

# 建设健康城镇 保持健康体重

## 我市开展第36个爱国卫生月系列宣传及实践活动

本报讯(记者王春霞)今年4月是第36个爱国卫生月,活动主题“健康城镇、健康体重”。市爱卫办日前下发《关于开展第36个爱国卫生月活动的通知》,要求各县(市、区)、各成员单位围绕主题开展系列宣传及实践活动,动员职工群众参与健康城镇、健康细胞建设,倡导养成文明健康绿色环保生活方式,进一步提高全民健康素养水平。

主题宣传方面,通知要求,创新方式开展“健康城镇、健康体重”主题宣传,全方位、立体式普及“健康城镇、健康体重”理念,引导全社会参与健康活动,弘扬文明健康的社会新风尚。

健康城镇、健康细胞建设是贯彻落实健康城镇战略的重要举措,也是贯彻以人民为中心新发展理念的具体行动,各县(市、区)、各单位要加大建设健康城镇、健康细胞宣传力度,通过组织健康大讲堂、“文明健康有你有我”等活动,积极宣传健康文化,倡导健康行为,培育健康人群,营造健康环境。

注重健康饮食、保持健康体重是创造健康生活的基础和有效方式。各级各部门要针对当前小胖墩、饮食型肥胖、代谢型肥胖等儿童、青少年、职业人群和老年人常见的体重问题,开展“健康体重”主题科普宣传,选择有针对性的科普素材,在合理膳食、营养搭配、科学运动、心理调节等方面开展精准科普,让群众了解身体质量指数(BMI)测算、肥胖的危害、如何养成健康的生活方式、如何保持健康体重等相关知识和健康技能,促进群众增强健康意识,有效管理自身体重,提高自我保健能力。

实践活动方面,通知要求,各县(市、区)、各单位充分调动职工群众的积极性、主动性,以推动“健康体重”为目标,开展“健康体重”体验实践活动。

组织开展健康服务活动。利用“健康城镇行、大医献爱心”专项活动,组织专家、医疗队伍深入社区、村庄、机关、学校、企业等开展义诊、体检、健康咨询

活动,为群众开具健康处方,提供健康指导,让群众了解自身腰围、腹围、身体质量指数(BMI)等指标,强化体重管理意识,科学管理体重。充分发挥签约医生服务职能,定期对重点人群、服务对象开展健康访问、健康体检,及时发现影响群众健康的问题,开展有针对性的健康服务。

组织开展群众性实践活动。各县(市、区)、各单位要积极组织干部职工、辖区居民、在校学生等群体,积极开展工间操、健身长跑、运动群打卡、绿色出行等丰富多彩的体验活动,围绕“健康体重”开展一次健康大讲堂,组织一次集体健康活动。充分利用“10分钟健身圈”公用健身场地、设施,引导群众自觉参与健身活动,促进健康理念转化为健康行动,推进全民健身与全民健康深度融合。

组织开展健康体重竞赛活动。结合建设“健康机关”争做“健康达人”、健康中国行动知行大赛家庭专场等专题

活动,组织开展“为体重减负”“健康控体重”等形式多样的健康竞赛,让职工群众和学生了解“健康体重”知识的基础上,感受“健康体重”管理成效,促进良好生活行为习惯的养成。

4月上旬,市爱卫办将在全市范围内组织以“健康体重”为主题的线上知识竞答,进一步普及健康体重知识,提高群众管理健康体重的能力;4月中旬,市爱卫办拟在市区组织开展“健康城镇、健康体重”卫生月专场活动,各县(市、区)爱卫办要结合本地实际,组织开展集中宣传活动,扩大社会影响力,引导人民群众积极参与卫生月活动。

同时,市爱卫办要求,今年爱国卫生月活动期间,各县(市、区)、各成员单位充分发挥爱国卫生组织动员优势,发动单位职工、辖区居民积极行动起来,开展重点区域环境治理、机关单位卫生大扫除、春季病媒生物防制等环境卫生集中整治活动。

## “国家致病菌识别网”实验室质控考核 市疾控中心蝉联全省第一

本报讯(记者王春霞)4月1日,市疾控中心传来消息,在2023年度“国家致病菌识别网”实验室质控考核中,市疾控中心总成绩排名全省第一。这是该中心连续第二年获得全省质控考核第一名的成绩。

“国家致病菌识别网”实验室质控考核由国家疾控中心组织开展,是为了监测“国家致病菌识别网”网络实验室的检测质量,促进网络实验室技术操作标准化、展现网络实验室能力水平。近年来,市疾控中心积极人才、技术、设备三方面优势,持续推进“国家致病菌识别网”网络实验室的建设运行。2023年,我市初步建成了由市、县疾控中心及哨点医院组成的“国家致病菌识别网”的细菌性传染病实验室监测预警系统,创新医防协同,形成高效、深入的“临床+疾控”联合工作模式。

同时,市疾控中心依托“国家致病菌识别网”平台,实验室核心技术手段从PFGE逐步发展为基因组测序技术,首次对肺炎克雷伯杆菌、金黄色葡萄球菌等细菌进行了全基因组序列测定。通过全基因组序列分析,可以从分子层面获得其进化关系,并获得菌株的耐药基因型。将细菌耐药性的常规表型分析与基因型分析相结合,对于控制耐药菌感染及流行至关重要。

2023年秋冬季,呼吸道疾病进入高发期,市疾控中心迅速反应,积极协调市、县级医院设置监测哨点,依托“国家致病菌识别网”开展包含流感病毒、肺炎链球菌、肺炎支原体等18种病原核酸的呼吸道多病原筛查,及时获得我市呼吸道疾病病原的构成及年龄分布,为我市急性呼吸道病原筛查预警机制打下了坚实基础。

对于2023年度“国家致病菌识别网”实验室质控考核,市疾控中心高度重视,积极准备,沉稳应对,最终获得菌株鉴定、药敏测试、全基因组测序、核酸标准品检测、提交时效性五项总成绩99.1分的好成绩,排名全省第一。

市疾控中心有关负责人表示,下一步,市疾控中心将继续以“国家致病菌识别网”为平台依托,进一步扩大监测体系覆盖面,提升致病菌分离培养、分子分型及宏基因组测序能力,提升病原检出率,系统获得基于就诊病例症候群的病原谱构成、病原时空分布,及时掌握当前流行病原及其变化趋势和动向,实现市、县(区)互联互通,为疫情预警暴发处置、风险识别以及基于病原特征的精确溯源提供更好的技术支持。

# 手术室里的“守护神”

## ——记平煤神马医疗集团总医院麻醉与围术期医学科主任屈瀚

3月28日上午10点,平煤神马医疗集团总医院麻醉与围术期医学科(以下简称“麻醉科”)手术室外,众多家属驻足等待,焦灼的情绪充斥着整个楼道。手术室内,麻醉医生和外科医生联动,一台台手术有条不紊地进行着……

彼时,科室主任屈瀚已忙碌了近3个小时。“今天有近50台手术,算是近期最少的。”作为科室带头人,屈瀚要与麻醉医生沟通当天所有手术细节,提出建议,做出整改。

“外科医生治病,麻醉医生保命。”29年来,许多游走在生死边缘的患者,被屈瀚从死神手里抢回来,与时间赛跑成了他工作的常态。

### 患者心脏骤停,他全力以赴保证手术进程

“大多数人认为,麻醉医生的职责只是为患者止痛。”屈瀚说,麻醉医生其实是复合型人才,决定着手术进程,需要懂内科、外科、心血管科、内分泌科等知识,是第一个进入手术室、最后一个离开的医生,用“事了拂衣去,深藏功与名”形容麻醉医生最合适不过。

也许,手术有“大手术”和“小手术”之分,但在麻醉界却没有“小麻醉”一说。术中,麻醉医生负责“修补”工作,不仅为患者止痛,还需保证患者内环境和人体循环稳定,把术中创伤产生的应激反应降到最低。“一台手术一般需要1名至2名麻醉医生,他们的工作可比开飞机难得多。”屈瀚说,麻醉医生需要全程分析麻醉机、监控系统、监护仪等设备的近40个数据,还需时刻关注手术进程和患者出血量,大脑需高速运转,精力需高度集中。

在不断探索中,屈瀚充分认识到,麻醉在创伤急救中的重要作用,2007年去北京进修后,他将先进的急救理念带回科室,并分享给大家。

“患者大量出血,已经休克,赶紧实施急救。”有一年,市区光明路北段一名



屈瀚在监测胸外科手术进展情况

本报记者 王亚楠 摄

32岁男子意外坠楼,背部和下肢骨折,肺部挫裂,心脏破裂,需紧急进行手术。

由于患者情况复杂,需要增加人手。当天上午10点,患者被送入该院麻醉科后,屈瀚带着4名麻醉医生协助外科医生为其手术。打开胸腔后,他们发现患者心脏的正反面都有裂口,背面一直在出血,情况危急。

手术进行一半,患者心脏骤停。“不能放弃,继续增加肾上腺素用量,维持患者内循环稳定。”一个念头在屈瀚脑海里闪过。他紧皱眉头,监测参数,果断联络医院调拨肾上腺素。

正常人心脏骤停5分钟后,几乎没有抢救的可能,即使成功复苏也可能成为植物人,屈瀚用230支肾上腺素终于将患者从死亡线上拉回来,心肺复苏成功,保证了手术顺利进行,患者奇迹般地苏醒了。

“谢谢,谢谢,我们都准备放弃了,没想到他还能活……”患者家属眼含泪水,感激地说。

“这是我做过的最完美的一次急救。”屈瀚回忆,半个多月后,患者离开ICU,又进行了脊柱内固定和下肢内固定,全程依然由他负责麻醉。“必须全力以赴,不放过任何一个让患者生的可能,这是最基本的职业操守。”屈瀚说。

### 应对患者药物过敏,创立抢救小组

术中,如果患者对某种药物出现严重过敏反应,会导致恶性心律失常,心跳骤停。“对于过敏患者,抓住时机进行救治非常重要。”屈瀚说,患者术中过敏,不仅会引发术后并发症,还会对其他器官造成严重损害。

为应对此类情况发生,去年,屈瀚成立了麻醉科恶性心律失常抢救小组。

今年初,一名40岁左右的男子做腹部手术。由于对某种药物过敏,术中该男子出现恶性心律失常,心跳骤停。屈瀚带着3名麻醉医生轮番为患者除颤19次,并配合药物治疗。15分钟左

右,患者心律终于恢复正常,逐渐苏醒过来。

“除颤需要抓住时机。”整个过程,屈瀚紧盯心电图监测仪,根据指示进行操作,当心电图上的红线起伏不定,心室肌肉快速而又微弱,没有有效射血量的胡乱颤动(室颤)时,就是最好的除颤时机。

当产妇出现羊水栓塞时,麻醉医生在手术中起着重要的支撑作用,需要补充产妇血容量、凝血物质,使用多种药物维持生命体征稳定,为产科争取更多“修复”时间,保证手术顺利。

“羊水栓塞死亡率在我国目前可达80%。”屈瀚说,出现这种情况,一般需要对产妇子宫进行全切,但随着技术进步,麻醉医生全程支持,争取了更多救治时间,大多可保留产妇产道的完整性。

### 专注精准麻醉,惠及更多患者

目前,屈瀚想把精准麻醉引入疼痛科,将该项技术运用到外周神经痛、睡眠障碍、腕管综合征、腱鞘炎等疾病,同时还可缓解腰痛,降低患者关节假体置换后在康复训练中的疼痛感。

每天早上雷打不动,他坚持主持麻醉科的集中学习讨论会,大家可以分享案例和基础知识,并进行交流讨论。屈瀚鼓励大家互相超越、互相竞争,在总结教学经验中不断进步。“只有这样才能让麻醉科更好地发展,麻醉医生技术不断精进,才能真正用我们所学让更多患者受益。”屈瀚说,科室现在有129人,手术间28个,内镜治疗室5个。“未来,我希望可以打造一支技术尖端、专业全面的麻醉团队。”

专业知识过硬的屈瀚是河南省医师协会麻醉分会常委、河南省创伤委员会常委、医学会麻醉专业委员会副主委。他将专业技术和医德完美结合,甘做手术室里的“守护神”,为患者拨开阴霾。(本报记者 王亚楠)

## 全生涯服务 全方位关爱

### 上海中医药大学平顶山医院(市中医医院)开展“关注孤独症儿童”公益活动

本报讯(记者魏应秋)4月2日是第17个世界孤独症关注日,今年的主题是“全生涯服务 全方位关爱”。当天上午,上海中医药大学平顶山医院(市中医医院)儿童康复科开展了主题为“与爱同行,温暖陪伴,关注孤独症儿童”公益活动。

上午8时许,参加活动的30名孤独症儿童在家长的陪同下分成小组,由医务人员带领,在中兴路院区门口有序地乘坐公交车前往翠竹路院区。

到达翠竹路院区,大家首先在门诊楼前合影留念,随后来到儿童康复科进行参观和集体活动。

“粉色小熊多还是黄色小熊多?请小朋友们积极回答并指出来……”在儿童康复科引导式教育训练室,康复师首先利用作业治疗与孩子互动,以培养孩子的注意力和认知能力、精细动作协调能力。互动活动后,市残联康复部部长王红杰等人还专程为他们送来了崭新的书包等物品。

随后,医务人员带领孩子们开展了“彩虹伞找颜色”等形式多样、内容丰富的游戏活动,锻炼他们在集体游戏中的反应能力与颜色认知,小朋友们沉浸在一片欢乐中。

“孩子两岁半时,我们发现他的社交能力、认知理解能力和生活自理能力较同龄小朋友差,后

来在医院被诊断为孤独症。”市民王女士说,如今经过4个多月的系统康复训练,孩子的生活自理能力和应名能力有所进步。

“孤独症是儿童期的神经发育性障碍疾病,多发病于3岁以前。”据该院儿童康复科主任、副主任医师郝新征介绍,在临床上,孤独症孩子有两大核心特点:一是社交障碍;二是刻板重复行为和狭隘的兴趣爱好。他提醒,如果孩子出现以下5种异常行为,要及时到专业机构检查是不是患有孤独症:一是不看。眼睛不看人,视线接触差,回避目光接触。二是不应。幼儿对父母的呼唤声充耳不闻,对语言指令反应差。三是不语。不会说话,学说话延迟,会说话也不主动说。对此,家长往往以为是孩子性格内向、害羞。四是不指。是孩子缺乏恰当的肢体动作,无法对感兴趣的东西提出请求。五是不当。做出刻板重复的动作或姿势。

“孤独症儿童发现得越早,康复治疗的效果越好。如果3岁以前早发现、早治疗,多数孩子可以融入正常社会生活。”郝新征表示,他们举行此次公益活动,目的是让孩子在社会实践中感受大家的关爱,让更多市民了解、接纳、包容自闭症儿童,并能从实际出发,帮助、支持和走进这个特殊群体。

市妇幼保健院:

# 打造“医疗+保健”一体化服务新模式

本报讯(记者魏应秋 通讯员王春英)“在保健院不仅能轻松生娃,还能享受产后头疗服务,这种一体化服务模式真是开了我们心里,很不错!”4月1日,在市妇幼保健院产科二病区中药头疗室,产妇张女士一边享受头疗保健服务,一边开心地说。

为满足人民群众日益提高的医疗保健需求,今年初,该院产科二病区结合产妇特殊的身体状态,从中医角度出发,率先在我市开展了产后中药头疗和足疗保健服务项目,竭力为产后女性打造“医疗+保健”一体化服务新模式,使很多女性受益。

两个月前,张女士打听到该病区开

设有产后中药头疗保健服务项目,不仅可以帮助产妇清洁头发,而且对身体有很好的调理作用,当时就决定生产时一定要来院。

据张女士介绍,几年前,她生完大宝时身心疲惫、蓬头垢面、失眠,心情特别糟糕。这次怀二胎的她得知有这么好的服务项目时,就想尝试一下。前不久,孕足月的张女士在产科二病区顺利分娩后的第二天,如愿享受到了中药头疗。恰到好处的水温,护士轻柔专业的按摩手法,使整日失眠的张女士酣然入睡。头疗结束后,张女士感觉整个大脑都非常清醒,头部、颈部以及全身都弥漫着一种轻松温暖的感觉。

据该病区护士长杨伟红介绍,产妇分娩后,身心疲惫,气血两虚,容易导致出汗、头发油腻、头皮发痒、脱发以及肠胃蠕动缓慢、睡眠质量差、泌乳不足、偏头痛等现象,严重影响身体健康和生活质量,而中药头疗很好地解决了产后女性的“头等大事”。

中药头疗是通过调温式头疗机对特定药方的中药进行浸泡后,为产妇进行头部中药熏蒸、外洗,同时搭配穴位疗法,帮助产妇通经络、祛风解表、解痉、宁神以及祛除体内湿寒、改善产后出现的不良现象、预防月子病等。

同时,该病区开展的产后中药足疗

也成了“香饽饽”。中药足疗是在温水中加入中药进行足浴,具有温经通络、调气养血、活血化痰、消除产后疲劳和促进子宫收缩、恶露排出,减轻双下肢水肿等作用。产妇张女士深有体会地说:“我刚生完孩子时身体疲惫,后来护士帮我足浴后感觉浑身轻松,小腿水肿也明显减轻。”

“病区开展的这两项产后保健服务项目,让产后女性真切感受到了‘医疗+保健’一体化服务带来的幸福感,我们也倍感欣慰。”杨伟红说,下一步,该病区将继续以孕产妇需求为中心,优化就医体验,不断拓展服务项目,进一步提升妇幼保健服务能力。



中国麻醉周义诊宣传

3月29日上午,舞钢市人民医院麻醉科与疼痛科联合在朱兰兰城丽景广场开展“中国麻醉周”义诊宣传活动。

3月25日至31日是第八届“中国麻醉周”,今年的主题为“生命至上,大医精诚——深究病因讲麻醉,诚心诚意帮患者”。为让更多群众了解麻醉、关注麻醉,关注疼痛,关注无痛诊疗技术,更好

地帮助手术患者、慢性疼痛患者解除疼痛,舞钢市人民医院开展此次义诊活动。医务人员结合各自的专业所长耐心细致地为前来咨询的群众讲解膝关节疼痛、颈腰椎疼痛、分娩镇痛、无痛人流、术后镇痛等方面的知识,并给出诊疗建议和预防措施,让群众了解更多麻醉知识。

胡帅 摄