

健康延安建设如何全面提速?

通讯员 白斌 记者 宋伟 刘晶

今日 聚焦

记者在7月7日召开的全市健康延安建设暨爱国卫生运动工作推进视频会议上获悉:2021年,全市居民健康素养水平达到16.5%,较上年提高了4个百分点,全市国民体质达标合格率达到95.6%,较上年提高了3.1个百分点,在2021年度健康陕西建设专项考核中,我市位居全省第三,“一纵横、两监督、三纳入、四专班”工作推进机制得到省上肯定,经验在全省交流,我市一次性通过国卫复审,再次被确认为国家卫生城市,入选全国健康城市建设进步最快城市。

那么,我市在健康延安建设和爱国卫生运动中的先进经验究竟是什么,健康延安建设如何全面提速呢?为此,我们采访了延安市卫健委相关领导。

健康延安建设取得阶段性成效

2021年11月底至12月初,健康陕西建设工作委员会办公室对各县(区)推进2021年健康陕西行动重点工作、2018年-2021年8类健康细胞示范建设情况进行了专项考核。我市市委市政府高度重视健康陕西建设,2021年度工作取得阶段性进展,主要健康指标有较大幅度提升,考核分达到90分以上。其中,健康陕西行动得分93分,全省排名第三。

受到省上表彰通报的主要成效:以普及健康生活、优化健康服务、完善健康保障、建设健康环境、发展健康产业为重点,将健康融入所有政策,深入推进健康延安18个专项行动。建立了“一纵横、两监督、三纳入、四专班”工作推进机制。将健康建设纳入市委督查室、市政府督查室年

度工作督查计划,纳入市委、市政府对各县(市、区)、市直部门年度考核负面清单。成立综合协调、科普宣传、细胞建设、督查督办四个工作专班,全力推动各项工作。加快实施“八大建设工程”,推进健康城市建设步伐。甘泉县“四个一”全面推进健康家庭示范建设。

市卫健委党委书记、主任胡生凡说,我市健康延安建设得到好名次的主要经验是,我市深入实施健康中国战略,坚持预防为主,健康延安建设取得阶段性成效。

市委、市政府高度重视健康延安建设工作,初步建立了“1234”工作推进机制,即一纵横、两监督、三纳入、四专班。一纵横:市对县纵向下达年度目标任务,县级政府作为主责单位统筹抓好本县区工作;市级牵头部门在完成市本级下达工作任务的同时,对行业目标任务负总责,从行业牵头角度横向推进健康细胞建设等促进行动。两监督:市人大、市政协将健康延安建设工作列为重点议案提案及调研课题。三纳入:将健康延安建设纳入市县两级“十四五”发展规划,纳入市委、市政府对各县(市、区)、市直部门年度考核负面清单(占0.5分),纳入市委督查室、市政府督查室年度工作督查计划,定期督查通报。四专班:成立了四个工作专班,分别负责综合协调、科普宣传、细胞建设、督查督办工作,既分工协作,又密切配合。各县(市、区)也结合当地实际,完善工作机制,推动健康延安建设工作落实落地。

近年来,全市爱国卫生运动特别是国家卫生城镇创建工作也得到长足发展。2017年7月,我市被全国爱卫会正式命名

为“国家卫生城市”,在2017-2019周期内,实现全市国家卫生县城全覆盖,成功创建国家卫生乡镇27个,国卫乡镇占比达28%,其中黄龙县实现国卫乡镇全覆盖,成为全省首个国家卫生乡镇全覆盖的县。2021年,市区国家卫生城市通过第一轮复审,被全国爱卫会重新确认命名,吴起县、志丹县顺利通过第四轮复审。

健康延安建设如何全面加快?

针对省上通报的“部门合力尚未形成,牵头行业部门责任需进一步夯实。健康建设缺乏项目支持,居民健康素养水平为12.5%,低于全省平均水平”这一短板弱项。市政府副市长严晓慧要求各县(市、区)健康建设办公室、市健康延安建设工作委员会各成员单位从三个方面突出重点、融合互补,全面加快健康延安建设步伐。

一是坚持预防为主,持续提升居民健康素养。世卫组织调查显示,达到同样健康标准所需要的预防投入与治疗费、抢救费比例为1:8.5:100,可以看出,促进健康重在防病、不是治病,预防是最经济、最有效的策略。我市将牢固树立预防为主的理念,引导群众养成健康的生活方式,使群众少生病或不生病。大力普及健康知识和健康基本技能,完善健康教育服务体系,建立全媒体健康科普发布和传播机制,有针对性地开展常态化健康科普宣传、巡讲、比赛等活动,倡导健康理念,培育健康行为,不断提升居民健康素养水平。倡导文明健康绿色环保的生活方式,紧扣“文明健康绿色环保”主题,积极开展“文明健康始于心”科普活动、“低碳环保践于行”实践活动、“绿色家园齐守护”共建活动,将全民健身行动和“三减三健”行动有机结合开展,引导群众主动承担起自身健康第一责任,将疫情防控时养成的良好习惯坚持下来。

二是聚焦“一老一小”,持续优化全生命周期健康服务。我国已步入老龄社会,少子化、老龄化成为基本国情,我市老龄化问题也很突出,做好“一老一小”健康服务也是我市必须重点推进的工作。加快老年健康服务体系,持续提升医养结合机构服务质量,积极构建“健、医、康、护、宁”五位一体的老年健康服务模式。全力做好生育养育服务,推进三孩生育政策实施,加快出台生育、养育配套支持措施,建立健全普惠托育服务体系,积极开展多种形式托育服务。着力提升妇幼健康水平,持续推进妇幼健康服务体系标准化建设和规范化管理,一体推进孕前保健、孕期保健、住院分娩、产后保健和儿童保健服务。实施好“两癌”筛查、儿童营养改善等项目,全力保障妇女儿童健康。

三是促进政策融入,持续丰富健康细胞建设内涵。将健康延安行动与环境污染、安全隐患治理和社会保障、民生事业、城乡建设等工作融合互补,城乡统筹、建管并重、协同优化,推动将健康融入所有政策。加快建立公共政策健康影响评价机制,选好试点行业领域,对拟制定的公共政策和列入城市经济社会发展中长期规划以及地方政府投资的重大工程项目进行健康影响评估,发挥公共政策促进健康的导向作用。要将涉及健康延安18项行动的各类公共政策和各种项目资金有机融入8类健康细胞示范建设中,以每个细胞的健康促进整个社会的大健康。各县(市、区)、市级各牵头部门要培育先进典型,总结推广健康延安建设、健康细胞建设中的好经验、好做法,在各自领域树起旗帜标杆,发挥示范引领、以点带面的作用。要积极探索创新,着力推出一批人无我有、人有我新的创新载体,打造有影响、有亮点的创新品牌。

健康人 博爱心

自发捐款 温暖患儿

本报讯(通讯员 郝笑娜)近日,一场爱心捐款活动在延安市博爱医院消化科悄悄进行,捐款的对象是住在该科的不到3岁的患儿小雪(化名)。

今年两岁5个月家住延川县的小雪,被诊断为神经母细胞瘤且已全身转移,小雪的父母都是农民,家中还有年迈的老人以及两个年纪尚小的哥哥。面对高昂的医疗费,让这个本不富裕的家庭更是雪上加霜。

了解到小雪一家的难处后,消化科主任高红霞看在眼里,急在心里,她与护士长李娟丽在科室发起了爱心捐款。此事发到微信群后,大家纷纷对小雪的遭遇表示同情,并自发开始捐款,愿意为这个不幸的孩子献上自己的一点绵薄之力。截至目前,已累计收到捐款3700元。

面对送来的捐款,小雪的家人深受感动。小雪的父亲说:“真的很感谢医护人员对小雪的关心和照顾,你们不仅给孩子积极治疗,而且捐来这么多的款,给了我们勇气与力量,我们不会放弃对孩子的治疗,哪怕有一丝希望,都要努力去争取一下。”

博爱医务人员自发捐款的行动再次证明,医者仁心不是空话,捐款有限,爱心无限,他们用实际行动诠释了白衣天使大爱无疆、无私奉献的精神。

夏日防暑攻略

随着炎夏“烤箱模式”在各地陆续开启,究竟高温天气下如何预防中暑?中暑后应采取哪些急救措施?市疾控中心提醒大家来看看这份防暑攻略。

1.什么是中暑?中暑是指长时间暴露在高温环境中或在炎热环境中进行体力活动引起机体体温调节功能紊乱所致的一组临床症候群,以高热、皮肤干燥以及中枢神经系统症状为特征。

2.中暑时应该采取哪些急救措施?轻度中暑应及时转移至阴凉通风处静卧休息,密切观察体温、脉搏、呼吸和血压变化。可饮用淡盐水、冷西瓜水、绿豆汤等进行补水,同时服用仁丹、十滴水或藿香正气散等防暑降温药物。重症中暑要及时送到医院进行急救处理。

3.怎样预防中暑?在家不出门时,应开空调或开窗。做好通风,以免中暑。但也不要把空调温度调得过低,一般不要低于24℃,否则室内与室外温差过大,会在出入室内外对身体造成负担。

每天补充1.5升左右的水分,起床后以及洗澡前后也记得喝水。工作和运动造成大量出汗时,应该少量多次饮水,有条件的喝口服补液盐、淡盐水或运动饮料会更好。切勿大量喝水,会导致人体出现“稀释性低钠血症”,严重时可能导致脑水肿昏迷。

天气炎热时,要尽量避免高温时段。将户外活动安排在早上或晚上气温凉爽的时候。活动一段时间后要注意休息,多补充水分。可以涂防晒霜、打太阳伞,既可以达到防晒的目的,也可以对我们的皮肤起到保护作用。

高温天气,饮食一定要清淡,不适合吃高热量、油腻、辛辣的食物,可以准备一些防暑降温的食物,比如绿豆汤、酸梅汤。



走路速度反映健康状况

1.走路快的人骨骼好。骨骼健康状况好的老人,骨骼能够支持他们更好地进行运动,自然会走的速度快一点,甚至有些老人还能够小跑一段。有的老人钙质流失过多,骨骼密度低。好比空心的树干一样,外表看着完好无损,实际上里面的内容已经空掉了。这样的骨头又怎么能让他们健步如飞呢?

2.走路快的人身材好。走路的快慢不仅取决于骨头的韧性,同样也要看个人的不同体质。其中,体重更高的人双腿承受的压力也就越大,走路时需要耗费的力量也就越多,这样的老年人往往走得慢,而且走两步就得歇一会,累得气喘吁吁。肥胖也是多种慢性病的病因之一,身材胖的人通常会有高血压、高血脂等疾病,这都会极大影响到老年人的生活质量。所以身材瘦小走得更快更健康一点。

3.走路快的人心肺功能好。正常人的心率在每分钟60~100次之间。走路的时候,心脏需要强有力的支持。试想一下,一名心脏病患者肯定走不快。同时,走路的过程中也离不开呼吸系统的支持。

4.走路快心脏病死亡的风险低。走路慢的人,往往身体健康水平都较低,这表明其营养不良或肌肉组织损失较多。此外,走路慢的人活动水平也较低,这也部分解释了他们心脏病死亡风险偏高的原因。

而走路比较快的人,他们的心脏功能往往更强大,跳动更有力,血液循环顺畅,心脏疾病也会随之减少。



“机器人大夫”精准手术 高龄老人恢复健康

本报讯(通讯员 陈琪璐 同丽静)“呀,这个机器人大夫太了不起了,很快就解除了我的痛苦!”最近,高龄骨折老人李老伯在北京大学第三医院延安分院(延安市中医院),接受了北京驻延专家姜宇教授带领的骨科团队实施的陕北首例骨科手术机器人辅助下经皮微创球囊扩张椎体成形术后激动地说。

原来,今年82岁的李老伯因胸11、12椎体压缩性骨折在北京大学第三医院延安分院骨科接受手术。因李老伯年龄较大且有多种基础疾病和慢性病史,因此,手术风险较高。骨科专家团队经过周密的术前讨论,决定术中采用骨科手术机器人为“新助手”,辅助精准定位,为李老伯行胸11、12椎体骨质疏松压缩性骨折经皮微创球囊扩张椎体成形术。术后,李老伯当天便可下床活动,目前已顺利出院。连日来,该院骨科通过机器人“透视眼”

已经为多名骨折患者成功实施了椎体成形术,使他们快速轻松解除了病痛。

那么,这种机器人大夫究竟有哪些特殊的功能呢?

姜宇教授说,不同于表面软组织,经皮微创骨科手术无法直视,更像是在坚硬的暗箱内操作。骨科手术机器人突破了传统手术中“手”“眼”的局限,术前对患处进行三维影像扫描并进行详细规划,手术中医生可以通过机器人的“透视眼”,将虚拟手术计划转变为现实空间位置,手术路径更加精确,穿刺针的长度、宽度和进入骨骼的角度更加准确,不需要反复透视来确定进钉位置,极大减少了术中辐射次数,保护了患者与医生。更重要的是,它能使人工徒手操作过程中可能造成的血管、神经损伤并发症大大降低,提高手术安全性,使患者更快恢复。



我市首例持续肝动脉灌注化疗(HAIC)手术成功实施

本报讯(通讯员 吴晓娟)最近,延安市人民医院肿瘤血液科首次成功为一例晚期肝癌患者施行经右股动脉穿刺行肝动脉置管术进行肝动脉灌注化疗手术(HAIC)。

今年60岁的李大爷,2021年6月于西安某医院检查确诊为贲门胃底溃疡性中分化腺癌,部分粘液腺癌,并伴有肝脏多发转移。连续化疗13个周期后,肿瘤依然有发展。今年5月18日,以确诊胃癌肝转移11个月就诊于市人民医院肿瘤血液科。入院后经完善必要检查,评估为肝脏转移灶进展。市人民医院肿瘤

血液科特请解放军301总医院肿瘤科专家远程会诊,会诊后,专家意见为可进行肝动脉持续灌注化疗。

持续肝动脉灌注化疗(hepatic arterial infusion chemotherapy, HAIC)是指手术医师在影像设备的引导下将一根较细的特制导管插到肿瘤的供血动脉,再通过导管直接往肿瘤组织中注入化疗药物,从而达到治疗肿瘤、延长生命的目的。

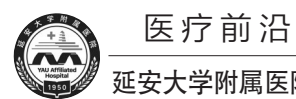
因HAIC在省级大医院开展较多,我市尚未有医院开展。鉴于延安市人民医院肿瘤血液科李喆副主任医师有肿瘤

外科基础,且从外院进修学习肿瘤介入治疗,并已在科室开展多例肝脏肿瘤肝动脉化疗栓塞(TACE)治疗,肿瘤血液科主任张福林教授决定让李喆副主任医师为李大爷进行HAIC治疗。由于是市首例肝动脉灌注化疗手术,科室医疗护理团队都高度重视,经科室全体医生讨论并评估患者情况后,拟定了详尽的手术方案及护理措施。

5月18日,由李喆副主任医师主操作,介入导管室耿洲主治医师协助,成功为李大爷实施了DSA下经右股动脉穿刺行肝动脉置管术,整个过程约40分

钟,并经导管行肝动脉持续灌注化疗,过程顺利,术后安全返回病区,患者无特殊不适,治疗结束后顺利拔除导管,患者随后出现短期转氨酶升高,经保肝处理后好转出院。3周后李大爷返院复查,肿瘤标记物明显下降,应家属同意再次于6月10日由李喆副主任医师主操作,顺利为李大爷完成第2次HAIC治疗。

由市人民医院医生独立完成的首例HAIC手术,获得患者及家属一致好评。标志着市人民医院肿瘤血液科在肿瘤微创介入诊疗中又多了一种手段,让人民群众在家门口就能得到更好的治疗。



“雪白宝宝”历险记

通讯员 孙瑞雪 雷媛

6月中旬的一天下午,延大附院新生儿科接到手术室电话,一个刚出生的新生儿,全身皮肤苍白,需要紧急会诊,10余分钟后,患儿被紧急转运至新生儿科。患儿皮肤黏膜苍白如纸,反应差,四肢冰凉,毛细血管再充盈时间延长,血压低,呼吸困难明显,生命危在旦夕,需要紧急救治。

新生儿科姜泓主任第一时间指导诊疗,护理组及时开放脐静脉通路输液治疗,医疗组进行无创呼吸机辅助通气、抗休克、积极扩容、纠正酸中毒、维持血压、监测血糖、维持内环境等抢救治疗。检验科紧急回报:患儿血红蛋白仅

有42g/L,属于极度贫血,且该患儿已经处于失血性休克状态。于是,新生儿科紧急联系输血科,在得知患儿的病情危重的情况后,输血科积极配血备血,很快红细胞就输进了患儿体内。

救治在争分夺秒地进行着,那么刚出生的新生儿贫血为什么这么严重?“雪白宝宝”的血到底去了哪里?紧急联系超声科进行超声检查,颅内、肝胆脾脏等脏器未见明显出血病灶。同时追问产科医生,孕母系足月妊娠,胎动减少3天,因胎心监护不满意,紧急进行了剖宫产娩出。分娩时羊水、脐带、胎盘并未见明显异常。

是正常的孕产妇,一个正常足月分娩的新生儿,怎么就是个“雪白宝宝”呢?姜泓就患儿病情在科内进行了讨论。产科一病区魏建雄副主任医师和马晓娟主治医师给予全力协助,对母亲进行了相关检查。大家抽丝剥茧探讨病情,网织红细胞测定,孕母和新生儿外周血涂片,甲胎蛋白……一项项检查回报,均指向胎母循环综合征。

胎母循环综合征(FMH)是指胎儿血液通过胎盘的绒毛间隙进入母体循环,胎儿血逆流回母体。胎母循环综合征是一种罕见的产科疾病,发生率为1/1000~1/3000,发病隐匿,早期诊断非常困难,特别是胎儿大量失血时,临床处理难度很大,胎儿死亡率可达30%~50%,严重威胁母亲和宝宝健康。经过新生儿科医护团队精心救治11天后,患儿顺利出院。“雪白宝宝”变成了“红润宝宝”,回到了妈妈身边。家属送来了“医术精湛 医德高尚 慈母天使 爱心呵护”的锦旗。

“雪白宝宝”的成功救治,充分体现了延安附院MDT多学科(新生儿科、产科、输血科、检验科)救治模式的优势。家属送的不仅仅是锦旗,更是对延大附院新生儿救治水平和医疗品质的认可。

技能大赛展示风采

通讯员 杨莉

6月25日,由陕西省康复医学会主办、汉中市中心医院协办的“陕西省吞咽功能障碍康复技能大赛”比赛中,延大附院心脑血管病医院康复医学科由景蓉主任、康复医师杨莉、康复治疗师张贝贝、康复护士张慧玲组成的延大附院代表队荣获二等奖。

这次比赛全省共有13个单位36人参赛,比赛进行了团队现场技能比赛及答辩,并完整展现了临床资料、吞咽筛查与评估、康复治疗及吞咽障碍康复护理方案实施的整个过程,对患者进行出院指导及出院随访等。心脑血管病医院代表队以积极向上的精神风貌,生动的形象的演讲方式,完美展现出过硬的专业实力,荣获了大赛团体二等奖的优异成绩,体现了医院康复团队的Team-work工作模式。

“以赛促练,以赛促规范,以赛促发展”是延大附院心脑血管病医院康复医学科参加这次竞赛的想法。希望通过参加高规格的比赛,进一步提升医院康复专业人员吞咽障碍的筛查、评估及治疗规范的能力,使吞咽障碍治疗规范化,让吞咽障碍患者能够真正获得“吞咽功能恢复,尽享美食”。

