

许昌市中心血站开展2021年质量管理体系内部审核

确保从“血管”到“血管”的质量安全

本报讯(记者 刘地委) 血液质量是血站工作的生命线,质量安全是采供血工作的重中之重。11月25日,记者从许昌市中心血站获悉,为有效确保从“血管”到“血管”的质量安全,11月8日至23日,该站组织开展了2021年度质量管理体系内部审核。

此次审核通过现场抽样、询问、材料审核等方式进行。审核组成员针对

许昌市中心血站现行质量管理体系的适宜性、充分性和有效性,进行了审核。

在审核过程中,内审员严格依照国家卫健委“一法两规”、《血站技术操作规程》和血站质量体系文件等相关法规和标准,对该站采供血和相关服务的全过程进行了认真细致的审核。经内审表明,该站质量体系运行平稳、有效,达到了预期目标。

11月23日,许昌市中心血站2021年度质量内审末次会议以网络会议的形式举行,内审组全体成员参加了会议。

会上,各个内审组首先把对相关科室的内审报告进行了展示。

随后,会议通报了2021年度该站质量内审报告,重点对内审中发现的不符合项出现原因进行了系统分析和总结。

最后,针对采供血各环节存在的问题,会议指出,各科室要以此次内审工作为契机,在规定的时间内举一反三,认真查找工作中的不足,继续发扬严谨认真、一丝不苟的工作精神,在今后的工作中进一步加强沟通,齐心协力抓好整改,共同推进该站采供血工作水平持续提高,确保广大献血者和用血患者的健康与安全。

献有限血液 惠无限生命

目前,许昌市中心血站开始对2018—2019年度全国无偿献血奉献奖(金奖、银奖、铜奖)获得者发放获奖证书。

不少爱心人士在领奖的同时,撸起衣袖再次献血,传递爱与温暖。

记者 刘地委 摄



冬季如何预防心脑血管疾病?

冬季是心脑血管疾病的高发季节,每年的11月到次年2月,因心脑血管疾病就诊的患者相对较多。专家提醒,要增强预防意识,规律饮食起居,保持乐观情绪。

为何冬季心脑血管疾病多发?

天津医科大学总医院心内科主任杨清说,冬季天气寒冷,血管收缩,人们活动量减少,血流缓慢,容易引起心脑血管供血不足;冬季气候干燥,容易导致血液黏稠度过高;北方室内外温差较大,血管壁已有的斑块容易破裂形成血栓或斑块脱落堵塞血管。另外,热量摄入过多可导致体重增加甚至肥胖,增加心脑血管发病的危险。

哪些人要特别加强冬季心脑血管疾病的预防?

专家指出:一是高血压患者。高血压是心脑血管疾病最重要的危险因素,冬季平均血压高于夏季,且血压容易波动。

二是冠心病患者。冬季发生心绞痛和急性心肌梗死的人数明显增加。

三是糖尿病患者。糖尿病患者心脑血管发病风险是正常人群的3倍,而且很多合并有高血压,因此糖尿病患者一定要重视在冬季预防心脑血管疾病。

四是吸烟者。香烟里的尼古丁进入体内后会使人心跳加快、血压增高、血管痉挛而诱发心脑血管病。

五是老年人。心脑血管疾病的年龄特征很突出,随着年龄的增长,发病率和死亡率均有明显增加。

冬季如何预防心脑血管疾病,专家如此支着儿:

一是生活要规律,避免严寒刺激,在外出活动时要注意添加衣服,尤其要重视手部、头部、面部的保暖,宜戴口罩、手套和帽子。

二是保证饮水量,在晨练之前和晚上睡觉之前,最好喝一杯温开水,平时也应当注意多饮用温开水,稀释血液,降黏稠度。

三是饮食要清淡,多吃杂粮、青菜、水果等食物,减少盐的摄入,限制高脂肪和高热量的食物,做到荤素搭配、粗细混吃。

四是牢记慢起床,清晨人体的血管应力最差,骤然活动易引发心脑血管疾病,应在清晨醒后养神5分钟后再起床活动。

五是运动要适量,最好日出后再进行锻炼,选择合适的运动方式。

六是保持乐观的生活态度,避免情绪大起大落。(晨综)

安全套能预防性疾病吗?

□ 记者 张刚 通讯员 田黎民

为增进人们对艾滋病的认识,世界卫生组织于1988年将每年的12月1日定为世界艾滋病日,号召世界各国和国际组织在这一天举办相关活动,宣传和普及预防艾滋病的知识。世界艾滋病日的标志是红丝带,象征着大众对艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的关心与支持。

戴安全套能避孕相信很多人都知道。但是,戴安全套能防止性疾病吗?

避孕套作为阻断性传播疾病的一个重要手段,能够对性传播疾病起到一定积极的预防作用,但是并不能预防所有的性传播疾病,因为性传播疾病的传播途径比较多,包括亲密接触、体液传播等。

一些性病可以通过女性外阴接触而传播,比如梅毒、尖锐湿疣、生殖器疱疹等。

此外,很多性病也可以通过口腔黏膜、呼吸道、阴毛等途径传播。

若安全套使用不当仍会发生感染。那么,应该怎样使用安全套?

1.安全套一般要在阴茎勃起后性交前戴上,因为在夫妻性交前的爱抚过程中,可能有尿道分泌物及少量前列腺液流出,如接触到阴道、肛门或口腔等黏膜部位将可能导致感染;2.性交过程

中的反复摩擦可能导致避孕套破裂,使精液漏出引起感染,所以在这个过程中要有所注意;3.射精后要在阴茎变软前拔出,可避免使精液溢出或避孕套脱落,在阴道内而导致感染。

使用安全套可防止大部分性病传播,从而降低性病感染率,尤其是对艾

滋病的预防效果十分显著。

此外,还要加强社会预防,加强健康教育,让人们对于性行为有正确的认识,提倡洁身自爱;在性交过程中应使用安全工具,性交后要立即用肥皂水冲洗外阴和解小便,这样能够起到预防感染性病的作用。



资料图片