成分有十几种。依据化学成分的不同大致可分为五类:草酸钙类结石、磷酸钙类结石、尿酸类结石、磷酸铵镁结石和胱氨酸结石。除了磷酸铵镁结石是由尿路感染引起,即感染性结石,其余四种均由代谢紊乱所致,属代谢性结石。

“胃结石患病率很低,所以大家也不用太担心,一旦发现,可以采取非手术治疗、内镜下碎石及外科取石等手段进行治疗。”姜泊指出,预防结石,最重要的就是注意饮食习惯:要尽量避免空腹或者过量食用含有鞣酸的水果,如柿子、山楂、黑枣等,健康成人每天吃不超过2个柿子,更不要吃生柿子,或与含酸性、高蛋白的食物一起食用。平时有烧心、反酸等胃酸分泌过多的人应避免吃上述食物。日常要保证饮水量,正常成年人一天至少喝2000毫升左右,且不要憋尿。控油限盐,清淡饮食,以高蛋白、高维生素食物为主,合理补充各种新鲜蔬菜、瓜果等。
(高阳)

【食品安全 360 (14)】

火灾逃生时如何保护眼睛

在我国,11月9日的月日数恰好与火警电话号码119相同,而且这一天前后,正值风干物燥、火灾多发之际,全国各地都在紧锣密鼓地开展冬季防火工作。为增加全民的消防安全意识,使“119”更加深入人心,公安部在一些省市进行“119”消防活动的基础上,于1992年发起,将每年的11月9日定为全国的“消防日”。

其实,火灾离我们并不遥远,因此,大家需要学习火灾急救知识。我们都知道,火灾会产生大量有害气体,许多人都会用湿毛巾捂住嘴鼻,但唯独眼睛不受保护。其实,这些气体对眼睛的危害也很大。那么如何在火灾中保护眼睛呢?

火灾发生时切忌慌张,应保护头部和眼睛,凭借遮挡物挡住飞溅的碎屑,如果有专用护目镜要立即佩戴,迅速离开事故现场。

逃生时用湿毛巾捂住嘴鼻,同时也要让眼睛保持湿润,避免异物飞到眼里造成伤害。不可用力捂住眼睛,以防眼内容物在压力下流出。逃离现场后,如果眼睛不适,切不可自行处理,也不可揉眼睛,应立即到医院检查治疗。除了瞬时伤害外,火灾现场的高温和高烟也会对眼底产生一定健康隐患,因此要每年注意检查眼睛。
(据科普中国网)