

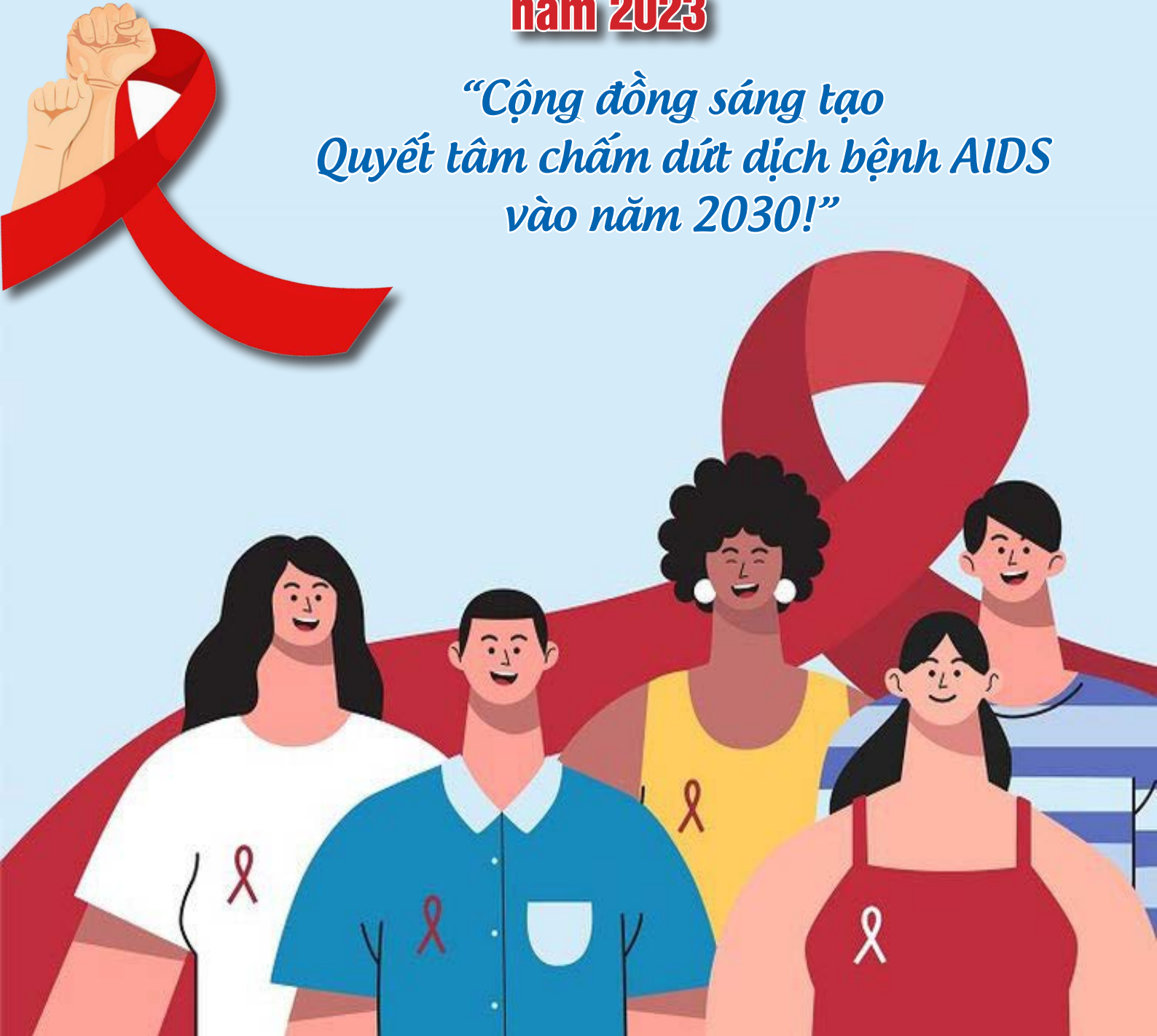


SỐ 12/2023 (256)
NĂM THỨ HAI MƯƠI BỐN

Sức khỏe Bình Dương

**Tháng hành động quốc gia phòng, chống HIV/AIDS
năm 2023**

*“Cộng đồng sáng tạo
Quyết tâm chấm dứt dịch bệnh AIDS
vào năm 2030!”*



TRUNG TÂM KIỂM SOÁT BỆNH TẬT TỈNH BÌNH DƯƠNG

Địa chỉ: Số 209 Yersin, P. Phú Cường, TP. Thủ Dầu Một, T. Bình Dương

Website: <http://ksbtbinhduong.com>

Email: bantinsuckhoebinhduong@gmail.com



Sức khỏe Bình Dương

Chịu trách nhiệm xuất bản

Bs. Huỳnh Minh Chín - Phó Giám đốc Sở Y tế

Trưởng ban biên tập

Bs. Nguyễn Kiều Uyên

Thành viên ban biên tập

Bs. Trần Tấn Tài
Bs. Dương Tấn Tài
Bs. Trần Văn Chung
Ths. Trần Minh Hoàng
Ds. Lê Thị Tuyết Bình
Ths. Bùi Minh Hiền
Bs. Phan kim Sương
Bs. Dương Thanh Hiền
Cn. Nguyễn Bình Minh

Thư ký

Ds. Nguyễn Thị Giang Nhung

Trình bày

Cn. Vũ Oanh
Cn. Phạm Đình Dân
Cn. Đào Thị Bích Hạnh

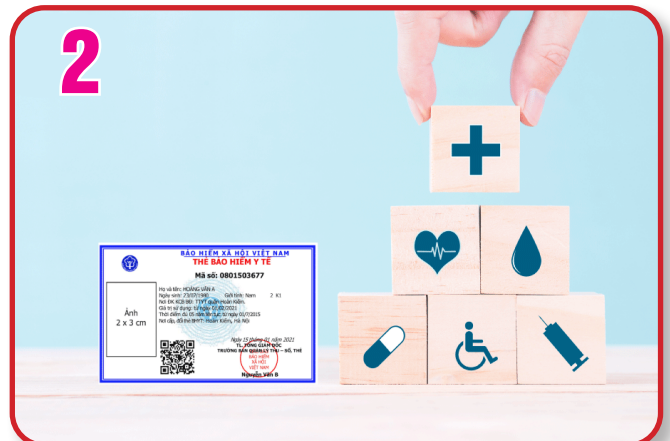
Giấy Phép

Số 66/GPXBTT-STTTT của

Sở Thông tin Truyền thông tỉnh Bình Dương
cấp ngày 16 tháng 12 năm 2022

TRONG SỐ NÀY

2



6



9



11



15



19



HỌC TẬP VÀ LÀM THEO TƯ TƯỞNG, ĐẠO ĐỨC, PHONG CÁCH HỒ CHÍ MINH

Vận dụng tư tưởng Hồ Chí Minh về khuyến học, khuyến tài trong xây dựng xã hội học tập ở Việt Nam

Kỳ 2 - Khuyến khích, động viên, tạo động lực để toàn dân ra sức học tập

Kế thừa tư tưởng của Hồ Chí Minh về khuyến khích, động viên nhân dân ra sức học tập, từ khi đổi mới đến nay, Đảng ta rất quan tâm đến việc khuyến học, khuyến tài. “Khuyến học, khuyến tài được hiểu là những hoạt động vận động, khuyến khích người dân ở mọi độ tuổi học tập thường xuyên, học suốt đời để có tri thức mới, hình thành những kỹ năng mới giúp lao động hiệu quả hơn, cuộc sống văn minh, hạnh phúc hơn”. Mục tiêu của khuyến học, khuyến tài là thúc đẩy xây dựng cả nước ta trở thành một xã hội học tập, tức một xã hội mà ai cũng muốn học và phải học, từ trẻ em đến người lớn, ở mọi ngành nghề, xuất thân, điều kiện, dân tộc, giới tính,... Hay nói cách khác, “xây dựng cả nước thành một xã hội học tập”

là mục tiêu chính, còn “khuyến học, khuyến tài” là phương tiện để đạt được mục tiêu đó.

Ngày 2/10/1996, Hội Khuyến khích và Hỗ trợ giáo dục Việt Nam (gọi tắt là Hội Khuyến học Việt Nam) được thành lập theo Quyết định số 122/QĐ-TTg ngày 29/2/1996 của Thủ tướng Chính phủ. Theo đó, “Hội Khuyến học Việt Nam (sau đây gọi tắt là Hội) là tổ chức xã hội, tập hợp các lực lượng xã hội và công dân Việt Nam sinh sống ở trong nước và nước ngoài tâm huyết với sự nghiệp giáo dục, khuyến học, khuyến tài, góp phần xây dựng cả nước trở thành một xã hội học tập nhằm nâng cao dân trí, đào tạo nhân lực, bồi dưỡng nhân tài, phục vụ cho sự nghiệp công nghiệp hoá, hiện đại hoá đất nước, xây dựng và bảo vệ Tổ quốc, hội nhập khu vực và quốc tế”.

Ngày 5/12/2005, Ban Chấp hành Trung ương Đảng đã tặng Hội Khuyến học Việt Nam bức trướng với dòng chữ: “Hội Khuyến học Việt Nam - Khuyến học, khuyến tài Xây dựng cả nước trở thành một xã hội học tập” để ghi nhận những đóng góp của Hội Khuyến học Việt Nam với phong trào khuyến học, khuyến tài.

Ngày 13/4/2007, Bộ Chính trị khóa X ban hành Chỉ thị số 11-CT/TW về “Tăng cường sự lãnh đạo của Đảng đối với công tác khuyến học, khuyến tài, xây dựng xã hội học tập”. Chỉ thị nhằm vận động nhân dân tích cực học tập nâng cao dân trí, nghề nghiệp, chuyên môn nhằm tăng năng lực sản xuất, chất lượng công việc, chất lượng cuộc sống.

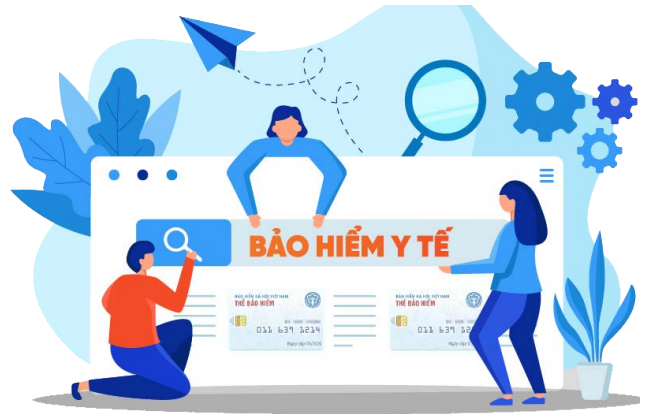
Xem tiếp trang 16



GÓC PHÁP LUẬT



Bổ sung thêm đối tượng được cấp thẻ BHYT miễn phí



Ngày 19/10/2023, Chính phủ ban hành Nghị định 75/2023/NĐ-CP đã bổ sung thêm đối tượng mới được cấp thẻ BHYT miễn phí.

Thêm đối tượng được cấp thẻ BHYT miễn phí từ ngày 01/12/2023 (Ảnh minh họa - nguồn internet)

Cụ thể, đối tượng mới được bổ sung vào nhóm tham gia BHYT do ngân sách nhà nước đóng là:

Người dân thuộc các xã an toàn khu, vùng an toàn khu cách mạng trong kháng chiến chống

Pháp và chống Mỹ hiện đang thường trú tại các xã an toàn khu cách mạng trong kháng chiến chống Pháp và chống Mỹ đã được cập nhật thông tin trong Cơ sở dữ liệu quốc gia về dân cư, Cơ sở dữ liệu về cư trú.

Trong đó, đối tượng này không thuộc đối tượng quy định tại các khoản 1, 2, 3 Điều 12 Luật Bảo hiểm y tế.

Ngoài ra, Nghị định 75 còn sửa đổi quy định về 02 đối tượng thuộc nhóm tham gia BHYT do ngân sách nhà nước đóng bao gồm:

- Người thuộc diện hưởng trợ cấp, trợ giúp xã hội hằng tháng theo quy định của pháp luật về người cao tuổi, người khuyết tật và trợ giúp xã hội.

- Người thuộc hộ gia đình nghèo theo chuẩn hộ nghèo giai đoạn 2022 - 2025 quy định tại Nghị định 07 năm 2021 và các văn bản khác của cơ quan có thẩm quyền sửa đổi, bổ sung hoặc thay thế.

Nghị định 75/2023/NĐ-CP có hiệu lực kể từ ngày 03/12/2023./.

Bích Hạnh (tổng hợp)

Báo cáo thành công sử dụng xạ trị trong điều trị loạn nhịp tim

Các nhà nghiên cứu Mỹ đã báo cáo một số thành công khi sử dụng xạ trị để điều trị cho những bệnh nhân có loạn nhịp tim. Phương pháp điều trị mang tính thử nghiệm cao, hiện chỉ được thực hiện trên một số ít bệnh nhân. Nhưng các bác sĩ đang chuẩn bị nghiên cứu lớn đầu tiên để kiểm tra tính hiệu quả của nó trên một nhóm lớn.

Các nhà khoa học đang nghiên cứu phương pháp điều trị cho biết: ban đầu cho thấy xạ trị có thể tái cấu trúc lại các tế bào cơ tim bị suy yếu để kiểm soát nhịp tim giống như các tế bào mới hơn, khỏe mạnh hơn.

Loạn nhịp tim, được y học gọi là nhịp nhanh thất, là nguyên nhân chính gây ra các cơn đau ngực đột ngột trên toàn thế giới. Tại Hoa Kỳ, tình trạng này được cho là nguyên nhân gây ra khoảng 300.000 ca tử vong mỗi năm.

Dùng xạ trị để điều trị bệnh lý này là cực kỳ bất thường. Ngay cả các bác sĩ điều trị bệnh nhân ung thư cũng được đào tạo để tránh nhắm vào tim do có lo ngại rằng, xạ trị có thể gây thêm những bất lợi cho tim. Nhưng các bác sĩ đang nghiên cứu phương pháp điều trị này cho biết, họ đã thấy kết quả tốt đến mức họ đang mong muốn mở rộng thêm nghiên cứu của mình. Nhóm khoa học cho biết, phương pháp điều trị này sẽ hướng đến những bệnh nhân có loạn nhịp tim đe dọa tính mạng mà việc điều trị bằng các phương pháp khác không khả thi. Nghiên cứu sẽ cố gắng tìm hiểu xem xạ trị một lần có thể là cách an toàn và hiệu quả để điều trị cho những bệnh nhân có loạn nhịp tim mà các phương pháp khác không giúp ích được hay không.

Một bệnh nhân đồng ý tiếp

nhận phương pháp điều trị thử nghiệm là Jeff Backus ở Louisville, Kentucky. Anh ấy không thể điều trị khỏi bệnh lý tim mạch của mình bằng các phương pháp khác. Backus quyết định thử nghiệm phương pháp xạ trị vào tháng 2. Cho đến nay, sức khỏe anh ấy vẫn đang ổn định và phương pháp này “đã mang lại cho tôi một chút hy vọng”, anh ấy nói.

Ở phương pháp điều trị này, bác sĩ sẽ đặt các ống thông nhỏ vào trong tim để xác định và đốt cháy các tế bào bị hỏng, giúp ngăn những đường dẫn truyền sai lệch. Tuy nhiên, có một số bệnh nhân không đảm bảo tình trạng sức khỏe để được điều trị bằng ống thông.

Ý tưởng sử dụng xạ trị đến từ Tiến sĩ Phillip Cuculich, chuyên gia về tim tại Đại học Washington. Cuculich hợp tác với Tiến sĩ Clifford Robinson, người chuyên nhắm mục tiêu chính xác vào bệnh ung thư trong khi tránh các mô khỏe mạnh gần đó. Robinson cho biết ông không bao giờ nhắm đến trái tim trong quá trình điều trị ung thư mà thay vào đó luôn cố gắng tránh cơ quan này. Nhưng ông đã đồng ý thử và cảnh báo bệnh nhân về những rủi ro lâu dài có thể xảy ra. Ông cho biết bệnh nhân đầu tiên đã



nói với ông rằng: “Bạn lo lắng về điều gì đó có thể xảy ra với tôi sau 10 hoặc 20 năm nữa? Còn tôi chỉ lo lắng về ngày mai.” “Điều đó thực sự đã khiến tôi thay đổi suy nghĩ và mở mang tầm mắt,” ông nói thêm.

Cuculich và Robinson đã báo cáo những thành công đầu tiên của họ vào năm 2017 và 2019. Các thử nghiệm với số lượng nhỏ bệnh nhân bị bệnh nặng cho thấy sự cải thiện triệu chứng đáng kể. Một số bệnh nhân vẫn khỏe mạnh sau 6 năm kể từ ngày điều trị.

Việc điều trị chưa được Cục Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm Hoa Kỳ chấp thuận. Nhưng Cuculich và Robinson đã được phép điều trị cho khoảng 80 người tùy từng trường hợp cụ thể. Nhóm nghiên cứu cũng đã hướng dẫn phương pháp này cho nhiều bệnh viện ở Mỹ và các nước khác đồng ý thử nghiệm./.

BS. Huỳnh Tấn Đạt
(BVĐK tỉnh Bình Dương –
tổng hợp)



Cây rau má vị thuốc đông y quý giải nhiệt ngày nóng

Cây Rau Má còn gọi là tích tuyết thảo. Tên khoa học là *Centella asiatica* (L.) Urb., (*Hydrocotyle asiatica* L. *Trisanthus cochinchinensis* Lour). Thuộc họ Hoa tán *Apiaceae* (*Umbelliferae*).



Rau má là một loại cỏ mọc bò, có rễ ở các mấu, thân gãy, nhẵn. Lá hình mắt chim, khía tai bèo, rộng 2-4cm, cuống dài 2-4cm trong những nhánh mang hoa và dài 10-12cm trong những nhánh thường. Cụm hoa đơn mọc ở kẽ lá, gồm 1 đến 5 hoa nhỏ. Quả dẹt rộng 3-5mm, có sống hơi rõ.

Rau má mọc hoang tại khắp nơi ở Việt Nam và các nước vùng nhiệt đới như Lào, Campuchia, Indonexia, Ấn Độ v.v.

Dùng toàn cây; khi tươi có vị đắng, hăng hơi khó chịu; khi khô thì chỉ còn mùi cỏ khô. Thu hái quanh năm. Dùng tươi hay sao vàng. Thành phần của Rau má được nhiều người nghiên cứu, nhưng kết quả chưa thống nhất.

- Theo Basu và Lamsal (1947), trong rau má có một ancaloit gọi là hydrocotylin. Ancaloit này cho các muối oxalat với độ chảy 295°C, muối picrat với độ chảy 110-112°, muối cloroplatinat với độ chảy 134-136°C.

- Theo Bửu Hội, Rakoto Ratsimamanga và Boiteau, trong cây rau má thu hái ở đảo Mangat có chứa một glucozit gọi là asiaticozit. Thủy phân asiaticozit sẽ cho axit asiatic và glucoza. Chất glucozit này có tinh thể, tan trong rượu; độ chảy 230-233°C, có thể cho

một dẫn xuất tan trong nước gọi là oxyasiaticozit có tác dụng điều trị được bệnh lao.

- Một số tác giả khác (Lythgoe và Trippet) nghiên cứu rau má mọc ở Xrilanca (1949) đã lấy ra được một glucozit khác đặt tên là xentelozit (centelloside) có tính chất gần như asiaticozit.

- Hiện nay, một số tác giả cho rằng hoạt chất của rau má là những saponin (axit asiatic, axit brahmic) có cấu trúc tri-tecpen, có tác dụng tới mô liên kết, giúp cho các mô tái tạo nhanh chóng, do đó làm cho vết thương mau lành và lên da non.

Rau má hiện nay ngoài là một loại rau ăn được còn là một vị thuốc đông y được nhiều người sử dụng. Rau má được coi là một vị thuốc mát, vị ngọt, hơi đắng, tính bình, không độc, có tính chất giải nhiệt, giải huyết, tả lý, khí hư, bạch đới, lợi sữa. Ngày dùng 30 đến 40g tươi, vò nát vắt lấy nước uống hoặc sắc uống. Thuốc rau má không độc, phụ nữ có thai vẫn dùng được.

Tại một số nước, người ta chú ý nghiên cứu rau má để tìm tác dụng chữa bệnh phong và bệnh lao.

Hiện nay, rau má còn được một số nước bào chế dưới dạng viên nén hay thuốc tiêm. Cụ thể:

- Viên nén chứa 0,01g rau

má để
c h ữ a
c á c
chứng dẫn

tĩnh mạch, chứng nặng chân do máu ở các tĩnh mạch chân chậm trở về tim. Ngày uống 3-6 viên vào bữa ăn.

- Thuốc tiêm 1ml chứa 0,02g cao rau má. Cách 1 ngày tiêm bắp 1 ống phối hợp bởi thuốc mỡ (1% cao rau má) hoặc thuốc bột chứa 2% cao rau má để chữa các vết bỏng, vết thương do chấn thương hoặc vết phẫu thuật, các tổn thương ở da và niêm mạc (tai, mũi, họng) hoặc sản phụ.

- Các đơn thuốc có rau má
* Chữa đau bụng, đi ỉa lỏng, đi lỵ:

Rau má (cả dây, cả lá) rửa sạch, thêm ít muối, nhai sống. Ngày ăn chừng 30-40g (kinh nghiệm nhân dân nhiều nơi). Có thể luộc rau má mà ăn như ăn rau.

* Chữa phụ nữ kinh nguyệt đau bụng, đau lưng:

Rau má hái lúc ra hoa, phơi khô, tán nhỏ. Ngày uống một lần, vào lúc buổi sáng, mỗi lần hai thìa cà phê gạt ngang.

* Chữa rôm sảy, mẩn ngứa:
Hàng ngày ăn rau má trộn dầu dấm. Hoặc rau má hái về, giã nát, vắt lấy nước, thêm đường vào uống hằng ngày./.

**Hoàng Văn Lợi
(BVĐK tỉnh Bình Dương)**

Hội thảo khoa học “nâng cao kiến thức, kỹ năng truyền thông dinh dưỡng miễn dịch người lớn” tại Bình Dương

Sáng ngày 10/12/2023, Trung tâm Truyền thông Giáo dục sức khỏe Trung ương - Bộ Y tế phối hợp với cùng Sở Y tế tỉnh Bình Dương, Công ty Cổ phần Sữa VitaDairy Việt Nam tổ chức “Hội thảo khoa học nâng cao kiến thức, kỹ năng truyền thông dinh dưỡng miễn dịch người lớn”.



Tham dự Hội nghị về phía Trung tâm Truyền thông - Giáo dục sức khỏe Trung ương (Bộ Y tế) có Ông Vũ Mạnh Cường, Giám đốc Trung tâm; bà Hoàng Thị Khánh Phương, Phó Giám đốc Trung tâm. Về phía Sở Y tế tỉnh Bình Dương có ông Huỳnh Minh Chín – Phó Giám đốc Sở Y tế. Về phía Công ty Cổ phần Sữa VitaDairy Việt Nam có bà Nguyễn Thị Hà, Tổng Giám đốc. Cùng với lãnh đạo các bệnh viện, Trung tâm, các chuyên gia đầu ngành về dinh dưỡng, miễn dịch của bệnh viện đa khoa tỉnh Bình Dương, Chi hội Lão khoa

TP Hồ Chí Minh, Bệnh viện Đại học Y dược TP Hồ Chí Minh cùng 300 đại biểu là cán bộ y tế đang làm việc tại các bệnh viện, trung tâm y tế tỉnh Bình Dương và Bình Phước.

Tại hội thảo, các đại biểu được nghe các chuyên gia chia sẻ về các chuyên đề: Tình trạng suy giảm miễn dịch do lão hóa và nguyên tắc tăng cường miễn dịch; Dinh dưỡng miễn dịch và hiệu quả tăng cường miễn dịch của sữa non ở người trung - cao tuổi; Giải pháp dinh dưỡng miễn dịch giúp tăng cường miễn dịch ở người cao tuổi; Ứng dụng dinh dưỡng miễn dịch trong các

sản phẩm dinh dưỡng chuyên biệt của VitaDairy. Đồng thời được tập huấn để tăng cường Kỹ năng truyền thông về dinh dưỡng cho người cao tuổi.

Hội thảo cũng giúp cán bộ y tế cập nhật những kiến thức về ứng dụng dinh dưỡng miễn dịch trong việc chăm sóc sức khỏe người lớn, đưa ra các giải pháp thông qua dinh dưỡng để tăng cường miễn dịch, từ đó góp phần chăm sóc tốt hơn sức khỏe cho người lớn tuổi./.

Bích Hạnh

Đại hội đại biểu Hội Thầy thuốc trẻ tỉnh Bình Dương lần thứ III, nhiệm kỳ 2023-2028

Sáng ngày 16/12/2023, Hội Thầy thuốc trẻ tỉnh Bình Dương đã long trọng tổ chức Đại hội đại biểu lần thứ III, nhiệm kỳ 2023-2028.



Tham dự đại hội có TS Hà Anh Đức – Chánh Văn phòng Ban cán sự Đảng Bộ Y tế, Chánh Văn phòng Bộ Y tế, Chủ tịch Hội Thầy thuốc trẻ Việt Nam; ông Nguyễn Lộc Hà - Phó Chủ tịch UBND tỉnh Bình Dương; ông Bùi Thanh Nhân – Trưởng Ban Dân Vận tỉnh Bình Dương; TS Nguyễn Hồng Chương – Giám đốc Sở Y tế Bình Dương cùng đại diện lãnh đạo HĐND tỉnh, Đoàn đại biểu Quốc hội tỉnh, các sở, ban, ngành, đoàn thể tỉnh Bình Dương.

Trong nhiệm kỳ qua (2018 - 2022), Hội Thầy thuốc trẻ tỉnh đã có những bước chuyển biến tích cực, khẳng định sự đóng

góp của lực lượng thầy thuốc trẻ trong sự nghiệp đổi mới, công nghiệp hóa - hiện đại hóa đất nước. Ngoài công tác chuyên môn, thực hiện nhiệm vụ của ngành y tế và triển khai thực hiện các cuộc vận động của Hội Liên hiệp Thanh niên Việt Nam, Hội Thầy thuốc trẻ tỉnh Bình Dương đã tổ chức nhiều hoạt động và đạt được những kết quả đáng ghi nhận. Nhiều hoạt động có sức lan tỏa trong xã hội, huy động được nhiều nguồn lực để tổ chức các hoạt động chăm sóc sức khỏe nhân dân, hướng về cộng đồng.

Nổi bật là chiến dịch “Tình nguyện vì sức khỏe cộng đồng”, hội đã khám, phát thuốc, điều

trị miễn phí cho hơn 40.000 gia đình chính sách, có công với cách mạng, người nghèo, đồng bào dân tộc thiểu số, tôn giáo trong và ngoài tỉnh với tổng số tiền thuốc và quà tặng hơn 16 tỷ đồng. Đáng chú ý, tại tỉnh Bình Dương, hội đã khám bệnh, cấp thuốc miễn phí cho hơn 20.200 thanh niên công nhân, người dân địa phương; tư vấn sức khỏe, khám sàng lọc các bệnh cho hơn 11.600 cán bộ hưu trí, người cao tuổi. Đặc biệt, chương trình “Hành trình đỏ” thu hút hơn 1.000 thầy thuốc trẻ tham gia hiến máu, thu được 1.000 đơn vị máu. Trong nhiệm kỳ 2023 - 2028, Hội Thầy thuốc trẻ tỉnh Bình Dương phấn đấu

khám bệnh, cấp phát thuốc miễn phí cho 200.000 người, mổ mắt miễn phí cho 800 người cao tuổi, tầm soát ung thư cho 1.000 người dân, triển khai 50 công trình nghiên cứu khoa học/1 năm.

Đại hội đã bầu Ban Chấp hành Hội Thầy thuốc trẻ tỉnh Bình Dương khóa III gồm 28 đồng chí. Tại hội nghị lần thứ nhất, Ban Chấp hành đã bầu ra Ban Thường vụ gồm 9 đồng chí; bầu Chủ tịch Hội và 3 Phó Chủ tịch Hội. Đồng chí Huỳnh Minh Chín – Phó Giám đốc Sở Y tế, Ủy viên Ban Chấp hành Hội Thầy thuốc trẻ Việt Nam được giữ chức vụ Chủ tịch Hội Thầy thuốc trẻ tỉnh Bình Dương khóa III, nhiệm kỳ 2023 – 2028; 3 Phó Chủ tịch Hội Thầy thuốc trẻ tỉnh Bình Dương khóa III, nhiệm kỳ 2023 – 2028 là đồng chí Lê Ngọc Long – Phó Giám đốc Bệnh viện Đa khoa tỉnh Bình Dương; đồng chí Trần Ngọc Hiền – Phó Chủ tịch Hội đồng thành viên Bệnh viện Đa khoa Medic Bình Dương và đồng chí Lê Nguyễn Thế Phương – Bí thư Đoàn TNCS Hồ Chí Minh Sở Y tế tỉnh Bình Dương.

Ngày nay, Hội Thầy thuốc trẻ tỉnh Bình Dương đã trao Bằng khen của Hội Thầy thuốc trẻ Việt Nam, UBND tỉnh, Trung ương Hội Liên hiệp Thanh niên Việt Nam, Ủy Ban Hội Liên hiệp Thanh niên Việt Nam tỉnh Bình Dương cho các tập thể, cá nhân có nhiều đóng góp trong công tác xây dựng, tổ chức hội; trao 200 suất quà “Phiên chợ 0 đồng” cho công đoàn viên ngành y tế có hoàn cảnh khó khăn. Bệnh viện Đa khoa Medic Bình Dương trao tặng 1000 suất khám chữa bệnh cho thanh niên công nhân lao động có hoàn cảnh khó khăn./.

Bích Hạnh

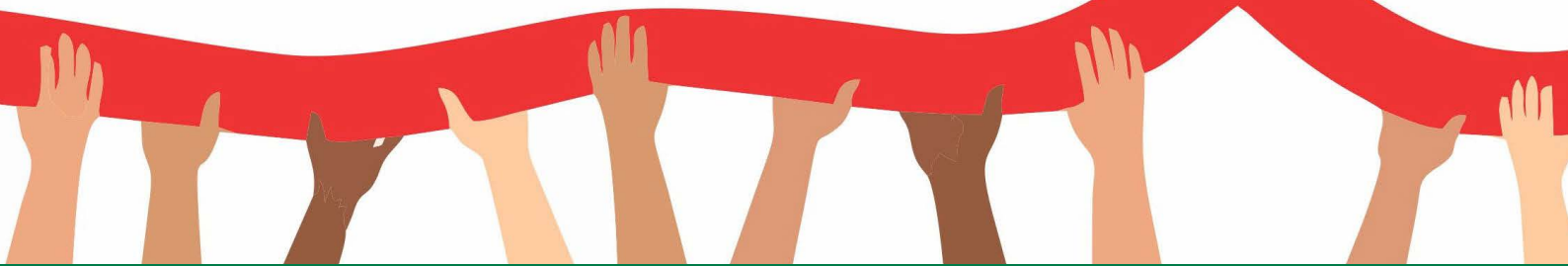


Tháng hành động quốc gia phòng, chống HIV/AIDS năm 2023

“Cộng đồng sáng tạo

Quyết tâm chấm dứt dịch bệnh AIDS vào năm 2030!”

Ủy Ban Quốc gia phòng chống AIDS, ma túy, mại dâm phát động trong cả nước Tháng hành động Quốc gia phòng, chống HIV/AIDS năm 2023 từ 10/11-10/12 năm 2023. Việt Nam chọn chủ đề Tháng hành động là: “Cộng đồng sáng tạo – Quyết tâm chấm dứt dịch bệnh AIDS vào năm 2030!” với mục tiêu đẩy mạnh các hoạt động phòng, chống HIV/AIDS để giảm số người mới nhiễm HIV và tử vong liên quan đến AIDS, chấm dứt dịch AIDS tại Việt Nam vào năm 2030, giảm tối đa tác động của HIV/AIDS đến sự phát triển kinh tế - xã hội.



Trong những năm qua, với những nỗ lực triển khai toàn diện và hiệu quả các giải pháp phòng, chống HIV/AIDS, Việt Nam đã giảm hơn 2/3 số người nhiễm mới và số người tử vong do HIV/AIDS so với 10 năm trước đây. Những kết quả đáng mừng đó có sự đóng góp không nhỏ của các đoàn thể, đơn vị của các địa phương, các doanh nghiệp tư nhân, khu

công nghiệp và các tổ chức cộng đồng, cùng toàn dân chung tay thực hiện.

Hiện đại dịch AIDS vẫn còn diễn biến phức tạp, nguy cơ quay trở lại còn cao. Nhiễm HIV đang được trẻ hóa nhanh về số lượng và vùng miền, đường lây chủ yếu qua quan hệ tình dục không an toàn, đặc biệt là quan hệ tình dục đồng giới nam. Đối tượng công nhân tại các khu công nghiệp, học sinh, sinh viên đang có chiều hướng tăng nhanh. Vì vậy, để nâng cao kiến thức, thái độ và hành vi về HIV/AIDS cho thanh niên cần có sự góp sức của các lực lượng công đoàn, đoàn thanh niên các cấp trong việc chủ động triển khai các hoạt động

truyền thông tại cơ sở làm việc, trường học và các sân chơi của thanh niên. Bên cạnh đó, đối với thanh niên trẻ là học sinh, sinh viên, công nhân tự trang bị kiến thức về HIV/AIDS, giới tính, sức khỏe sinh sản, tình dục an toàn; tác hại của ma túy; cảnh báo nguy cơ lây nhiễm HIV ở giới trẻ thông qua các giờ ngoại khóa, các buổi hội thảo, nói chuyện chuyên đề, và thông qua các cuộc thi viết về HIV/AIDS và các hoạt động khác tại công ty trong các khu công nghiệp và cụm công nghiệp.

Cộng đồng chung tay cùng nhau phòng, chống HIV trong giai đoạn mới với chủ trương “Cộng đồng sáng tạo – Quyết tâm chấm dứt dịch bệnh AIDS vào năm 2030!”./.

BS. Nhã Uyên

Thủ Dầu Một tổ chức tuyên truyền tư vấn chăm sóc sức khỏe sinh sản phụ nữ, cách phòng tránh các bệnh lây truyền qua đường tình dục; phòng chống tác hại của thuốc lá cho phụ nữ

Nhằm tạo điều kiện để cán bộ, hội viên, phụ nữ, nữ công nhân lao động được tiếp cận với các dịch vụ chăm sóc sức khỏe như: sức khỏe sinh sản, dinh dưỡng và cách phòng ngừa các bệnh lây lan qua đường tình dục, sức khỏe thời kỳ tiền mãn kinh, phòng chống tác hại của thuốc lá...



Sáng ngày 19/12/2023 Trung tâm Y tế thành phố Thủ Dầu Một phối hợp cùng Hội LHPN thành phố tổ chức tuyên truyền tư vấn chăm sóc sức khỏe sinh sản phụ nữ, cách phòng tránh các bệnh lây truyền qua đường tình dục; vệ sinh kinh nguyệt và thời kỳ tiền mãn kinh, các kiến thức phòng chống tác hại của thuốc lá cho hơn 200 chị, em phụ nữ là Cán bộ, hội viên, phụ nữ, công nhân lao động trên địa bàn tại Hội trường A – UBND thành phố Thủ Dầu Một.

Tại Hội nghị, các chị đã được nghe Bà Phan Thị Ngọc Hạnh –

Phó trưởng khoa phụ trách dân số - Truyền thông giáo dục sức khỏe, trung tâm y tế thành phố báo cáo những nội dung như: tư vấn chăm sóc sức khỏe sinh sản phụ nữ, cách phòng, tránh các bệnh lây truyền qua đường tình dục và một số dấu hiệu thay đổi trong thời kỳ tiền mãn kinh. Đồng thời, BS Trần Thị Quỳnh Trang – nhân viên khoa Bệnh Không lây của Trung tâm Kiểm soát bệnh tật tỉnh Bình Dương đã triển khai một số nội dung tuyên truyền phòng, chống tác hại của thuốc lá.

Thông qua nội dung truyền thông tại Hội nghị, các cán bộ,

báo cáo viên, tuyên truyền viên đã nắm bắt được những kiến thức cơ bản và cách phòng tránh và điều trị về các bệnh lý lây truyền qua đường tình dục, kiến thức phòng, chống tác hại của thuốc lá; từ đó giúp chị em hội viên, phụ nữ nâng cao kiến thức chăm sóc sức khỏe bản thân và gia đình, góp phần thực hiện có hiệu quả công tác chăm sóc, bảo vệ sức khỏe cho phụ nữ trên địa bàn Thành phố.

CN Phan Thị Ngọc Hạnh
Phó trưởng P. Dân số -
TTGDSK, TTYT Thủ Dầu Một

Hưởng ứng Ngày Thế giới sẵn sàng phòng chống dịch bệnh 27/12/2023

Toàn dân, toàn xã hội tham gia phòng, chống dịch bệnh

Năm 2020, tại phiên họp toàn thể, Đại hội đồng Liên Hiệp Quốc đã thông qua Nghị quyết lấy ngày 27 tháng 12 hàng năm là Ngày Thế giới sẵn sàng phòng, chống dịch bệnh. Đây là Nghị quyết đầu tiên của Đại hội đồng Liên Hợp Quốc trong lĩnh vực này, và là nghị quyết do Việt Nam cùng 05 quốc gia đồng đề xuất. Ngày 27/12 được chọn làm Ngày Thế giới Phòng chống dịch bệnh xuất phát từ ngày sinh của nhà bác học Louis Pasteur, một trong những người đầu tiên đặt nền móng cho y tế dự phòng.



Trong những năm gần đây, tình hình dịch bệnh truyền nhiễm trên thế giới diễn biến khó lường, khó dự báo. Tình trạng ô nhiễm môi trường, biến đổi khí hậu, thiên tai, lụt bão, đô thị hóa, v.v, tạo thuận lợi cho các dịch bệnh truyền nhiễm xuất hiện, lây lan và bùng phát. Ngày Thế giới phòng chống dịch bệnh tập trung vào việc nâng cao nhận thức của từng cá nhân, cộng đồng và các quốc gia về việc thường xuyên, chủ động phòng, chống dịch bệnh.

Quán triệt quan điểm phòng bệnh từ sớm, từ xa, để hạn chế dịch bệnh bùng phát, và chủ động, chuẩn bị sẵn sàng ứng phó với các đại dịch hoặc các tình huống khẩn cấp về dịch bệnh trong tương lai, thực hiện Kế hoạch phòng, chống dịch bệnh truyền nhiễm năm 2023, Bộ Y tế tổ chức các hoạt động hưởng ứng Ngày Quốc tế phòng, chống dịch bệnh 27/12 với chủ đề “Toàn dân, toàn xã hội tham gia phòng, chống dịch bệnh”, nhằm nâng cao ý thức của người dân và tăng cường

sự tham gia của các cấp, các ngành, cấp ủy, chính quyền địa phương và cộng đồng trong việc sẵn sàng phòng, chống dịch bệnh và Phát động phong trào thi đua phòng, chống dịch bệnh trong thời gian tới.

Cộng đồng chung tay đoàn kết, hành động, tiếp tục nâng cao tinh thần chủ động phòng chống dịch bệnh để hướng tới một thế giới khỏe mạnh hơn, đạt được các mục tiêu chăm sóc và bảo vệ sức khỏe bền vững./.

BS. Diệu Hương

100 Doanh nghiệp trên địa bàn tỉnh Bình Dương được tập huấn chăm sóc sức khỏe người lao động, phòng chống bệnh nghề nghiệp

Sáng ngày 11/12/2023 tại Hội trường lầu 2, Trung tâm Kiểm soát bệnh tật (KSBT) cơ sở 2 đã diễn ra Chương trình tập huấn Chăm sóc sức khỏe người lao động, phòng chống bệnh nghề nghiệp cho hơn 200 đại biểu là nhân viên y tế và cán bộ chủ chốt đến từ 100 doanh nghiệp trên địa bàn tỉnh.

Chương trình tập huấn được chia thành 02 lớp diễn ra trong 02 ngày (11 và 12/12/2023) với mục đích chính là phổ biến các quy định về quản lý, chăm sóc sức khỏe người lao động; Hoàn thiện hồ sơ quản lý sức khỏe và bệnh tật người lao động, báo cáo y tế lao động định kỳ; Thực hiện kế hoạch ứng cứu khẩn cấp, sơ cấp cứu tại chỗ; Các quy định thực hiện quan trắc môi trường lao động theo Nghị định 44/2016/NĐ-CP và các văn bản pháp quy về an toàn vệ sinh lao động, chăm sóc sức khỏe người lao động và Bệnh nghề nghiệp, v.v. Đây là những kiến thức rất hữu ích và thiết thực, giúp doanh nghiệp được cập nhật kịp thời các quy định nghiệp vụ cũng như chuyên môn về vệ sinh lao động, phòng, chống bệnh nghề nghiệp. Kết thúc chương trình tập huấn, học viên cũng đã nắm bắt được công tác vệ sinh lao động, phòng chống bệnh nghề nghiệp để bảo vệ và nâng cao sức khỏe cho người lao động./.

Mai Thi





Hưởng ứng Ngày Dân số Việt Nam (26/12) và Tháng hành động Quốc gia về Dân số (Tháng 12)

*Tham gia tư vấn và khám sức khỏe trước khi kết hôn
vì hạnh phúc gia đình, vì tương lai đất nước*

Thời gian qua, công tác dân số luôn nhận được sự quan tâm của Đảng, Nhà nước và đã đạt được nhiều thành tích quan trọng. Tốc độ gia tăng dân số đã được khống chế thành công, cơ cấu dân số chuyển dịch tích cực, dân số trong độ tuổi lao động tăng mạnh. Từ năm 2007, nước ta bước vào thời kỳ dân số vàng. Chất lượng dân số được cải thiện về nhiều mặt, tuổi thọ trung bình tăng nhanh, đạt 73,6 tuổi vào năm 2021 và cao hơn so với mức trung bình của khu vực Đông Nam Á. Tình trạng suy dinh dưỡng, tử vong bà mẹ, trẻ em giảm mạnh. Tầm vóc, thể lực người Việt Nam được cải thiện.

Các kết quả công tác dân số đạt được trong thời gian qua đã góp phần quan trọng vào phát triển kinh tế - xã hội của đất nước, góp phần vào công cuộc xóa đói, giảm nghèo, bảo vệ, chăm sóc sức khỏe, thực hiện thành công các mục tiêu phát triển thiên niên kỷ, nâng cao chất lượng nguồn nhân lực và chất lượng cuộc sống của nhân dân.

Tháng hành động Quốc gia về Dân số là sự kiện thường niên diễn ra vào tháng 12, hoạt động này nhằm nâng cao nhận thức của toàn xã hội về các vấn đề dân số, là dịp để chúng ta cùng quan tâm và thực hiện các vấn đề trong lĩnh vực dân số, chăm sóc sức khỏe, bình đẳng

giới, bảo vệ môi trường, cải thiện đời sống, nâng cao chất lượng dân số và tuổi thọ của người dân, góp phần phát triển đất nước. Năm 2023, Bộ Y tế đã chọn chủ đề của Tháng hành động Quốc gia về Dân số và hưởng ứng Ngày Dân số Việt Nam 26/12 là "Tham gia tư vấn và khám sức khỏe trước khi kết hôn vì hạnh phúc gia đình, vì tương lai đất nước". Việc tham gia tư vấn và khám sức khỏe trước khi kết hôn không chỉ đơn thuần là thể hiện sự quan tâm đến sức khỏe của bản thân, mà còn là thực hiện trách nhiệm đối với tương lai hạnh phúc gia đình của chính mình và toàn xã hội; giúp phát hiện và



điều trị sớm một số bệnh, tật có thể ảnh hưởng đến vấn đề tình dục, mang thai, sinh đẻ về sau; phòng tránh một số dị tật bẩm sinh cho con cái trong trường hợp người bố hoặc người mẹ mắc các bệnh nguy hiểm có thể di truyền như tan máu bẩm sinh, rối loạn đông máu, v.v. Từ đó góp phần nâng cao chất lượng dân số, đảm bảo sự phát triển bền vững của đất nước./.

BS. Diệu Hương

Hoạt động vẽ tranh cổ động hưởng ứng ngày thế giới phòng chống HIV/AIDS

Hưởng ứng Tháng hành động Quốc gia phòng, chống HIV/AIDS và Ngày Thế giới phòng, chống HIV/AIDS, sáng 01/12/2023, Trung tâm Kiểm soát bệnh tật tỉnh Bình Dương phối hợp với Doanh nghiệp xã hội Kết nối trẻ phát động hoạt động Vẽ tranh cổ động phòng chống HIV/AIDS với chủ đề “Hãy để cộng đồng dẫn dắt”.

Tham dự buổi vẽ tranh có ông Võ Hải Sơn- Phó Cục trưởng Cục phòng, chống HIV/AIDS, bà Nguyễn Thị Giang Nhung – PGĐ Trung tâm Kiểm soát bệnh tật tỉnh Bình Dương; ông Tống Văn Nam - GD Doanh nghiệp xã hội Kết nối trẻ, đại diện TTYT TP Thủ Dầu Một, TTYT TP Thuận An, TTYT Thị xã Bến Cát cùng với các thành viên của các nhóm cộng đồng.

Buổi vẽ tranh nhằm huy động sự tham gia tích cực hơn nữa của cộng đồng và người nhiễm HIV/AIDS vào cuộc chiến phòng, chống HIV/AIDS, thông qua đó, nêu cao ý thức sống gương mẫu, thói quen sống lành mạnh, tự trang bị đầy đủ các kiến thức cơ bản về biện pháp phòng, chống HIV/AIDS; biết dừng đúng lúc, không để bản thân mắc vào tệ nạn ma túy, mại dâm; cảm thông, chia sẻ, không kỳ thị, phân biệt đối xử với người nhiễm HIV và bệnh nhân AIDS.

Kết thúc buổi vẽ tranh, Ban tổ chức đã trao 03 phần quà cho 03 tác phẩm xuất sắc, có ý nghĩa giáo dục cao, thiết thực và tạo được ấn tượng đối với người xem./.

Bích Hạnh



Những thực phẩm có purine thấp an toàn cho người bệnh gout

Gout là một bệnh lý rối loạn chuyển hóa purin làm tăng Acid uric máu dẫn đến ứ đọng tinh thể muối Urát tại khớp gây viêm khớp. Biểu hiện lâm sàng đặc trưng thường là sưng tấy, nóng, đỏ, đau dữ dội tại một hay nhiều khớp. Những cơn đau do gout (gút) khiến người bệnh đau đớn. Vì thế, nhiều người bệnh đã và đang tìm hiểu việc ăn uống như thế nào để hạn chế triệu chứng và tránh những loại trái cây, rau, thịt hoặc hải sản nào để giảm cơn đau.

Purin là gì?

Purine là những chất có trong thực phẩm động vật và thực vật mà cơ thể chuyển hóa thành acid uric. Nếu cơ thể không thể thải acid uric qua thận, nó có thể tích tụ trong máu và lắng đọng dưới dạng tinh thể hình kim trong khớp. Những tinh thể này gây ra tình trạng viêm nặng và đau dữ dội khi bị bệnh gout tấn công.

Chế độ ăn ít purine tốt cho người bệnh gout

Theo các chuyên gia, sự kết hợp giữa thuốc và chế độ ăn uống là cách tốt nhất để điều trị bệnh gout. Cụ thể, áp dụng một chế độ ăn ít purine có lợi cho người bệnh gout.

Chế độ ăn ít purine là những bữa ăn dựa trên các loại thực phẩm có hàm lượng purine thấp. Purine là một chất có trong thực phẩm và cũng được cơ thể sản xuất một cách tự nhiên. Purine được cơ thể phân hủy và chuyển thành acid uric. Thận thường lọc acid uric và bài tiết khỏi cơ thể qua nước tiểu. Tuy nhiên, những người bị bệnh gout có sự tích tụ acid uric

trong máu. Sự tích tụ acid uric này có thể gây sưng và đau (cơn gout tấn công). Vì thế, chế độ ăn ít purine có thể giúp giảm bớt các cơn đau do gout.

Một số thực phẩm có hàm lượng purine thấp

- Các sản phẩm ít béo và không chứa sữa - chất béo, chẳng hạn như sữa chua và sữa gầy; trái cây và rau quả tươi; các loại hạt, bơ đậu phộng và ngũ cốc; chất béo và dầu; khoai tây, gạo, bánh mì và mì ống; trứng (ở mức độ vừa phải), v.v.

Những thực phẩm có hàm lượng purine cao mà bệnh nhân gout nên hạn chế:

- Đồ uống có cồn (tất cả các loại); Một số loại cá, hải sản bao gồm cá cơm, cá mòi, cá trích, trai, sò điệp, cá hồi và cá tuyết, cá tuyết chấm đen; Thịt thú rừng; Một số loại thịt như thịt xông khói, thịt gà tây, thịt bê, thịt nai; Các loại thịt nội tạng, chẳng hạn như óc, tim, thận, gan; Nước thịt và nước sốt làm từ thịt, v.v.

Một số biện pháp khác



Mặc dù những gì người bệnh ăn có thể ảnh hưởng đến lượng acid uric mà cơ thể sản xuất nhưng tác động này rất nhỏ so với dùng thuốc. Không có kế hoạch ăn uống cụ thể nào có thể ngăn chặn hoàn toàn các đợt bùng phát nhưng người bệnh gout đặt ra các mục tiêu sau để quản lý bệnh:

- Đạt cân nặng khỏe mạnh.
- Thiết lập và duy trì thói quen ăn uống tốt.
- Hạn chế thực phẩm chứa purine.
- Bổ sung thực phẩm có thể giúp kiểm soát nồng độ acid uric.
- Uống đủ nước mỗi ngày vì chất lỏng giúp cơ thể loại bỏ acid uric dư thừa./.

Mai Thi

Thực phẩm và đồ uống giúp người bệnh cúm nhANH HỒI PHỤC

Cúm là một bệnh nhiễm khuẩn hô hấp cấp tính do vi rút cúm gây nên. Khi mắc cảm cúm, người bệnh cần tăng cường một số thực phẩm và đồ uống dưới đây có thể giúp bạn cảm thấy dễ chịu và hồi phục nhanh hơn.



Nước ấm rất tốt cho người bệnh cúm

Các triệu chứng của bệnh cúm thường bao gồm sốt, tiêu chảy, nôn, ăn uống kém... có thể dẫn đến mất nước và chất điện giải. Do đó, cần uống nhiều nước hơn để bù đắp nước cho cơ thể. Tuy nhiên, uống nước ấm hoặc súp/canh ấm sẽ giúp giảm bớt các triệu chứng của bệnh cúm. Nguyên nhân có thể do do chất lỏng ấm thúc đẩy tiết nước bọt và chất nhầy đường thở để bôi trơn và làm dịu đường hô hấp trên.

Việc bổ sung nước dùng/ cháo/súp ấm là một lựa chọn tuyệt vời khi bạn bị cúm, vì nó giàu chất dinh dưỡng và tính ấm có thể làm dịu cơn đau họng. Tuy nhiên nên chọn loại có hàm lượng muối (natri) thấp, bởi vì khi cơ thể yếu, nếu dùng thực phẩm có hàm lượng muối cao sẽ khiến cơ thể mệt mỏi hơn.

Một số gia vị hỗ trợ giúp cơ thể mau hồi phục

- Tía tô: có tác dụng làm ra mồ hôi, lợi tiêu hóa, trừ cảm lạnh. Sử dụng tía tô và hành lá để nấu cháo vừa kích thích tiết dịch vị, vừa tác dụng tiết mồ hôi giải cảm.

- Tỏi: Giúp tăng cường hệ thống miễn dịch và giúp giảm nghẹt mũi.

- gừng: Loại gia vị này làm tăng nồng độ interferon, một thành phần quan trọng của hệ thống miễn dịch giúp chống lại nhiễm trùng do vi rút. gừng cũng đã được chứng minh là làm giảm đau bụng và buồn nôn ở nhiều người.

- Bạc hà: Giúp giảm nghẹt mũi, giống như tác dụng của tinh dầu bạc hà và có thể làm dịu cơn đau họng.

Các thực phẩm khác

- Trái cây và rau củ tươi giàu vitamin C như trái cây có múi như cam và bưởi, táo quả kiwi, bông cải xanh, dâu tây, cà chua, dưa lưới, v.v. Ngoài ra chuối nâng cao sức khỏe, cung cấp nguồn dưỡng chất thiết yếu cho cơ thể.

- Rau lá xanh cũng chứa nhiều vitamin C, giúp tăng cường miễn dịch, chống viêm như: súp lơ xanh, rau bina, bắp cải, cải xoăn, v.v. Các loại rau này cũng cung cấp sắt cho cơ thể.

- Mật ong là một biện pháp khắc phục tại nhà phổ biến để làm dịu cơn đau họng. Đây là chất làm ngọt tự nhiên có thể giúp chống lại các bệnh nhiễm trùng đường hô hấp.

- Thịt nạc ít chất béo như thịt gia cầm bỏ da, cá, đậu phụ, v.v.

Khi cảm thấy cơ thể đã khỏe hơn, hãy cố gắng tuân thủ chế độ ăn uống lành mạnh để có sức khỏe tối ưu như tập trung vào trái cây và rau quả, ngũ cốc nguyên hạt, protein và sữa không béo hoặc ít béo, đồng thời hạn chế thực phẩm chế biến sẵn, đường nhân tạo, chất béo bão hòa, rượu bia, v.v. Bên cạnh đó, rửa tay thường xuyên bằng xà phòng với nước sạch và làm sạch các bề mặt thường xuyên chạm vào và tránh tiếp xúc gần với những người bị bệnh cũng là cách hiệu quả phòng ngừa cảm cúm quay trở lại./.

Mai Thi

Vận dụng tư tưởng Hồ Chí Minh về khuyến học, khuyến tài trong xây dựng xã hội học tập ở Việt Nam

Tiếp trang 1



Gắn việc phát triển phong trào khuyến học, khuyến tài với xây dựng môi trường giáo dục lành mạnh, học đi đôi với hành, với phong trào làm kinh tế giỏi, xóa đói, giảm nghèo và xây dựng đời sống văn hóa ở cơ sở.

Ngày 10/5/2019, Ban Bí thư khóa X ban hành Kết luận số 49-KL/TW về tiếp tục thực hiện Chỉ thị số 11-CT/TW của Bộ Chính trị khóa X yêu cầu: “Nâng cao chất lượng, hiệu quả đào tạo, bồi dưỡng kỹ năng nghề nghiệp cho công nhân, người lao động trong các lĩnh vực kinh tế - xã hội nhằm đáp ứng yêu cầu đổi mới công nghệ, lao động năng động, sáng tạo trong điều kiện nền kinh tế số hiện nay. Khuyến khích các cơ quan, đơn vị, doanh nghiệp, tổ chức xã hội, cơ sở giáo dục nâng cao chất lượng, hiệu quả đào tạo nghề và kỹ năng sống cho người lao động.

Tại Đại hội XIII, Đảng ta xác định mục tiêu phát triển con người toàn diện và xây dựng nền văn hóa Việt Nam tiên tiến, đậm đà bản sắc dân tộc để văn hóa, con người Việt Nam thực sự trở thành sức mạnh nội sinh, động lực phát triển đất nước và bảo vệ Tổ quốc. Quan điểm của Đảng gắn việc phát triển phong trào khuyến học, khuyến tài, xây dựng xã hội học tập với xây dựng đời sống văn hóa ở cơ sở; với xây dựng đời sống văn hóa mới. Đại hội XIII cũng đã xác định rõ: Chú trọng hơn giáo dục đạo đức, nhân cách, năng lực sáng tạo và các giá trị cốt lõi, nhất là giáo dục tinh thần yêu nước, tự hào, tự tôn dân tộc, truyền thống và lịch sử dân tộc, ý thức trách nhiệm xã hội cho các tầng lớp nhân dân, nhất là thế hệ trẻ; giữ gìn và phát huy bản sắc văn hóa dân tộc tốt đẹp của người Việt Nam; khơi dậy khát vọng phát triển

đất nước phồn vinh, hạnh phúc và bảo vệ vững chắc Tổ quốc Việt Nam xã hội chủ nghĩa. Gắn giáo dục tri thức, đạo đức, thẩm mỹ, kỹ năng sống với giáo dục thể chất, nâng cao tầm vóc con người Việt Nam; Tăng cường giáo dục lòng yêu nước, lòng tự hào dân tộc, truyền thống và lịch sử dân tộc, ý thức trách nhiệm xã hội cho các tầng lớp nhân dân, nhất là thanh niên; Đẩy mạnh giáo dục nâng cao nhận thức, ý thức tôn trọng và chấp hành pháp luật, bảo vệ môi trường, giữ gìn bản sắc văn hóa dân tộc của người Việt Nam, đặc biệt là thế hệ trẻ.

Có thể nhận thấy, Đảng ta đã kế thừa, vận dụng và phát triển sáng tạo tư tưởng Hồ Chí Minh trong chủ trương thúc đẩy khuyến học khuyến tài, xây dựng xã hội học tập. Nhờ đó đã khuyến khích, động viên, tạo động lực để toàn dân ra sức học tập, không ngừng nâng cao trình độ và đóng góp ngày càng nhiều cho sự phát triển đất nước. Mô hình “gia đình học tập”, “dòng họ học tập”, “quê hương học tập”, “xã hội học tập” là sự cụ thể hóa chủ trương đúng đắn của Đảng về thúc đẩy toàn dân tích cực học tập, góp phần hiện thực hóa khát vọng phát triển đất nước phồn vinh, hạnh phúc trong giai đoạn hiện nay./.

DS. Giang Nhung

Trung tâm Y tế huyện Bắc Tân Uyên

Triển khai Tháng hành động quốc gia phòng, chống HIV/AIDS năm 2023

Sáng ngày 28/11, huyện Bắc Tân Uyên tổ chức lễ phát động Tháng hành động quốc gia phòng, chống HIV/AIDS năm 2023. Dự lễ phát động có Bác sĩ Nguyễn Văn Thệ - Giám đốc Trung tâm Y tế huyện - Phó Trưởng ban chỉ đạo chương trình mục tiêu Y tế - Dân số huyện; bà Thượng Thị Hồng Thơm - Trưởng phòng Y tế Huyện cùng với các lãnh đạo ban, ngành của huyện, đại diện lãnh đạo UBND, Hội LHPN, Đoàn thanh niên, Trạm y tế các xã, thị trấn, các trường THCS, THPT trên địa bàn huyện.

Với chủ đề Chấm dứt dịch bệnh AIDS – Thanh niên sẵn sàng, Tháng hành động quốc gia phòng, chống HIV/AIDS năm 2023 diễn ra từ ngày 10/11 đến ngày 10/12 với nhiều hoạt động như tổ chức các hội nghị, hội thảo tuyên truyền vai trò, lợi ích của xét nghiệm HIV và vai trò của các tổ chức cộng đồng về hoạt động tìm các ca nhiễm HIV tại cộng đồng; lợi ích, sự cần thiết, cách tham gia cũng như tuân thủ điều trị, lợi ích của việc điều trị sớm bằng thuốc ARV; cách phòng ngừa HIV/AIDS trong đoàn viên thanh niên, người lao động; chia sẻ kinh nghiệm, các mô hình hiệu quả, các gương điển hình trong điều trị HIV; tổ chức các hoạt động truyền thông, vận động hưởng ứng Tháng hành động quốc gia phòng, chống HIV/AIDS năm 2023.

Dự và phát biểu tại lễ phát động, Bác sĩ Nguyễn Văn Thệ cho biết: Theo số liệu 8 tháng đầu năm 2023 của Bộ Y tế, Việt Nam có khoảng 249.000 người nhiễm HIV, trong đó có khoảng 230.000 người nhiễm HIV đã được phát hiện và đang còn sống. Trong những năm qua, với những nỗ lực triển khai toàn diện và hiệu quả các giải pháp phòng, chống HIV/AIDS, Việt Nam đã giảm hơn 2/3 số người nhiễm mới và số người tử vong

do HIV/AIDS so với 10 năm trước đây. Tỷ lệ nhiễm HIV giảm nhanh ở nhóm nghiện chích ma túy từ 28,6% năm 2004 xuống 12,1% năm 2021 và phụ nữ bán dâm giảm từ 5,9% năm 2002 xuống 2,5% năm 2022. Việt Nam giữ vững mục tiêu khống chế tỷ lệ người nhiễm HIV trong cộng đồng dân cư ở mức dưới 0,3%.

Tuy nhiên, đại dịch HIV/AIDS vẫn còn diễn biến phức tạp, nguy cơ quay trở lại còn cao. Số liệu giám sát cho thấy dịch HIV/AIDS có xu hướng tăng ở một số địa phương; tỷ lệ nhiễm HIV trong nhóm nghiện chích ma túy vẫn còn ở mức trên 12,1%; đặc biệt, tỷ lệ nhiễm HIV trong nhóm nam quan hệ đồng tính có xu hướng tăng rất nhanh trong những năm gần đây. Số nam quan hệ đồng tính chiếm khoảng 42,3% trong số người nhiễm HIV được phát hiện 8 tháng đầu năm 2023, chủ yếu ở độ tuổi trẻ từ 16 đến 29 tuổi chiếm 41,7%, đặc biệt là công nhân các khu công nghiệp và học sinh, sinh viên.

Cũng trong số liệu giám sát phát hiện hàng năm, nhiễm HIV đang được trẻ hóa nhanh và đường lây chủ yếu quan quan hệ tình dục không an toàn, đặc



biệt là quan hệ tình dục đồng giới nam. Nhóm tuổi từ 16 đến 29 tăng nhanh trong số phát hiện mới, từ 4,0 năm 2012 lên 12,9% năm 2019 và 25,9% năm 2023. Phân tích đường lây trong nhóm tuổi này cho thấy, 88,5% lây qua đường tình dục, đối tượng là nam quan hệ tình dục đồng giới chiếm 76,9% trong số những ca mới phát hiện trong độ tuổi này.

Để hưởng ứng tháng hành động quốc gia phòng, chống HIV/AIDS năm 2023, đề nghị các ngành, đoàn thể, địa phương tích cực hưởng ứng và tham gia các hoạt động phòng, chống HIV/AIDS trên địa bàn.

Ngay sau lễ phát động, trung tâm y tế huyện đã tổ chức truyền thông bằng xe loa lưu động dọc các trục đường chính của huyện để kêu gọi các tầng lớp nhân dân tích cực phòng, chống HIV/AIDS./.

Thảo Nguyễn
(TTYT Bắc Tân Uyên)



Tăng cường công tác đảm bảo an toàn thực phẩm mùa Đông - Xuân

Khi thời tiết vào giai đoạn chuyển mùa Đông - Xuân thường tạo ra sự thay đổi về môi trường, nhiệt độ, độ ẩm, v.v, là điều kiện thuận lợi cho các loại vi khuẩn, vi rút gây bệnh phát triển, tồn tại lâu hơn môi trường, vì vậy làm tăng nguy cơ gây bệnh ở người, nguy cơ ngộ độc thực phẩm. Chế độ ăn uống hợp lý và cách phòng ngừa để tránh các mối nguy về an toàn thực phẩm cần được đặt lên hàng đầu.



Để đảm bảo sức khỏe, phòng ngừa ngộ độc thực phẩm, hãy thực hiện tốt những lời khuyên sau:

Thực hiện chế độ dinh dưỡng hợp lý

- Các loại thực phẩm chứa nhiều vitamin A

Vitamin A đóng vai trò quan trọng trong việc phát triển thị giác và giúp bảo vệ cơ thể trẻ chống lại tình trạng nhiễm trùng. Đặc biệt, vitamin A giúp tăng cường tế bào biểu mô và chất dịch nhầy của hệ hô hấp. Các chất dịch nhầy này ngăn ngừa sự tấn công của vi trùng và vi khuẩn.

- Bổ sung chất xơ trong bữa ăn

Y học đã chứng minh, chất xơ có vai trò rất lớn trong tiêu hóa, làm sạch đường ruột, góp phần tăng cường hệ miễn dịch.

- Chất đạm động vật

Các loại thực phẩm giàu đạm động vật như: thịt heo, bò, gà, tôm, cua, v.v, và trứng chứa tất cả 9 axit amin thiết yếu. Trong

đạm động vật có rất nhiều protein giúp tham gia miễn dịch, tăng sức đề kháng cho cơ thể. Vì vậy, chất đạm động vật có chức năng phòng bệnh rất tốt, đặc biệt là cho trẻ nhỏ.

- Uống đủ nước

Cung cấp cho cơ thể lượng nước vừa đủ mỗi ngày sẽ giúp tăng cường trao đổi chất ở trẻ, đào thải những chất độc hại ra ngoài thông qua tuyến mồ hôi, cung cấp chất dinh dưỡng cần thiết cho tế bào.

Thực hành vệ sinh an toàn khi mua, chế biến và sử dụng và bảo quản thực phẩm

- Lựa chọn các loại thực phẩm tươi sống, thực phẩm theo mùa, tốt nhất là có kiểm định của cơ quan chức năng. Với những thức ăn chế biến sẵn thì nên chọn mua những nơi có uy tín, đáng tin cậy, hợp vệ sinh, còn thời hạn sử dụng. Cảnh giác với các loại thực phẩm có nguy cơ cao: cá ngừ, măng tươi, nấm, các thức ăn chế biến sẵn không rõ nguồn gốc.

- Nấu chín thức ăn với nhiệt độ thích hợp: các thức ăn cần được nấu chín để loại trừ nguy cơ bị ngộ độc. Đối với các thức ăn như rau sống cần phải rửa thật kỹ 2-3 lần trước khi ăn.

- Bảo quản thực phẩm hợp lý: các loại vi khuẩn tiềm ẩn sẽ phát triển rất nhanh nếu thực phẩm không được bảo quản trong điều kiện nhiệt độ thích hợp. Sử dụng thức ăn trong vòng 2 giờ, tốt nhất là ăn ngay khi còn nóng, nếu để quá 2 giờ thì bảo quản trong tủ lạnh và làm nóng lại trước khi ăn.

- Các loại thịt, cá, hải sản cần phải được bảo quản ở ngăn đông.

- Loại bỏ các thức ăn dư thừa bởi đây là nguyên nhân thường gặp nhất của ngộ độc thức ăn.

- Rửa tay sạch bằng xà phòng sát khuẩn trước và sau khi chế biến thức ăn, trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh./.

Nguyễn Thị Ngọc Ngân
(TTYT TP Thủ Dầu Một)

Huyện Bắc Tân Uyên: Ra mắt mô hình điểm

“Khám chữa bệnh sử dụng thẻ căn cước công dân gắn chip điện tử và ứng dụng VNeID”

Sáng ngày 03/11/2023, Trung tâm Y tế huyện Bắc Tân Uyên phối hợp Công an huyện Bắc Tân Uyên triển khai mô hình khám chữa bệnh sử dụng thẻ căn cước công dân gắn chip thay thế thẻ bảo hiểm y tế (BHYT), mô hình khai báo lưu trú và xác thực định danh điện tử tại Trung tâm Y tế huyện Bắc Tân Uyên.



Việc tổ chức thực hiện mô hình “Khám chữa bệnh sử dụng thẻ CCCD gắn chip điện tử và ứng dụng VNeID” tại Trung tâm Y tế giúp thực hiện thủ tục khám chữa bệnh được giảm tối đa, tạo điều kiện thuận lợi nhất cho người dân khi đi khám chữa bệnh BHYT; liên thông được dữ liệu khám chữa bệnh với cơ sở dữ liệu quốc gia về dân cư, các thông tin khám chữa bệnh được lưu giữ đầy đủ và liên thông với hồ sơ sức khỏe điện tử.

Khi người dân khám bệnh tại Trung tâm Y tế sẽ không

cần mang theo thẻ BHYT mà sử dụng căn cước công dân có tích hợp thông tin BHYT để làm thủ tục. Điều này giúp người dân tiết kiệm thời gian, hình thành thói quen sử dụng căn cước công dân trong giao dịch. Đồng thời giúp cơ sở khám chữa bệnh làm tốt công tác quản lý, theo dõi tình hình sức khỏe người dân.

Ông Nguyễn Văn Thệ - Giám đốc Trung tâm Y tế cho biết, việc triển khai mô hình này là bước tiến lớn trong cải cách thủ tục hành chính, tạo điều kiện tối đa cho người khám chữa bệnh

BHYT không phát sinh bất kỳ thủ tục giấy tờ nào khác, thời gian thực hiện thủ tục khám chữa bệnh được tiết giảm tối đa.

“Để mô hình này thành công, thì vai trò của người dân rất lớn, thậm chí mang tính quyết định. Người dân cần có ý thức sử dụng thẻ căn cước công dân để khám, chữa bệnh, có ý thức đăng ký, khai báo lưu trú và nhanh chóng cài đặt, kích hoạt VneID”./.

TTYT Bắc Tân Uyên

Huyện Dầu Tiếng tập huấn truyền thông giáo dục sức khỏe cho cộng tác viên y tế khu phố/ấp năm 2023

Thực hiện kế hoạch số 498/KH-TTYT ngày 16 tháng 10 năm 2023 của Trung tâm Y tế huyện Dầu Tiếng về việc Tập huấn Kỹ năng tư vấn, truyền thông giáo dục sức khỏe cho cộng tác viên y tế khu phố/ấp năm 2023.



Nhằm trang bị kiến thức, kỹ năng truyền thông giáo dục sức khỏe để đáp ứng yêu cầu truyền thông phòng chống dịch, bệnh kịp thời, hiệu quả trên địa bàn huyện Dầu Tiếng. Sáng ngày 23 tháng 11 năm 2023, tại Hội trường A - Ủy ban nhân dân xã Định Hiệp, Trung tâm Y tế huyện Dầu Tiếng phối hợp với Trung tâm kiểm soát bệnh tật tỉnh Bình Dương tổ chức lớp Tập huấn Kỹ năng tư vấn, truyền thông giáo dục sức khỏe cho cộng tác viên y tế khu phố/ấp năm 2023.

Tham dự có 81 học viên

và cộng tác viên y tế khu phố/ấp trên địa bàn huyện. Đến với lớp tập huấn, người tham sự được cung cấp kiến thức về Truyền thông giáo dục sức khỏe; Kỹ năng cần thiết trong truyền thông GDSK; Truyền thông GDSK trực tiếp và gián tiếp; Các nhiệm vụ chính của truyền thông y tế, v.v. Đồng thời được thực hành làm mẫu buổi truyền thông trực tiếp tại cộng đồng bằng hình thức vãng gia, một hình thức phù hợp với thực tế công tác của học viên, giúp tăng cường kiến thức và kỹ năng truyền thông giáo dục sức khỏe, ứng dụng vào quá trình

công tác.

Lớp tập huấn diễn ra với không khí tích cực, chủ động và sôi nổi, mang lại kết quả cao. Kết thúc lớp tập huấn, các học viên đã thực hiện tốt các kỹ năng đã được hướng dẫn và cập nhật, bổ sung những kiến thức cơ bản để phục vụ cho công tác tư vấn, truyền thông giáo dục sức khỏe góp phần phòng, chống các loại dịch bệnh cho người dân./.

Ngọc Hà
(TTYT Dầu Tiếng)

Trung tâm Y tế huyện Bắc Tân Uyên triển khai khám sức khỏe cho cán bộ Trung cao năm 2023

Ngày 18/11/2023, thực hiện việc theo dõi và Chăm sóc sức khỏe cho cán bộ trung cao, Ban Bảo vệ và Chăm sóc sức khỏe cán bộ huyện triển khai khám, tư vấn sức khỏe cho 34 cán bộ trung cao trên địa bàn huyện Bắc Tân Uyên.

Tại đây, các đồng chí cán bộ sẽ được khám, kiểm tra sức khỏe theo các chuyên khoa như: Khoa nội, Khoa ngoại, Khoa da liễu, thần kinh, mắt, tai - mũi - họng, răng - hàm - mặt, sinh hoá máu, điện tim, phục vụ chuẩn đoán như: Siêu âm, huyết học, X quang, v.v.

Công tác khám sức khỏe cho cán bộ được tổ chức định kỳ hằng năm, là hoạt động ý nghĩa nhằm phát hiện sớm những vấn đề về sức khỏe, qua đó có phác đồ điều trị kịp thời, hạn chế tối đa những thương tổn và biến chứng gây ra của một số bệnh, đồng thời giúp cho việc lập kế hoạch bảo vệ, chăm sóc sức khỏe cán bộ trước mắt cũng như lâu dài. Trung tâm y tế huyện Bắc Tân Uyên triển khai đến các trạm y tế xã, thị trấn tiếp tục rà soát lập hồ sơ theo dõi bệnh để quản lý, theo dõi và điều trị, nhắc nhở cán bộ trung cao tuân thủ uống thuốc điều trị các bệnh mạn tính định kỳ theo đúng hướng dẫn kê đơn và tăng cường tư vấn cho cán bộ trung cao và người nhà các bài tập thể dục đơn giản, phù hợp độ tuổi tại nhà để duy trì sức khỏe, cũng như chế độ ăn cần bổ sung đa dạng chất dinh dưỡng nhằm tăng cường sức khỏe./.

Thảo Nguyên
(TTYT Bắc Tân Uyên)



5 BIỆN PHÁP PHÒNG, CHỐNG CÁC BỆNH LÂY TRUYỀN QUA ĐƯỜNG HÔ HẤP

(Khuyến cáo cập nhật ngày 04/12/2023)

Tại Việt Nam, vào mùa Đông Xuân, thời tiết chuyển mùa thay đổi thất thường, nhu cầu giao thương, du lịch cuối năm tăng cao, là điều kiện thuận lợi cho các tác nhân gây bệnh truyền nhiễm, bệnh lây truyền qua đường hô hấp lây lan, nhất là ở nhóm có nguy cơ mắc bệnh cao như: trẻ em có sức đề kháng yếu, người cao tuổi, người có bệnh lý nền.

Để phòng, chống các bệnh lây truyền qua đường hô hấp, Bộ Y tế khuyến cáo người dân chủ động thực hiện 05 biện pháp phòng bệnh cá nhân sau:



1 Đeo khẩu trang tại các cơ sở y tế, trên các phương tiện công cộng và tại các địa điểm tập trung đông người.



2 Thường xuyên rửa tay bằng nước sạch, xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn tay; súc miệng, họng bằng nước súc miệng; tránh đưa tay lên mắt, mũi, miệng; che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi.



3 Thực hiện tốt vệ sinh môi trường, vệ sinh cá nhân, giữ ấm cơ thể, tập luyện thể dục, thể thao, nâng cao thể trạng.



4 Thực hiện ăn chín, uống chín; đảm bảo an toàn thực phẩm trong giết mổ gia súc, gia cầm và chế biến các sản phẩm từ gia súc, gia cầm.



5 Tránh tiếp xúc với người có triệu chứng bệnh đường hô hấp như ho, sốt, khó thở...và khi có dấu hiệu mắc bệnh, cần đến ngay cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám và điều trị kịp thời.

