

守护生命线 温暖民生情

“人民对美好生活的向往,就是我们的奋斗目标。”在普洱,这一理念正化作实实在在的行动。勐康边检站用“绿色通道”架起跨境生命之桥,诠释了“人民至上、生命至上”的庄严承诺;宁洱县多部门联动严控“回流药”,于细微处织密用药安全网,守护千家万户的健康底线;从培育基层医疗人才到“三献”宣传走进高校……这一桩桩民生实事,是普洱民生的缩影,是这座城市温暖与希望的见证,更是普洱践行“以人民为中心”理念的生动实践。

普洱市“三献”宣传月系列活动走进高校

本报讯(记者 徐一丹 文/图)普洱市2025年红十字青少年活动月暨“三献”工作宣传月自10月17日启动以来,系列主题活动持续开展。本次活动由普洱市及思茅区红十字会联合市卫生健康委、中心血站及云南农业大学热带作物学院、普洱学院、滇西应用技术大学普洱茶学院等多所院校共同举办。

近日,活动走进云南农业大学普洱校区和普洱学院,开展“三献”知识宣传活动。现场通过设置咨询台、宣传

展板、发放手册和现场讲解等方式,向师生普及造血干细胞捐献、人体器官捐献登记与无偿献血等知识。不少学生在深入了解后,现场登记成为造血干细胞和人体器官捐献志愿者,用实际行动响应“生命之约”的召唤。

据悉,本次宣传活动融合了全国“生命之约·大爱传递”、云南省“云岭同心,边疆聚力,生命传递”及普洱市“博爱普洱·善行茶乡”的主题内涵,旨在弘扬奉献精神,推动“三献”理念深入校园。



“政策激励+精准培训+全程督导”

景谷县基层医疗人才培养跑出“加速度”

本报讯(通讯员 毕龙超)近日,2025年全国乡村医生执业(助理)医师资格考试成绩公布,景谷傣族彝族自治县82名村医参加考试,36人通过乡村全科执业(助理)医师资格考试,通过率较去年有所提升,位列普洱市有所首位,标志景谷县乡村医生规范执业水平实现跨越式提升。

为推进乡村医生向执业(助理)医师队伍转化,景谷县围绕“乡

村医生中执业(助理)医师资格人员比例达45%”的目标,构建“政策激励+精准培训+全程督导”三位一体培养体系。景谷县卫健局将该项工作列为年度“强基层”重点任务,对取得乡村全科执业助理医师、执业医师资格的村医,分别给予1万元、2万元的奖励,有效激发报考积极性。2025年,全县参考村医数量同比增长40%。

景谷县依托北京优质医疗专

家资源,开展“驻点+脱产”双模式培训,今年组织2期集中脱产培训,覆盖86名参考村医,通过“理论精讲+实操模拟+真题演练”教学模式提升诊疗与应试能力。景谷县医共体总医院选派骨干开展“集中示教+一对一指导”强化训练,实践技能通过率达87.17%。乡(镇)卫生院实施领导班子包保联系机制,每日跟踪学习进度,推动村医自主学习常态化。

此外,景谷县卫健局、乡(镇)卫生院与培训机构联合开展“周周考”动态测评,精准定位知识薄弱点,定制个性化学习方案。

景谷县将以此次考试为契机,持续完善“引育留用”全周期培养机制,优化激励政策与培训体系,强化基层设施配套,力争提前完成执业(助理)医师比例目标,进一步织密基层医疗卫生服务网,实现“小病不出村、健康有保障”的民生愿景。

严防“回流药”

宁洱县多部门联动织密用药安全网

本报讯(通讯员 陶平 罗翔)连日来,宁洱哈尼族彝族自治县开展2025年家庭过期失效药品回收活动,通过定点回收与科普宣传相结合的方式,积极引导市民安全处理过期药品,增强用药安全意识,筑牢药品安全与环境保护双重防线。

在云南健之佳连锁健康药房宁洱新民街分店的回收点,陆续有居民携带家中过期药品前来登记。工作人员逐一核对药品信息,登记造册并统一封装,并向参与活动的市民赠送小礼品,鼓励大家养成定期清理药箱的习惯。“看到活动通

知后,我专门整理了家里的过期药,既避免误服,也不污染环境。”居民冯玲说。

据云南健之佳连锁健康药房有限公司普洱分部行政部经理李梅介绍,门店对回收的过期药品进行登记后,统一交由第三方环保公司销毁,全程严格管理,防止药品流入市场。今年,云南健之佳连锁健康药房有限公司在全省范围内同步开展回收活动,群众参与踊跃,回收药品种类和数量较去年明显增加。截至目前,已回收过期药品210种、2341盒。

近年来,宁洱县严把市场准入关,坚持日常监管与专项整治相结合,持续推进药品安全风险排查,开展“清源”“药剑”等专项行动,强化药品、医疗器械和化妆品监测。目前,全县共有药品经营企业105家、医疗器械经营企业101家、化妆品经营单位175家。2025年以来,累计上报药品不良反应214例、医疗器械不良事件66例、化妆品不良反应17例,查办案件20起,罚没款4.75万元。

“我们依据药品经营质量管理规范开展监督检查,通过‘码上放

心’App核查药品来源,确保药品从合法渠道购进,杜绝回流药品和过期药品流入市场,保障公众用药安全。”宁洱县市场监督管理局药品医疗器械与化妆品监督管理股负责人刘燕说。

药品追溯码作为药品的“电子身份证”,正常情况下仅对应一次销售记录。若同一追溯码重复出现,则可能存在假药或回流风险。宁洱县医疗保险中心负责人普文翠介绍,2025年以来,已完成三批次医保药品追溯码疑点数据核查,未发现回流药问题。

100次生命救援

勐康边检站勐啊分站“绿色通道”筑牢跨境生命线

本报讯(通讯员 罗耕 文/图)截至目前,地处孟连傣族拉祜族佤族自治县的勐康出入境边防检查站勐啊分站累计开通100次紧急救助“绿色通道”,成功帮助100名突发疾病、受伤的中外籍人员快速通关就医。

从凌晨转运高处坠落受伤的中国籍人员,到暴雨中接力救助车祸受伤的缅甸籍人员,每一次“绿色通道”的开启,都是与时间的赛跑。

“感谢你们开通‘绿色通道’,让我的哥哥能及时回国就医。”2025年2月17日,勐康出入境边防检查站勐啊分站收到了一面题有“敬业正直有担当 帮难解困有魄力”的锦旗,以此表达对执勤民警在其兄长患病入境

时迅速有效处置的感激之情。

数字“100”的背后,是移民管理警察全天候的备勤待命,是“即到即办、特事特办”的高效流程,更是勐康出入境边防检查站勐啊分站与医院、海关及边合区管委会建立的无缝衔接协作机制。每一次成功救助,都让“国门”成为守护生命的“安全门”,用数据见证民生温度。

以此为契机,勐康出入境边防检查站勐啊分站将继续秉持“以人为本、生命至上”的工作理念,不断完善并优化紧急救助预案,竭尽全力为每一位入境人员的生命安全提供坚实保障。



守护亿万人的“银龄健康”,中医药贡献独特智慧

我国60岁及以上人口已超过3亿,其中不少人患有慢性病,“长寿不健康”问题凸显。随着我国人口老龄化程度持续加深,如何进一步发挥中医药特色优势守护“银龄健康”?

以整体观看待衰老,扶正祛邪中国中医科学院广安门医院老年病科主任医师田琳说,老年人脏腑功能衰退,阴阳气血衰少,易受外邪侵袭且病后难于康复;老年期慢性疾病常起病隐匿,多病共患,疾病多虚中夹实、多痰多瘀,易于传变,治疗不当则易转重甚至威胁生命。

衰老不可避免,维持健康的关键在于“未病先防”。中医认为,肾为先天之本,脾为后天之本。围绕

引起老年人衰退的肾气不足和脾胃虚弱,中医治疗时立足“整体观念”,注重补肾健脾,同时强调“辨证论治”,实施扶正祛邪、平衡阴阳、调畅气血等个体化治疗。

老年人尤其是高龄老人往往处于多病共存、功能衰退的状态。中医并非孤立看待疾病,而是以“整体观”看待这些“患病的人”,将诸多症状体征进行关联,辨析其核心病机,进而确立治则治法,实施个体化治疗,从而有效改善多种症状,从根本上提升老年患者整体功能。

养生防治应“适老”,过度不宜中医药已成为许多人生活的一部分。然而,在运用中医药养生和防治疾病过程中,一些老年人陷入认知误区——不分体质,服用人参、鹿茸等温补药材,易导致阴虚体质者口干、失眠、便秘,湿热体质者出现湿疹、腹胀;过量服用中成药致肝损伤……

中国中医科学院西苑医院老

年病科主任医师刘征堂提醒,老年人因体质虚弱、多合并慢性病,用中药需先经专业中医师辨证,并遵循“剂量宜小、疗程宜短”原则;在慢病治疗中应注重发挥中西医结合各自优势,如服用降压药的同时通过针灸调节血压;还应避免过度滋补或过度治疗。

哪些中医药方法比较适合老年人?西苑医院老年病科主治医师刘南阳介绍,老年人不可过多过滥服用药物,可采用避免药物副作用的中医食疗与茶饮,适合慢病管理的针刺、艾灸、推拿等外治法,以及成分简单、副作用小的中成药与经典方剂,通过太极拳、八段锦、五禽戏等传统养生功法提升身体状态。

完善老年人中医药健康服务模式,更好享老

近年来,我国大力推动中医药与养老服务融合发展,加强中医老年病科服务能力建设,在健康中国行动中医药健康促进专项活动中设立并实施老年人中医药健康促

进活动专项,充分发挥中医药在促进健康老龄化中的作用。

国家中医药管理局最新发布的数据显示,截至2024年年底,共有815家公立三级中医医院和1321家公立二级中医医院设置了老年病科;2024年,国家基本公共卫生服务项目累计为1.54亿老年人提供中医体质辨识等中医药健康管理服务。

天津中医药大学健康研究院院长胡镜清认为,应将更多老年健康维护手段纳入国家基本公共卫生服务,特别是适合基层医疗卫生机构开展的针灸等中医药适宜技术;加强老年病学人才培养,加大面向老年人的中医药权威科普力度。

此外,一些专家表示,中医医疗机构老年病科应明确主攻方向,重点聚焦老年人的共病和综合征,并推动发展防治康养全链条服务;全社会都应树立并强化健康老龄化意识,减少老年人的健康焦虑。

新华社记者 田晓航
新华社北京10月29日电

百名志愿者服务第二届普洱亚太林业论坛



本报讯(记者 吕禾 通讯员 李金凤 文/图)在第二届普洱亚太林业论坛举办期间,百余名志愿者用真诚与热情为这场盛会提供服务,在不同岗位上倾情奉献。

在机场与车站,他们高举醒目的接引牌,耐心迎接来自四面八方的嘉宾,为他们提供周到的接机接站服务,让嘉宾们在抵达普洱的那一刻起,便能感受到这座城市的温暖。

在交通保障中,他们化身随车联络员,全程协调处理行程中的各种问题,确保嘉宾们的出行顺畅无忧。在报到现场,志愿者高效协助嘉宾们完成签到手续,同时分发相关资料,以专业的服务为论坛的



顺利开幕奠定了坚实的基础。

在酒店与会场区域,他们又化身热情专业的引导员,为嘉宾们指路答疑,承担起会务礼仪与秩序维护的职责。他们以规范的举止和饱满的热情,彰显着普洱作为文明东道主的良好形象,为这场盛会增添了一抹亮丽的色彩。

志愿红点亮重阳节

本报讯(记者 吕禾 通讯员 李金凤)近日,普洱市志愿服务联合会携手多家志愿服务总队,走进普洱市养老院开展“书香暖重阳,情暖夕阳红”志愿服务活动。

活动现场,志愿者为老人们带来了多种暖心服务。普洱市图书馆的志愿者通过分享养生、历史类书籍,让老人享受阅读乐趣;义剪区的志愿者为老人精心修剪发型,让他们容光焕发;医疗区的志愿者提供健康按摩服务,通过专业手法为老

人们缓解身体疼痛。同时,大家还陪老人聊天、分发水果牛奶等爱心物资,现场笑声不断。

此次活动用“阅读+服务”的双重关怀形式,构建起“部门联动+专业支撑”的志愿服务矩阵,既满足了老人们的生活需求,更丰富了其精神文化生活。



重阳节的起源

九九重阳,早在春秋战国时的《楚辞》中便已提到。屈原的《远游》里写道:“集重阳入帝宫兮,造旬始而观清都”。这里的“重阳”是指天,还不是指节日。三国时魏文帝曹丕《九日与钟繇书》中,则已明确写出重阳的饮宴了:“岁往月来,忽复九月九日。九为阳数,而日月并应,俗嘉其名,以为宜于长久,故以享宴高会。”

大概在魏晋时期,重阳日已有

了饮酒、赏菊的做法。到了唐代重阳被正式定为民间的节日。

到明代,九月重阳,皇宮上下要一起吃花糕以庆贺,皇帝要亲自到万岁山登高,以畅秋志,此风俗一直流传到清代。

(来源:《中国文明网》,原文链接: http://www.wenming.cn/wmdjr_299/cyj/qy/202310/t20231020_6686539.shtml)

2025年“创赢普洱”生态环境监测职工职业技能竞赛闭幕

本报讯(记者 吕禾 朱倩)近日,由市生态环境局、市总工会、市人力资源社会保障局共同主办的2025年“创赢普洱”生态环境监测职工职业技能竞赛顺利完赛。

本次竞赛以“以赛砺学、以学强能”为理念,吸引了全市10支队伍、46名监测技术人员参与,参赛人数占全市生态环境监测人员的48%,成为检验监测队伍硬实力的“大考场”。

竞赛组委会创新采用“理论+

实操”双轨考核模式,在传统理论知识考试基础上,重点增设监测分析评价与实验分析两个专项实操项目,直击生态环境监测工作的实战需求与能力短板,全面检验参赛队伍的专业实力。

本次竞赛决出团体一等奖1名、二等奖2名、三等奖2名;实验分析技术一等奖1名、二等奖2名、三等奖3名、优胜奖4名;监测分析评价技术一等奖1名、二等奖2名、三等奖3名、优胜奖17名。

万人签名倡新风

孟连县移风易俗促团结

本报讯(通讯员 段银娇 相少)近日,孟连傣族拉祜族佤族自治县以“倡导移风易俗 树立文明新风 促进民族团结”为主题,在全县6个乡(镇)通过流动传旗的方式开展万人签名活动。活动现场,各族群众纷纷在承诺旗上签名,以集体行动传递对文明生活的向往,为边疆地区民族团结事业注入强劲动力。

此次万人签名活动,精准聚焦“婚丧大操大办、礼金攀比”等群众反映强烈的痛点问题,紧扣殡葬改革工作部署,通过政策宣讲、树立先进典型等多种形式,大力推广“婚事新办、丧事简办”的文明理念。移风易俗不仅是为群众办实事的重要抓手,更是关乎百姓福祉的民心工程,它对于优化当地各民族传统习俗、改善群众精神风貌、推动各民族团团结和谐、共同进步,具有重要意义。

走进勐马镇勐马村,干净整洁的村道延伸至家家户户,邻里互帮互助、氛围融洽,农家院落整洁有

序,整体环境焕然一新。“自移风易俗活动开展以来,村里的变化太大了。以前村民为了办酒席四处借钱,如今大家把精力和资金都投入到发展生产、改善生活上,各民族之间的关系也更加融洽了。”勐马村党委书记混真深有感触地说。在勐马镇腊福村,移风易俗带来的和谐景象同样令人欣慰:以前办一场婚事要花費村民大半年的积蓄,现在婚事简办,省下的钱还能添置一台农机,村民的切身感受深刻诠释了移风易俗工作的价值。

近年来,孟连县始终将移风易俗作为精神文明建设民族团结的重要抓手,成立由县委、县政府牵头的工作领导小组,通过宣传栏、微信公众号、文艺会演等线上线下宣传载体广泛开展宣传,让文明新风深入人心,营造出人人参与、守护团结的浓厚氛围。

移风易俗