

# “有机+富硒”五丰再升级



起辅助作用。所以大家在劳动中干得特别起劲、浑身出汗,觉得这个“五一”节将会成为永久快乐愉快的记忆。

“五丰黑山羊产品升级了!”富硒产品将使五丰的有机农产品再提升一个档次,因为富硒食品能增强人的免疫力,所以是人们梦寐以求的渴望。

张晓辉说,创建于2014年的延安五丰黑山羊种羊有限公司始终坚持打造与发展健康农产品,国家评审中心颁发的《中国生态食材生产示范基地》,坚持的就是绿色、无公害、有机产

品,已获《欧盟有机认证》,今年的3·15公司还获“市级放心消费示范单位”这一荣誉。现在又启动富硒产品,就是为了始终站在大健康产业的前例,五丰公司奋斗的目标就是要努力成为当地健康食品的领头羊与排头兵。

据悉,五丰生态农场启动的富硒农产品生产,第一批先开始用硒元素养殖黑山羊、黑母鸡、老土鸡,种植谷子(小米)、糜子(黄米、黄软米)、黄豆、黑豆、红小豆、青豆、荞麦、玉米、洋芋(红皮白皮)、红薯、南瓜(老南瓜、红南瓜、黑南瓜)、萝卜(胡萝卜、黄萝卜、白萝卜)等30多种蔬菜,总面积200余亩。养殖方面,黑山羊1200余只,肉牛30余头,黑毛猪100余头,黑母鸡2000余只。

富硒产品能有效增强免疫力并具有一定的防癌抗癌因素,是医学健康界的共识,为了人民群众共同的健康,五丰农场坚持在种植养殖生产过程中坚持有机富硒生产,待产品成熟检测合格后让大家饱享口福。



## 6月份健康提示:

### 注意预防新冠感染、手足口病、流行性出血热、布鲁氏菌病、狂犬病及食源性疾病等

首夏犹清和,芳草亦未歇。美好六月如期而至,贴心的健康提示也绝不缺席,疾控君提醒大家应注意新型冠状病毒感染、手足口病、流行性出血热、布鲁氏菌病、狂犬病及食源性疾病。

#### 一、新型冠状病毒感染

目前我省新冠感染疫情处于低水平波动态势,建议群众应继续保持良好的个人卫生习惯。

##### 健康提示

(1)建议60岁及以上老年人群或者18-59岁患有较严重基础疾病人群、免疫功能低下人群、感染高风险人群等重点人群按条件接种新冠病毒疫苗,优先推荐接种含XBB变异株抗原成分的疫苗。

(2)做好日常防护,科学佩戴口罩,注意卫生习惯,勤洗手,注意咳嗽礼仪,居家和工作场所定时开窗通风,做好居室日常卫生。

(3)加强个人健康管理。日常要密切留意家人和自己的健康状况,如有出现发热、干咳、乏力、咽痛、嗅(味)觉减退、腹泻等不适症状时,避免带病上学或上班,视情况及时到附近医院发热门诊就诊;就医途中全程佩戴口罩,尽量避免乘坐公共交通工具。

#### 二、手足口病

手足口病是一种儿童常见传染病,5岁以下儿童多发,患儿和隐性感染者是主要传染源。目前我省手足口已进入高发期,托幼机构因为儿童聚集且普遍易感,容易出现手足口病聚集性疫情,家长及托幼机构应做好预防措施。

##### 健康提示

(1)接种EV71疫苗能有效预防EV71型病毒所引起的手足口病,可有效降低重症和死亡风险。

(2)幼儿在触摸公共物品后、接触唾液或消化道分泌物后,如厕后、进食前,以及家长和看护人在加工食品前,更换尿布或处理被粪便污染的物品后,应用清水和洗手液或肥皂正确洗手。

(3)注意室内外的环境卫生,每天定时开窗通风保持室内空气清新,勤换、勤洗、勤晒衣服和被褥。

(4)在手足口病的高发季节应尽量少去人多拥挤的公共场所,特别是避免与有发热、出疹的儿童接触。避免接触患病儿童,避免与患病儿童共用餐具、毛巾或其他个人物品,防止交叉感染。发现幼儿有发热、出疹等表现,及时带幼儿到正规医院治疗;尽量减少与他人的接触,切勿上学。

(5)幼托机构应严格落实晨午检和因病缺课登记、疫情报告、通风消毒等措施。发现发热、出疹等症的幼儿,应立即通知家长尽早将幼儿送至医院就诊。当发热、出疹病例异常增多时,尽快向对应的基层医疗卫生机构或疾控中心报告,并暂停园性、跨班聚集性的活动。

#### 三、流行性出血热

出血热是一种经鼠类传播,由汉坦病毒引起的严重急性传染病。近期进入夏收时节,野外活动和田间劳作接触鼠类及其污染物机会增多,建议群众做好防护工作。

##### 健康提示

(1)接种疫苗是预防出血热最重要最有效的措施,按相关要求及时和全程接种疫苗。

(2)防鼠、灭鼠是主要预防措施,在村周、果园、菜园、养殖场等重点场所可长期实施灭鼠、防鼠措施。

(3)加强个人防护,养成良好的卫生习惯。尽量避免接触鼠类及其排泄物,不要夜宿在果园等户外场所以防蚊虫叮咬。清理脏乱杂物和废弃物(如稻草、玉米秸秆等)时,要戴口罩、帽子和手套。

(4)不吃生冷特别是鼠类污染过的食物、水和饮料等。

(5)一旦出现发热、肌肉酸痛、皮肤出血点等症状应及时到医院就诊。

#### 四、布鲁氏菌病

布鲁氏菌病一种人畜共患的动物源性传染病,人因感染布鲁氏菌后出现发热、多汗、关节疼痛、乏力倦怠等症状,俗称“懒汉病”。患布病的羊、牛和猪是人间布鲁氏菌病的主要传染源。

##### 健康提示

(1)到正规、没有布病疫情的羊场购买羊只,定期对羊群进行检疫和免疫接种。

(2)从事牲畜饲养、皮毛及乳肉加工、兽医等职业人群,在饲养、免疫、采样监测、处置等职业接触过程中应采取个人防护,穿着工作服,佩戴口罩、橡胶手套等防护用品,不要直接接触和随意丢弃病畜流产物,同时应勤洗手消毒、换洗,保持环境卫生。

(3)饲养家畜要人畜分离,做好人畜分居,避开水源,不要散养和混放。

(4)注意饮食安全,不食用生肉、生奶,烤熟煮透后再食用。生鲜奶一定要高温煮沸后方可饮用。通过正规渠道购买肉、奶及其制品,厨房用具要做到生熟分开。

(5)定期筛查,从事牲畜饲养、皮毛及乳肉加工、兽医等重点人群要定期进行布病筛查。

#### 五、狂犬病

夏天是犬伤的高发期,闷热的天气容易使犬类动物烦躁、冲动,同时夏季人们穿着单薄,容易被犬只咬伤、抓伤。

##### 健康提示

(1)科学管理宠物,饲养宠物的家庭应办理养犬登记证,及时主动给宠物接种疫苗,同时圈养好自己的宠物,不要随意遗弃。

(2)在外遛狗时,应使用犬链、嘴套、犬笼等,以便控制犬类的活动范围和行为,避免犬伤人事件的发生。

(3)避免接触野生动物和流浪动物,不要挑逗、玩弄猫、狗等动物,不要干扰在进食、睡觉或看护幼崽的狗,不要让动物舔舐皮肤伤口。

(4)被狗、猫等动物咬伤后应尽快到附近的规范犬伤处置门诊处理。

#### 六、食源性疾病

气温的升高为细菌生长繁殖创造了适宜条件,食品容易腐败变质,各种食源性疾病也进入高发季节,应注意预防。

##### 健康提示

(1)养成良好的个人卫生习惯,饭前便后、接触脏东西后、加工制作食品前要洗手,定期对餐具进行消毒。

(2)食堂和家庭采购食品要严格把好质量关,切不可为贪便宜而购买变质的禽、蛋、肉和水产品。

(3)注意厨房和饮食卫生,做饭做菜时砧板做到生熟分开;不吃未彻底煮熟的食物,不喝不干净的生水;饭菜尽量烧多少吃多少,少吃或不剩饭菜,如有剩余需放入冰箱保存。外出就餐时,一定要注意选择正规、卫生条件好的饭店或餐厅。

(4)室内注意防虫、防鼠,加强对粪便、垃圾和污水的卫生管理。

(5)如出现腹泻、发热、腹痛和便血等症状时,应及时到医院就诊。

## 硒与人体健康

相关链接:

硒是人体必需的微量元素。硒参与合成人体内多种含硒酶和含硒蛋白。其中谷胱甘肽过氧化物酶,在生物体内催化氢过氧化物或脂质过氧化物转变为水或各种醇类,消除自由基对生物膜的损伤,保护生物膜免受氧化损伤;硒参与构成碘化甲

状腺腺脱碘酶。

硒的作用:硒能提高人体免疫,促进淋巴细胞的增殖及抗体和免疫球蛋白的合成。硒对结肠癌、皮肤癌、肝癌、乳腺癌等多种癌症具有明显的抑制和防护的作用,其在机体内的中间代谢产物甲基烯醇具有较

强的抗癌活性。硒与维生素E、大蒜素、亚油酸、锗、锌等营养素具有协同抗氧化的功效,增加抗氧化活性。同时,硒具有减轻和缓解重金属毒性的作用。

硒的摄入量:硒对人体的重要生理功能越来越为各国科学家所重视,各国根据本国自身的情

(据百度百科整理)

# 多科室协作演练 为母婴保驾护航

本报讯(通讯员 王玮 记者 宋伟 刘晶)为进一步提升我市产儿科危急重症救治能力,全面保障母婴安全,近期,我市举办了为期2天的2024年全市助产医疗机构产儿科急救演练现场培训会。本次培训由延安市委卫健办、市妇幼保健院承办,全市24家助产机构共计160

余人参加了演练培训。会议提出,要提高认识,筑牢思想防线,高度重视母婴安全工作,严守安全底线;要以练促改,针对演练中各环节存在的问题及时整改,切实提升助产机构急救能力;要完善机制,不断优化急救流程,规范设置急救设施和药品,畅通危急重症抢救绿色通道,切实保障母婴安全。

本次培训演练特邀西安市人民医院(西安市第四医院)产科及新生儿科专家现场指导,并针对各代表队演练过程中存在的问题及不足,提出针对性建议。全市各助产医疗机构派出由产科医生及护士、新生儿医生及护士、助产士、麻醉师组成的6人代表队,进

行产后出血、羊水栓塞、新生儿复苏等全流程实操急救演练。此次培训和实操演练,有力提升了我市助产机构产儿科应急处置能力,规范了产儿科急救流程,强化了医护人员操作水平和多科室协作能力,提高了应对产儿科危急重症的反应速度和救治能力,为母婴安全保驾护航。

# 婚育新风进万家 文明幸福你我他

## 延安市开展“5·29会员活动日”宣传服务活动

本报讯(通讯员 王玮 记者 宋伟 刘晶)为庆祝中国计生协成立44周年及计生协第26个“会员活动日”,大力弘扬新型婚育文化,共同营造生育友好社会氛围,助力人口高质量发展,5月28日,延安市委卫健办、市计生协联合中国人寿延安分公司、宜川县卫健局、宜川县计生协在宜川县文

化广场开展“倡导新型婚育文化 助力人口高质量发展——庆祝新中国成立75周年”主题宣传服务活动。活动现场,宣读了《新型婚育文化倡议书》,向8户计生家庭发放了人口关爱金和健康礼包,设置政策法规与健康知识宣传区、义诊服务区、计生保险服务咨询

区等区域向群众进行宣传服务,发放各类宣传资料3000余份,邀请延安分院内分泌科专家进行了健康知识专题宣讲。此次活动吸引了众多群众的积极参与,现场气氛热烈。通过开展丰富多样的活动,进一步引导群众树立正确的婚育观、生育观和家庭观,宣传尊重生育的社会价值,提倡适龄婚育、优

生生育、性别平等,为倡导新型婚育文化,促进全市人口长期均衡发展,与家庭和谐幸福营造更有利的社会环境。延安市计划生育协会、中国人寿延安分公司、宜川县卫健局负责同志,宜川县计生协、县人寿保险支公司相关工作人员及计生家庭和会员代表等共计160余人参加活动。

# 宫氏脑针新疗法 学习培训提技能

本报讯(通讯员 王玮 记者 宋伟 刘晶)为进一步提高基层中医药服务能力和水平,为群众提供更加优质的中医适宜技术服务,6月4日至6月5日,延安市委卫健办、市人民医院举办了全市宫氏脑针疗法培训班,全市县乡两级医疗机构从事针灸工作的中医药专业技术人员共计170余人参加培训。

本次培训特邀“宫氏脑针”创始人——国家中医药管理局高新技术首席推广人宫长祥教授及其团队专家授课。“宫氏脑针”是其从事相关领域研究、结合临床实践二十余年,以神经平衡理论为指导,通过调节神经功能来促进神经系统及疼痛相关疾病痊愈的一种独特针扎方法,具有操作简单、疗

效确切的特点,受到广大群众的普遍欢迎。本次培训围绕宫氏脑针理念及神经平衡理论讲解、宫氏脑针疗法针对疑难杂症临床治疗要领、宫氏脑针项韧带及棘上韧带松解实际操作演示展开培训,帮助受训学员短时间内了解宫氏脑针原理、掌握操作技巧,能够在全市基层医疗卫生机构快速得到普及,惠及全市百姓,发挥更

大的社会效益。参训人员纷纷表示,本次培训将理论学习和实操相结合,针对性强,能有效提升我市基层中医药服务能力,下一步,要将本次培训的所见所学与自身日常工作相结合,努力提高个人业务能力和诊疗水平,为全市人民提供更加优质、高效的中医药服务。

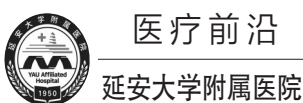
# 青少年朋友,请远离烟草!

本报讯(通讯员 王玮 记者 宋伟 刘晶)今年5月31日是第37个世界无烟日,主题是“保护青少年免受烟草危害”。5月27日上午,延安市委卫健办、延安市委健康促进中心联合延

川县人民政府在延川县路通广场举办第37个“世界无烟日”主题活动。活动倡议,各县(市、区)要以5·31“世界无烟日”和“六一”儿童节为契机,以青少年为重点,开展形式多样的科

普宣传活动,积极动员青少年加入到控烟队伍中来,成为控烟行动的践行者、倡导者,共同营造无烟健康成长环境。活动现场,各相关单位展出控烟宣传和无烟场所建设成效展板,向群众发

放控烟宣传资料,为群众和青少年讲解各种控烟知识和吸烟的危害。此次活动,广泛普及烟草危害,营造无烟清洁健康环境,进一步增强了群众远离烟草、珍爱生命的意识,营造了良好的控烟宣传氛围。



# 延大附院心脑血管病医院获批 心脑血管病护理及技术专科护士培训基地

本报讯(吴红梅 刘瑞)心脑血管病医院心血管中心是国家级重点专科,省级重点专科,全国心血管介入诊疗培训基地,中国红十字会胡大一爱心工程陕北诊疗中心,起搏电生理培训基地,是国家认证标准版的胸痛中心、房颤中心、心脏康

复中心、高血压达标中心、心衰示范中心。护理队伍紧跟医疗发展形势,2022年6月延安大学附属医院心脑血管病医院顺利通过心血管护理及技术培训基地网上申报审核,2022年9月28日开始正式招生,将对陕

北地区护理事业快速发展有着积极的推动作用,形成了心血管病专业护理人才培养的长效机制,培养高素质专业护理人才,促进心血管病护理专业向精、专、细深度发展,辐射带动延安及整个陕北区域培养更多的专业护理人才,为全面建设国家区域医疗中心贡献更大的力量

推动作用,形成了心血管病专业护理人才培养的长效机制,培养高素质专业护理人才,促进心血管病护理专业向精、专、细深度发展,辐射带动延安及整个陕北区域培养更多的专业护理人才,为全面建设国家区域医疗中心贡献更大的力量