

# 云南健康教育

Y U N N A N J I A N K A N G J I A O Y U

- 我省召开支援抗击新冠肺炎疫情医务人员座谈会 弘扬伟大抗疫精神 当好抗击疫情主力军 坚决巩固住来之不易的疫情防控成果
- 新冠疫苗安全有效，老年人接种，全家安心
- 有种心情叫“考完了”
- 50岁的人一定会得“五十肩”吗？

第六期 总第226期  
2022年6月26日

准印证号：(53)Y000318 印数：500份  
发送对象：各州(市)健康教育所(科) 健康教育协会会员单位

云南省人口和卫生健康宣传教育中心 主办  
内部资料 免费交流

## 我省召开支援抗击新冠肺炎疫情医务人员座谈会 弘扬伟大抗疫精神 当好抗击疫情主力军 坚决巩固住来之不易的疫情防控成果

座谈会上，省卫生健康委党组负责同志汇报有关情况，支援抗疫医务人员代表陈松婷、李鹏飞、彭云珠、许琳、查梅花先后发言。

在认真听取发言后，王宁指出，在抗击新冠肺炎疫情这场特殊的大战大考中，广大医务人员积极响应习近平总书记和党中央的号召，不畏艰险、逆行出征，奔赴省内、省外和国外支援抗疫，为打赢上海保卫战、为周边国家疫情防控、为打赢我省边境疫情防控阻击战作出了突出贡献，圆满完成了党和人民交给的光荣任务，是一支在关键时刻、关键战场、关键战役中能打仗的队伍。

王宁指出 参加大战、大考是一笔终身受用的宝贵财富，希望大家以饱满的精神状态回到工作岗位，在新的起点上作出新



的贡献。要始终牢记习近平总书记关于疫情防控的重要指示精神，继续弘扬伟大抗疫精神，勇挑重担、积极作为，当好抗击疫情的主力军。要忠实践行初心使命，提升医疗服务能力水平，当好人民健康的守护者。要刻苦钻研医药药理，当好医学研究的攀登者。要传承发扬高尚医德，当好良好风貌的引领者。王宁要求 全省各级党委、政府要关心重视医疗卫生事业发展，落实好各项关心关爱政策，保障医务人员切身利益，积极营造理解、尊重、支持医务人员的良好氛围。王宁强调 疫情还在继续，大考还未结束，坚持就是胜利。要毫不动摇坚持“外防输入、内防反弹”总策略和“动态清零”总方针，抓紧抓实疫情防控重点工作，坚决巩固住来之不易的疫情防控成果，以实际行动迎接党的二十大胜利召开。李刚、邱江、刘非、曾艳、杨保建、任军号、李玛琳、杨斌、童志云、孙灿出席会议。省级有关部门和单位、部分州(市)、有关医疗卫生单位负责同志、支援抗疫医务人员代表等参加。

(来源：云南发布公众号)

## 2022年度全省控烟综合干预暨心理健康培训在大理举办

6月20-23日,2022年度全省控烟综合干预暨心理健康培训在大理举办。

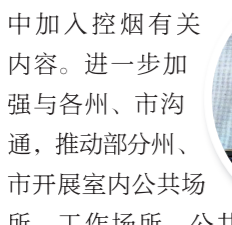


省健康宣教中心主任段勇在2022年控烟干预暨心理健康教育培训班上提出四点要求：一是要进一步认识烟草危害

控制是保障人民生命健康，建设健康云南、健康中国的要求。二是进一步认识烟草危害控制是深入开展爱国卫生运动，巩固提升卫生城市(县城)创建成果的

(来源：云南省人口和卫生健康宣传教育中心)

要求。三是进一步认识烟草危害控制是提高我省人均预期寿命，打造世界一流的“健康生活目的地”的要求。四是进一步统一思想，积极稳妥推进控烟各项工作。他表示，健康是人民群众最基本的需求，也是最重要的民生。推进控烟工作，是其中重要的一个内容，虽任重而道远，但是我们一定要有责任担当，凝心聚力，真抓实干，为全面建设健康云南、无烟云南贡献应有的力量！



中加入控烟有关内容。进一步加强与各州、市沟通，推动部分州、市开展室内公共场所、工作场所、公共交通工具禁止吸烟的立法工作。三是加强戒烟门诊建设，为有戒烟意愿的吸烟者提供科学规范的戒烟服务。四是持续做好烟草危害健康宣传，根据全国爱卫办有关要求，重点推进青少年控烟健康教育工作。持续打造戒烟大赛、无烟健康跑等活动，力争形成倡导健康生活方式的品牌活动。

(来源：云南省人口和卫生健康宣传教育中心)

## 新冠疫苗安全有效，老年人接种，全家安心



根据中国疾控中心相关数据显示，老年人群如果感染新冠病毒，其重症的风险、尤其是死亡的风险是全人群中最高的，且发展为重症及以上的老年人中大部分没有接种或者没有全程接种新冠疫苗。

从各国监测新冠肺炎发病、重症、死亡的情况分析，60岁以上人群是重症和死亡的高风险人群，也是新冠疫情流行期间对医疗资源占用最多的人群。因为老年人患病后需要住院、抢救比例高，住院时间也较长，所以要高度重视老年人新冠病毒疫苗接种。在病毒持续流行的国家或地区，老年人、有基础疾病的人群是优先接种的人群，世界卫生组织(WHO)也是这样建议的。2022年1月，WHO也再次强调，现有的新冠病毒疫苗接种，目前的重点仍然是减少严重疾病和死亡，以及保护卫生系统。



接种疫苗不仅是为了预防新冠病毒及其变异株感染，更主要是体现在预防引发重症、降低死亡等方面。老年人接种新冠疫苗的不良反应报告发生率还低于其他年龄段人群，主要报告为发热、局部红肿等一般反应，在没有接种禁忌症的情况下，建议没有接种的老人尽快接种疫苗，没有全程接种的尽快补足未种的疫苗，包括“加强针”的接种。



老年人在接种疫苗时，要了解自己是否是慢性病稳定期，处在稳定期的能够接种新冠病毒疫苗，如果自己拿不准要提前咨询自己的主治医生或接种医生。接种时，需携带相关身份证件(身份证、户口簿等)，必要时，老年人要有亲属陪伴，避免摔倒等意外发生，需在现场留观30分钟。个别受种者会出现发热、乏力、头疼、全身酸痛等一般反应，通常不需要特殊处置。如果受种者感觉到较重不适、持续时间较长，需及时就医。

(来源：云南省人口和卫生健康宣传教育中心)

### 健康小贴士

60岁以上老年人只要没有禁忌症，不是延缓接种对象就可以接种新冠病毒疫苗。不能接种或不能马上接种的主要有以下几种情况：

- (1)对新冠病毒疫苗的活性成分、任何一种非活性成分、生产工艺中使用的物质过敏者，或以前接种同类疫苗时出现过敏者的；
- (2)既往发生过疫苗严重过敏反应者(如急性过敏反应、血管神经性水肿、呼吸困难等)；
- (3)患有未控制的癫痫和其他严重神经系统疾病者(如横贯性脊髓炎、格林巴利综合征、脱髓鞘疾病等)；
- (4)正在发热者，或患急性疾病，或慢性疾病的急性发作期，或未控制的严重慢性病患者。

(来源：云南省人口和卫生健康宣传教育中心)

## 墨江市民纷纷参与第19个“世界献血者日”无偿献血活动

2022年6月14日是第19个世界献血者日，主题为“献血是一种团结行为。加入我们，拯救生命”，呼吁更多人参与到无偿献血行动中来。

为倡导无偿献血光荣的社会新风尚。6月14日，墨江哈尼族自治县卫生健康局组织开展第19个“世界献血者日”无偿献血宣传活动。活动旨在感谢无偿献血者的无私奉献，一如既往当好无偿献血的践行者、宣传者、引领者，坚持弘扬无偿献血正能量，带动更多的人团结起来，呼吁爱心人士加入无偿献血行列，组织医疗卫生



机构干部职工以奉献践行

使命，积极参加无偿献血活动，继续书写大爱的热血故事，传递文明的热血温度。在现场，墨江县卫生健康局志愿者们向过往市民宣传无偿献血的意义，在活跃氛围的感召下，放眼望去献血车内比肩接踵，献血车下更是排起了长长的队伍，涌动着浓浓的爱心奉献之情，路过的群众也跃跃欲试，不少市民积极主动参与其中。献血者们纷纷表示：“血液可以再生，但生命无法重来，希望我们的爱心，能够帮助更多人重回健康”。

近年来，墨江县以打造“情义健康、热血墨江”无偿献血为抓手，将无偿献血作为培育弘扬社会主义核心价值观和建设健康墨江的重要组成部分，在全社会营造“无偿献血，无上光荣”良好氛围。2021年，组织开展无偿献血2次，采集血液1577人次，采集血液总量494300ml。

(来源：云南省人口和卫生健康宣传教育中心)

## 云南省人口和卫生健康宣传教育中心 积极参加云南省2022年文化科技卫生

### “三下乡”集中示范活动

6月24日上午，楚雄州武定县体育场人头攒动、热闹非凡，2022年云南省文化科技卫生“三下乡”集中示范活动在这里隆重举行。

省健康宣教中心由副主任张琴带队，派出7名工作人员积极参与。活动现场发放各类健康教育和疾病预防的宣传品，解答群众关于健康教育、疾病预防方面的困惑。省健康宣教中心制作的便携小药盒、健康小礼包等实物宣传品，深受当地群众欢迎。据不完全统计，此次活动共为1000余名群众解答健康咨询问题，免费发放各种宣传资料和实物宣传品、药品



14000余份。

集中示范活动结束后，省健康宣教中心小分队马不停蹄深入县医院等医疗机构和乡镇，聚焦武定县医护人员的短板和群众关心的问题，开展知识讲座、健康倡导与行为干预社区项目技能培训等特色活动，受到了群众和医务工作者的好评。

(来源：云南省人口和卫生健康宣传教育中心)

## 第22批 中国(云南)援乌干达医疗队出征

6月8日，由云南省承派的第22批中国(云南)援乌干达医疗队在昆明举行出征仪式，启程赴非洲乌干达执行为期15个月的医疗援助工作。云南省卫生健康委主任杨洋为第22批中国(云南)援乌干达医疗队授旗。

第22批中国(云南)援乌干达医疗队由云南省第三人民医院牵头组建，由来自云南省第三人民医院、云南省传染病医院、云南省中西医结合医院、昆明理工大学等全省4家单位的9名队员组成。涵盖消化内科、麻醉科、甲状腺乳腺外科、泌尿外科、耳鼻喉科、结核科、中医针灸学等多个专业，将在前21批医疗队卓有成效的工作基础上，持续帮助乌干达提升医疗水平。出发前，队员们经过4个月的集中培训，接受了国家对外政策、外事纪律、医疗队管理各项规定、出国工作注意事项、涉外礼仪、心理调适、医学英语和新冠肺炎核酸采样检测技术培训、应急演练等全方位培训。

据介绍，乌干达条件较为艰苦，医疗队员不仅要在简陋的医疗条件下开展工



作，还要面对疟疾、霍乱和艾滋病等传染病的侵袭，为当地百姓提供优质的医疗服务，为受援医院培养业务骨干，全力参与乌干达新冠肺炎疫情防控和治疗工作等。与此同时，为我驻乌外交人员、中资机构、华侨华人提供医疗服务。据悉，云南省自1983年开始承担派遣非洲乌干达援外医疗任务，迄今为止，已累计派出21批医疗队。39年来，援外医疗队始终牢记我国整体外交宗旨，大力弘扬“不畏艰苦，甘于奉献，救死扶伤，大爱无疆”中国医疗队精神和爱国主义、国际人道主义精神，团结协作，忘我工作，为受援国培养医疗卫生人才，促进了受援国医疗卫生事业的发展 and 人民健康水平的提高。

今年正值中国与乌干达建交60周年。第22批援乌干达医疗队队员纷纷表示，将继续弘扬伟大抗疫精神和中国援外医疗队精神，为增进中非友谊作出新的贡献。

(来源：人民网)

