

加强残疾预防 促进全民健康

我市残疾预防和残疾人康复工作稳步推进



加强慢病康复



2021年残疾儿童康复人才双选会



残疾儿童康复训练

8月25日是第五次残疾预防日，今年残疾预防日的主题是“加强残疾预防，促进全民健康”。
残疾风险伴随每个人，残疾预防与个人健康、家庭幸福、经济社会健康发展息息相关。根据第二次全国残疾人抽样调查数据显示，我市残疾人共有169.4万人，占全市总人口的6.05%。截至目前，全市持证残疾人共有91.22万人。残疾发生的因素较多，但通过积极的预防和科学的康复可以有效减少残疾发生或降低残疾程度。

关注儿童发育 定期参加体检

一个新生命的降临，对于父母来说，除了满心欢喜，随之而来更多的是为人父母的责任。如何让孩子健康成长，早日发现隐患并及时解决，也是每一位父母必须要学习和面对的课题。

“在孩子生长发育进程中，每个年龄阶段都有着不同的发育里程碑，家长可以通过这些发育里程碑，来观察、分析孩子的身心发展状况，更好地养育孩子。”市妇幼保健院儿保部主任王念蓉表示，孩子在0—6岁之间都会经历一些标志性的发育里程碑，因此在此期间家长一定要注意观察孩子的发展是否存在异常，并定期到医院进行健康体检。同时，生长发育最关键的年龄是0—3岁，目前

由于生长发育不良致残最多的就是发育迟缓、智力低下以及自闭症。

王念蓉举了个例子。有一个身体过胖的孩子，2岁前不怎么吃东西，身体过瘦，但过了2岁，就变得非常能吃，家长也没太在意，还认为是孩子正在长身体，即便白白胖胖一点也没关系。

“这个孩子体重开始猛涨，但就是不长个子。”王念蓉说，后来家长带着孩子来做检查和测试，结果显示染色体异常，肌张力低下，轻度的发育迟缓，这就是典型的小胖威利综合征。此外，由于平时吃得太多，身体过胖，整个身体很软，运动也落后。

王念蓉表示，家长应该随时关注孩

子的生长发育情况，可以从视力、听力、肢体、智力以及孤独症等方面来发现是否有发育异常，并做好体检和残疾筛查，一定不能掉以轻心。

我市开展贫困地区新生儿疾病筛查项目，免费提供新生儿疾病筛查服务，现已覆盖全市全部贫困区县（14个）。在全市范围推进新生儿疾病筛查，2020年完成全市新生儿遗传代谢性疾病筛查234956人，筛查率达到98.62%，开展先天性结构畸形救助、健苗工程、遗传代谢病救助等项目，1万余个家庭受益。2020年完成0—6岁儿童残疾筛查初筛1625612人，复筛7827人，检出残疾患儿1407人。

关注慢性疾病 学会健康管理

慢性病是指缺乏明确病因的、起病时间长、病情迁延不愈及非传染性的心脑血管疾病、糖尿病、恶性肿瘤、慢性呼吸系统等疾病等为代表的一类疾病，其发病率、致死率、死亡率高，健康损害极其严重。

市疾控中心慢病所所长丁贤彬介绍，如心脑血管疾病中的脑卒中，去年全市就报告了9万多例，它造成的失能比例和致死率也很高。

从2013年起，市疾控中心开始在渝中、九龙坡、万州、渝北4个区县开展脑卒中的筛查和综合干预项目，

截至目前，院外建档人数超过12万人，同时也会对院内住院人群进行筛查。

以渝中区为例，35岁以上成人中高血压患者近三分之一，高血脂者近四成，脑卒中潜在发病人群数量庞大。对此，渝中区全面加强慢性病防控工作，积极开展脑卒中发病与死亡数据监测和脑卒中高危人群综合干预与随访，开辟脑卒中患者救治绿色通道等工作，将卒中防控关口前移，将救治大脑的黄金时间缩短在1小时内，有效避免或减少了病人的死亡率和致残率。

遵守交通法规 减少伤害致残

遵守交通法规，安全文明出行，预防交通事故是每一个市民都应当做到的。

为预防和减少道路交通事故，市公安局决定从8月2日起至11月10日，在全市部署开展“道路交通安全百日整治行动”，该行动聚焦高速公路、国省县道、城市道路、农村道路“四类道路”，通过源头严管、路面执法、酒驾醉驾、治乱疏堵、隐患排查、责任落实、宣传教育“七个整治”，排查治理一批人、车、路等源头隐患，严厉打击一批“三超一疲劳”、酒驾等肇事肇祸的交通违法，依法

查处一批不履行主体责任、存在严重问题隐患的企业及责任人，精心开展一系列交通安全宣传教育活动，全力保障道路交通安全。

市公安局交巡警总队秩序支队相关负责人介绍，目前正处于暑运阶段，是群众集中出游较为密集时期，加之夏季降雨天气多，路面湿滑、高温高湿天气极易造成疲劳驾驶，交通事故风险隐患大。有研究表明，在可能导致死亡的交通事故中，安全带的使用可以使车内人员生还的几率提高60%；发生正面相撞

的交通事故时，安全带使车内驾乘人员的死亡率减少71%；侧面相撞时可以减少死亡率56%；翻车时可以减少死亡率80%。

专家提醒，机动车行驶时，驾驶人、乘坐人员都应当遵循“上车必系安全带”的原则，只有养成上车必系安全带的好习惯，才能逐步培养成自觉遵守交通法规的行为，努力减少伤害致残。

数据显示，“十三五”时期，全市道路交通事故万车死亡率实现下降10%目标，2020年较2016年下降31%。

勇敢面对残疾 主动走出家门

今年46岁的刘林是市肢残人协会副主席，肢体残疾一级。2009年，一场突如其来的车祸造成他脊髓损伤，胸十二椎完全断裂，因而双下肢的感觉运动功能完全丧失，大小便失禁。

曾经的刘林豁达开朗，但这一变故给他带来了沉重的身体和心理痛苦。“我有很长一段时间自我封闭，不愿走出家门。”刘林说，他曾在西南医院进行了一年的康复训练，但其他时间都待在家里。但刘林不希望自己一辈子都被困在轮椅上，从2012年起，刘林来到市肢残人协会下面的脊髓损伤委员会，力所能

及地为伤友们做些事。

“现在政策好，对我们残疾人群体关爱有加。”刘林说，自己拿到了C5驾照，残联补贴了1000元，还可以免费享受绕城高速套餐，下肢残疾人驾驶的专用车辆在公共停车场可以免费停车，这些实打实的便利让他对生活又充满了希望。

脊髓损伤患者长期卧床或者坐轮椅，护理垫对于他们来说是刚需用品，每天都会用到。今年5月开始，全市残联系统对我市低保家庭或特困人员中两便失禁，有纸尿裤、护理垫等护理类辅助器具

适配需求的一、二级持证肢体残疾人（含多重残疾），开展护理类辅具适配服务。

这些年，刘林也一直帮助其他伤友勇敢面对残疾，主动走出家门。由中国残联和中国肢残人协会发起的脊髓损伤者“希望之家”，目前重庆有5家，刘林曾作为“希望之家”带头人到北京参加培训，并回来当起了教员，为伤友们定期开展包括精神重建、生活重建、职业重建等内容的培训，不管是小到穿衣吃饭出门还是大到康复知识，他都手把手教学，同时还鼓励大家走出家门，回归社会，就业创业。

残疾预防核心知识

有效控制出生缺陷和发育障碍致残

- 1.主动接受婚前保健服务和孕前优生健康检查。
- 2.定期接受孕产期保健和产前筛查。
- 3.密切关注儿童生长发育状况，定期参加健康体检。

残疾预防核心知识

着力防控疾病致残

- 1.合理膳食，少油、少盐、少糖，多吃蔬菜水果。
- 2.学会自我健康管理，关注血压、血糖、血脂变化。
- 3.保持心情愉悦，与他人和谐相处，发现心理异常及时寻求专业帮助。

残疾预防核心知识

努力减少伤害致残

- 1.照顾好儿童，防止溺水、跌倒、坠落等伤害。
- 2.营造安全家居环境，加强平衡锻炼，减少老年跌倒。
- 3.遵守交通法规，安全文明出行，预防交通事故伤害。

残疾预防核心知识

显著改善康复服务状况

- 1.尽早开展康复，避免残疾发生，减轻残疾程度。
- 2.勇敢面对残疾，主动走出家门。
- 3.爱护无障碍设施，主动为残疾人提供便利。



妈妈带孩子到照护门诊做健康指导 摄/杨敏

数说》

80%区县实施免费婚检，2020年婚检率较2019年**上升68%**。2016年—2020年，累计为**125万名**适龄妇女免费增补叶酸、为**61.7万名**计划怀孕夫妇提供免费孕前优生健康检查，叶酸服用率保持在**90%以上**。2020年，全市孕前健康检查率达到**103.72%**。

“十三五”时期，全市生产安全事故发生起数呈逐年下降趋势，2016年较2015年**下降9.8%**；2017年较2016年**下降12.5%**；2018年较2017年**下降9.1%**；2019年较2018年**下降2.4%**；2020年较2019年**下降10.9%**。全市生产安全事故死亡人员实现**下降10%**目标，2020年较2016年**下降43.7%**。

2017年—2020年残疾人基本康复服务覆盖率均**超过80%**目标，2020年残疾人基本康复服务覆盖率达到**98.85%**。2017年—2020年残疾人基本型辅助器具适配率均超过**80%**目标，2020年残疾人基本型辅助器具适配率达**98.58%**。2016年以来，累计为有康复需求的残疾人提供基本康复服务**98万人(次)**，为有辅助器具适配需求的残疾人提供辅具适配服务**20万人(次)**，开展残疾儿童康复救助**2.1万人(次)**。

王彩艳 杨敏
图片除署名外由重庆市残联提供



脊髓损伤患者开展生活重建活动