活力静安 快乐彭浦

社区文化活动中心9月精彩活动等你来

◆彭浦新村街道建村60周年系列活动◆

9/20 14:00 庆祝彭浦新村街道建村60周年大型群众文艺演出
地址:大宁剧院

◆2018年彭浦新村街道社区学校(秋季)招生◆

9/10 9:00-11:00 集中报名
13:30-15:00 地址:二楼教室
9/11 9:00-11:00 集中报名
13:30-15:00 地址:二楼教室

◆彭浦新村街道全国科普日活动◆

9/14 14:00 “创新引领时代,智慧点亮生活”彭浦新村街道全国科普日活动
地址:一楼影视戏曲室、体育团队室

◆公益伙伴月系列活动◆

9/28 9:00 益满彭城筑梦同行——公益伙伴携手彭浦动员会
地址:二楼多功能厅

◆“华彩四季”文化进社区◆

9/29 9:00 平顺路180弄居民区专场
地址:平顺小区中心绿地

◆讲座◆

9/8 10:00 “关注生长发育,助力儿童成长”——公益伙伴月专家公益讲座
主讲人:乔晓红(同济医院儿科主任)
地址:一楼影视戏曲室
9/15 13:00 “窗明几净,举步生风”收纳课程
地址:104教室

◆文艺演出(二楼多功能厅)◆

9/25 14:00 越剧折子戏
演出单位:彭浦新村街道云海越艺社
9/26 14:00 越剧折子戏
演出单位:彭浦新村街道天韵越剧团

◆图书馆活动◆

9/11 9:00 “爱读书、读好书、善读书”阅读日活动
地址:图书馆阅览室
9/15 9:00 “家门口”的读报沙发
地址:图书馆会议室
9/18 9:00 “传递书香,分享漂流”图书漂流活动
地址:文化中心广场
9/21 9:00 手机美图秀秀操作技巧讲解
地址:308教室

◆中外电影放映(一楼戏曲映像厅上午9:00)◆

9/6 《密战》
9/10 《童话先生》
9/13 《幸福马上来》
9/17 《地球:神奇的一天》
9/21 《黑洞频率》
9/27 《全面回忆》

◆都市彩车游(大宁国际商业广场)◆

9/16 19:30 2018年上海旅游节彩车巡游展评、外国表演方队展演

注:以上安排日期如有变动以通告为准,上述活动对社区居民免费开放

健康贴士 >>>

消毒物品贴上条形码,可追溯全过程

8月1日,静安区市北医院手术室护士长孙文拿到当日手术患者的消毒包,用红外线扫描枪对着条形码扫了一下,电脑中立即显示出消毒物品的名称、灭菌日期及有效日期,清洗消毒者、打包者、核对者等信息,将其与患者的信息匹配确认后,系统自动将这些信息全部记录在该病人的手术记录中,以后任何时候查询都能够从中获得上述信息。这是静安北部消毒供应中心的消毒灭菌物品从收集到使用全程信息化可追溯管理系统(SCCD)在手术室的运用。

据悉,市北医院早在2015年是全区首家实现消毒供应可追溯管理系统功能的医院,同时医院还承担了区域集中消毒供应的任务。2017年9月中旬,静安北部地区医疗服务共同体正式成立。该“医共体”由市北医院作为牵头单位,区属第三康复医院、宝华老年护理院、临汾、彭浦新村和彭浦镇社区卫生服务中心等6家医疗机构为成员单位组建而成。静安北部消毒供应中心承担“医共体”成员单位消毒灭菌物品的供应保障任务。近一年来,静安北部消毒供应中心为静安北部“医共体”6家医疗机构清洗、消毒供应88500多只无菌包,无一例质量投诉,客户满意率达100%。

所谓消毒供应可追溯管理系统,就是利用条形码技术,对重复使用的医疗器械和灭菌物品从回收、清洗、消毒、检查、包装、灭菌、存储、发放到使用的全过程进行跟踪记录,以随时掌握灭菌物品的运行状态,一旦出现灭菌物品质量不合格,即可通过系统记录,追溯清洗消毒、打包、灭菌的所有参数。这标志着市北医院供应的消毒灭菌物品利用信息技术可以快速进行追根溯源,从而使消毒灭菌物品的质量有了进一步的安全保障。

这一系统的投运,对院内感染控制工作极为重要。消毒供应中心既是无菌物品的“仓库”,又是无菌物品的“生产”和配送中心,具有工作强度大、作业流程多、质量要求高等特点。2013年8月以来,为配合公立医院改革,在区各级领导的关心和指导下,市北医院区域性消毒供应中心正式启动,各项工作运转有序。目前共承担着区域内8家公立医疗机构和4家民营机构所有重复使用的诊疗器械、器具和物品的清洗消毒、灭菌以及无菌物品配送工作,充分体现区域医疗资源共享,质量同步提高的理念。为确保区域性消毒供应的消毒质量和流程安全,消毒供应中心于2015年提出建立区域性消毒供应可追溯管理系统,并在同年11月份开始正式实施。

系统上线前期,信息公司与消毒供应室人员一起,做了大量调研准备工作,收集统计了区域内医疗机构和临床科室上报的消毒包和具体物品名称、规格、数量,完善了网络步骤,调试安装了硬件设备。同时,还开展有关消毒供应可追溯管理系统的专题培训。

新的信息化追溯系统投用后,彻底改变了消毒供应中心的工作流程。条形码代替了原来人工记录信息,使消毒灭菌物品的信息交换均在网上进行,保证了无菌物品信息采集的便捷、准确和完整,避免了人工记录的误写和漏记。系统所具备的查询追踪功能,让登记在案的消毒物品的历史记录有据可查,能帮助工作人员迅速查核每一批次消毒包清洗、消毒、灭菌等环节是否合格,为及时召回“问题”物品奠定了良好基础。

(来源:市北医院)

健康贴士 >>>

在家如何正确量血压?

我国高血压患者多达2亿,且随着人口增加、老龄化加速,高血压患者还会不断增多。但根据调查结果,我国人群高血压知晓率和控制率均较低。其中一个重要原因,就是大众不太了解血压波动规律,或测量方法不够规范。

其实,在家自测血压也是完全可以做到准确监测血压。但需要注意以下几个问题:

1.什么是血压的“高压”和“低压”?

答:由于心脏是靠心肌收缩,将血液泵入动脉血管,因此我们的血压会在一个最高值和最低值之间连续波动,最高值叫做“收缩压”,也就是大家常说的“高压”;而最低值叫做“舒张压”,也就是大家常说的“低压”。我们每次测量血压,就是要准确记录收缩压和舒张压,因为收缩压和舒张压的数值异常,往往代表了不同疾病,服用降压药的种类也不尽相同。

2.水银血压计和电子血压计,哪个更准确?

答:两者各有优势:从准确度上,传统的水银血压计准确性和可靠性确实比电子血压计还要高,但也有明显的缺点,例如:较重,携带不方便,容易出现水银泄漏,另外使用时需要用听诊器来听,听力不好或不懂听诊方法的人,是无法使用的。由于对测量技术有一定的要求,对于非专业人士反而容易出现测量误差。

电子血压计的优点是设计轻巧,携带方便,操作也方便,但电子血压计属于电子类产品,使用过程也需要根据说明书规范操作,尽可能避免误差。此外,不管何种血压计,都需要定期进行校准。现在的医院,也正在越来越多地使用电子血压计替代原有的水银血压计了。

3.每天应该测量几次血压?什么时间测量比较好?

答:初诊或血压未达标及不稳定的患者,每日早晚各测1次。早上,是在起床排尿后,服药前;晚上,是在临睡前。如此连续测量7-14天,并记录数值。血压稳定的患者,每天固定时间测量一次,早晚均可。

4.如何正确地测量血压?

答:测量30分钟前不吸烟,饮酒或喝咖啡,排空膀胱,至少休息5分钟,测血压时患者保持安静,不讲话;坐位,双脚自然放平,上臂与胸壁成40度角放于桌上;将袖带的胶皮袋中心置于肱动脉上,袖带下缘距肘线2-3厘米;松紧以能插入1-2指为宜;裸臂绑好袖带,袖带须与心脏保持同水平。

每次连续测量血压2-3遍,每遍间隔1分钟,取后两遍血压的平均值,因为首遍血压测值往往偏高。

5.如何记录血压?

答:测量所得的血压数字,需要有不断的记录。这样最有助于医生对患者做出正确的诊断。所以,血压需按日期每天记录在一个固定的本子上,每次需记录测得的3个数字:收缩压、舒张压和脉率(每分钟脉搏的次数)。

如果大家能做到上述几点,就可以放心地在家量血压了。因为,对血压监测的持之以恒,是高血压治疗最重要的保证。

(来源:第十人民医院)