



精心救治优服务 休克患者终脱险

市中心人民医院呼吸与危重症医学科成功救治一名复杂重症肺炎患者

本报讯(记者 魏静 通讯员 王迪)元旦假期,城市街头张灯结彩,万家灯火中洋溢着辞旧迎新的喜悦。当人们沉浸在团圆欢聚的温馨时刻,有这样一群身影,始终坚守在与死神博弈的最前线——他们就是市中心人民医院呼吸与危重症医学科的医护人员。在仪器的滴答声与监护仪的警报声交织成的特殊“新年序曲”中,一场与时间赛跑、为生命护航的紧急救治行动,正在科室的重症监护病房里悄然上演。

近日,科室紧急收治了一名病情危重的肺炎患者,复杂的病情让这个救治从一开始就充满了挑战。经详细诊疗评估,该患者不仅患有重症肺炎,还合并脓毒症、呼吸衰竭、慢性阻塞性肺疾病,同时伴随心肾功能异常、电解质紊乱等多种并发症,情况危急。“患者血氧饱和度持续偏低,自主呼吸微弱,必须立即启动紧急救治!”接诊医生第一时间发出预警,科室迅速开通危重患者救治绿色通道。

医疗团队即刻展开抢救,气管插管、连接有创呼吸机辅助通气,精准调节呼吸参数维持氧供;同时通过静脉泵入药物改善循环、调控血压、减轻心肾

负荷,一系列救治措施有条不紊地推进。科室主任苑波带领医疗团队结合患者病史、检查报告进行多学科会诊思维研判,最终制定了严密的个体化综合治疗方案,为救治工作划定方向。

然而,救治之路并非一帆风顺。入院第三天,患者病情突发骤变,出现持续性便秘症状,这一信号让原本紧张的救治更添焦灼。主管医生凭借丰富的临床经验,当即给予生长抑素静脉泵入止血治疗,并密切监测患者生命体征变化。但在后续的复查中,患者血小板指标急剧下降,从正常范围骤降至危急值,随即引发失血性休克、重度贫血等致命危险,血压持续走低,

意识逐渐模糊,生命垂危。

“启动急救预案!立即联系输血科调配血制品!”苑波立即下达指令,科室瞬间进入最高级别的抢救状态。医护人员分工协作,有的密切监测心率、血压、血氧等核心指标,实时反馈病情变化;有的精准核对血制品信息,严格遵循输血规范为患者输注红细胞、冷沉淀及病毒灭活冰冻血浆;有的调整药物泵入速度,优化循环支持方案。冰冷的血液制品通过输液管缓缓流入患者体内,一点点纠正休克与贫血症状,监护仪上的数值逐渐趋于平稳,一场生死竞速终于迎来阶段性转机。

后续治疗中,精细化护理与精准化诊疗成为守护生命的关键。苑波每日带领团队查房,结合最新检查结果与呼吸治疗师等共同研讨病情变化,动态调整呼吸机参数、抗感染方案及营养支持策略,哪怕是细微的指标波动也绝不放过。副护士长常英更是将护理细节做到极致,针对患者高度水肿及发热状态,定时为其翻身、按摩,涂抹护肤剂

预防压疮;在机械通气期间,严格执行气道湿化、吸痰等护理操作,降低肺部感染风险;面对长时间便秘引发的失禁性皮炎,精心调配护理敷料,温和清洁护理,有效缓解患者不适。

在医护团队的日夜坚守与精心救治下,患者的病情逐渐好转,自主呼吸能力逐步恢复,成功脱离有创呼吸机辅助通气;心肾功能稳步改善,电解质紊乱得到纠正;便秘症状完全消失,身体各项机能逐渐回归正常。日前,患者生命体征平稳,已能进行简单交流,正在接受后续康复治疗。当患者家属握着医护人员的手表达感谢时,他们只是轻声说道:“这是我们的职责所在。”

元旦的团圆时刻,呼吸与危重症医学科的医护人员用专业与担当,在生死一线筑起坚实防线。他们将继续秉承“生命至上、人民至上”的服务理念,不断提升重症诊疗技术水平,优化危重症救治流程,以更精湛的医术、更优质的服务,为人民群众的生命健康保驾护航。

为全民健身注入新活力

刘小兰

健康时评

用户手机下单,体育服务上门——“体育外卖”的兴起,为全民健身和体育产业注入了新活力。这项“体育+互联网”的创新,既形成了满足个性化健身需求的新模式,又开辟了体育产业升级的新赛道。

“体育外卖”,其来有自。这个新业态的出现和走红,契合了全民健身热潮兴起、个性化体育需求增多的时代趋势,也回应了人们关于运动时间、地点、专业性的现实痛点。

数据显示,截至2024年,我国经常参加体育锻炼人数的比例超过38.5%,以健身促健康已经成为社会共识。而全民健身需求日趋多样化、个性化,如中小学生需要专项提升、上班族追求健身的高效性、老年人重视康养的专业性,这些呼唤着体育服务的形态重构。

同时,体育锻炼存在不少现实痛点,如学生上体育兴趣班给家长带来接送上的负担;上班族工作忙碌、通勤时间长,体育锻炼的时间成本高;许多老年人难以承受去体育场馆的奔波之劳等。

这些需求和痛点,也是《健康中国2030规划纲要》要求“创新健身休闲运动项目推广普及方式”“推动全民健身生活化”的原因所在。而数字化成为高效连接健身供需两端、精准破解痛点的妙招,各类到家服务的蓬勃发展也为体育“上门服务”开了路。

依托数字技术、网络平台,“体育外卖”实现了针对个体需求的“精准匹配”,不同的体育服务需求者可以与专业的教练、运动员对接,个性化定制训练计划,获得专属指导。需求者定好时间、地点,服务者备好计划、器械,健身也从“麻烦事”变成了“舒心事”,从而解决学生家长的“接送难”,匹配上班族的快节奏,免了接发族的奔波苦……

创新,激活“一池春水”。“体育外卖”践行“投资于理”理念,覆盖各类人群,又促进体育产业升级,由“重场馆”转向“重服务”,培育消费新业态,推动高质量发展与高品质生活互促共进。

“体育外卖”成为“健康中国”“体育强国”的新抓手。随着这两大战略的协同推进,全民健身已取得显著的成效,面向“十五五”,人们对健身、体育锻炼的需求正从“有没有”变为“好不好”。“体育外卖”作为公共体育场馆、群众赛事活动等传统体育服务的有力补充,将服务“最后一公里”延伸到家庭、社区、工作场所等,有助于完善全民健身公共服务体系。凭借社会化的服务供给,专业化的健身指导,“体育外卖”融合了体育的普惠性,推动形成自我驱动、融入生活的居民健康提升路径。

作为可持续的新型体育公共服务,“体育外卖”使“终身体育”理念获得有力支撑。“体育外卖”提供的日常锻炼指导、兴趣培养提升,有助于提升经常参加体育锻炼的人口比例,有利于扩大群众体育普及面,

让更多居民乐享运动。同时,“体育外卖”提供的系统训练、专业培训,能让优秀苗子按节生长,进一步夯实竞技体育的人才基础。这也是落实《中共中央关于制定国民经济和社会发展第十五个五年规划的建议》提出的“统筹推进群众体育和竞技体育发展,加快建设体育强国”要求的有力举措。

“体育外卖”是推动体育产业数字化、开辟新增长点的新引擎。作为全民健身产品和服务供给百花齐放的缩影,“体育外卖”既创造了灵活就业机会,增加了专业教练、退役运动员、在校大学生等群体的收入,拓宽了体育专业学生就业、创业的渠道,也带动运动器材、服装等相关消费,形成新的产业链。

随着供需两侧的协同发展和用户数据的积累挖掘,“体育外卖”将从单纯的体育锻炼指导转向健康管理、运动提升,从以“体育人”升级为以“健康人”“发展人”。这将使服务创新、产品研发等更趋精准化、个性化,推动体育产业结构优化,并与健康管理、医疗保险等产业深度融合,为经济发展增加动力。

当然,作为一种新生事物,“体育外卖”的火热是与挑战并存的。怎样解决准入门槛低、没有资质也能接单、平台与教练权责不清、运动受伤处理不规范等问题,保障人们获得安全、科学的体育服务,是这一新业态健康发展的关键。

首先,监管应跟上乃至走在前面,筑牢新业态发展的根基——安全。如何保障用户的人身安全、信息安全以及教练等服务者的上门服务安全?目前,已有平台采取了教练背景严格审查、设置紧急联系人功能等措施,但行业整体缺乏统一监管。对此,相关部门可以借鉴其他平台预约行业的资质审核与评价体系,迁移应用外卖、网约车等平台治理的成熟经验,研究制定规范政策,在鼓励创新的同时保障消费者和服务者的权益,筑牢安全底线。

其次,形成行业标准体系,规范服务标准、资质认证、收费标准、纠纷解决等。市场监管、体育等部门可进行指导,各平台应加强自律,共同健全教练资质准入、服务质量监督等机制,尽早形成完善的行业规范。

再次,多方完善配套的解决方案。如多数“体育外卖”服务采用单次付费模式,既不签合同,也不买保险,一旦发生教练“跑单”、运动损伤等情况,责任难以厘清,消费者维权困难。这就需要消协有作为、保险有对策等方面主动作为。再如“体育外卖”的上课地点多在小区内或公园里,如何平衡个人锻炼需求与其他业主使用、其他居民活动的合理权益,需要社区、公园管理单位等建章立制。

发展中的问题要靠发展来解决。只要治理不缺位、规范不止步,“体育外卖”在监管中完善、在规范中创新,这一体育产业“新菜品”就能“好看又好吃”,让更多人在安全与专业的环境中尽享体育之乐,推动全民健身和全民健康深度融合,以全民健身托举人民幸福。



压实安全责任 守护群众健康

市妇婴医院开展安全生产与医疗质量大检查

本报讯(记者 魏静 通讯员 于佩玉)为全面落实安全生产治本攻坚三年行动部署要求,切实筑牢医院安全防线,日前,市妇婴医院集中开展全院安全生产专项检查。此次检查由院领导牵头,多部门协同组建联合检查组,坚持问题导向与源头治理相结合,以“周密部署、细致排查、扎实整改”为主线,全力夯实医院安全运行根基。

检查组先后深入供电室、制氧中心、电梯设备间、水泵房、放射线科、医疗废物暂存处、供应室等重点区域,同时对各楼层消防设备维护情况开展实地核查与现场指导。在各重点部位,检查组精准聚焦

不同环节安全管理核心要点。包含配电及制氧区域重点核查设备运行稳定性、环境安全条件,以及突发停电、断氧应急预案的可行性;针对电梯运行,详细询问紧急报警装置响应时效,严格查验维护保养合同及检修记录完整性;水泵房内着重检查供水设备工况及防汛防涝措施落实情况;放射线科重点核查应急照明设施配备与维护状态,对老化设施当场部署更新;医疗废物暂存处聚焦分类存放规范性、转运车辆清洁消毒流程及交接记录完备性;供应室则围绕器械清洗灭菌质量监测、高温高压设备安全操作规范及区域感染防控要求等。

检查期间,院领导深入临床科室,着重强调日常诊疗中核心制度的刚性执行,重点部署围产期保健、高危孕产妇管理、新生儿救治、护理操作规范、用药安全及院内感染防控等关键环节的安全管控工作。要求全院上下始终保持高度警惕,以“时时放心不下”的责任感全面排查薄弱环节,持续优化服务流程,切实筑牢患者安全防线,为妇女儿童提供全方位、全周期的安全健康保障。

针对护士站、医生办公室、值班室等人员密集办公场所,检查组重点排查用电安全隐患,包括线路敷设规范性、设备负载合理性、插座开关完好度

等;同时对照6S管理规范,逐项检查环境整洁度、物品定置定位精度、文件资料归档及时性、通道畅通保障及应急物品标识清晰度与取用便捷性,通过规范化日常管理杜绝安全隐患。

此次专项检查既是对医院重点区域设备管理水平的系统检视,更是对全院各岗位安全责任落实的深度推动。院相关负责人表示,将以此次督查为新起点,进一步压实安全责任,强化日常监督与风险预防防控,持续优化安全服务流程,全力为全市妇女儿童构建更稳固、安宁、和谐的就医环境,切实履行守护人民群众健康安全的神圣职责。

妊娠期甲减需警惕 早筛早治保障母婴健康

本报记者 魏静



发妊娠期高血压、贫血等并发症,同时伴随水肿、持续疲劳乏力、情绪低落、记忆力减退等症状,严重时还会影响分娩安全,给母婴健康埋下隐患。

记者:哪些人群属于妊娠期甲减的高发群体?

王东玲:以下几类人群需要重点关注:一是有甲状腺疾病家族史的孕妇,比如父母、兄弟姐妹患有甲减或甲亢;二是既往有甲状腺手术史、甲状腺炎病史,或曾出现甲状腺功能异常的孕妇;三是有流产、早产、死胎等不良孕产史的孕妇;四是孕期出现持续疲劳、怕冷、便秘、体重异常增加、皮肤干燥等状况的孕妇;五是合并类风湿关节炎、系统性红斑狼疮等自身免疫性疾病的孕妇。

记者:针对妊娠期甲减,您有哪些核心建议?

王东玲:孕期常规筛查是防控妊娠期甲减的关键。建议孕妇在孕8周前完成甲状腺功能检查,核心关注两个指标:一是促甲状腺激素(TSH),其正常范围会随孕周调整,孕早期建议控制在<2.5mIU/L,孕中晚期则需控制在<3.0mIU/L,指标超过

对应范围,提示可能存在甲减。二是游离甲状腺素(FT4),若该指标低于正常范围,可确诊为临床甲减;若FT4正常但TSH升高,则可能是亚临床甲减,这属于疾病早期阶段,同样需要及时治疗。

需要特别提醒的是,孕期疲劳、怕冷等症状,很容易与正常妊娠反应混淆,孕妇切勿自行判断,必须通过专业的甲状腺功能检查才能确诊。

记者:妊娠期甲减该如何规范治疗?

王东玲:治疗主要分为两个核心环节:一是药物治疗,首选左甲状腺素,该药物安全性高,无致畸风险。用药需在医生指导下,从最小剂量开始服用,再根据定期监测的TSH指标逐步调整剂量,最终目标是使TSH控制在孕期对应正常范围内。二是定期监测,孕早期建议每4周复查一次甲状腺功能,孕中晚期可调整为每6-8周复查一次;产后6周需再次随访,部分患者产后可能仍需持续用药。

此外,产后管理也不容忽视。孕期持续用药的产妇,产后需在医生指导下调整剂量,避免药物过量引发甲

亢;同时,新生儿出生后必须进行甲状腺功能筛查,排除先天性甲减的可能。

记者:妊娠期甲减患者在日常护理中需要注意什么?

王东玲:日常护理可以从三个方面入手:首先是饮食调理,要适量摄入含碘食物,比如海带、紫菜、加碘盐等,孕期每日碘摄入量建议为230μg,较非孕期有所增加,但要避免过量食用,防止加重甲状腺负担;同时保证鸡蛋、牛奶、瘦肉等优质蛋白质和各类维生素的摄入,增强体质。其次是生活管理,保持规律作息,避免熬夜和过度劳累;适当进行散步、孕妇瑜伽等温和运动,缓解疲劳和情绪低落;注意保暖,避免受凉加重怕冷症状。最后要避开误区,患者切勿擅自停用或增减药量,也不要轻信没有科学依据的“偏方”,所有干预措施都必须严格遵医嘱。

王东玲强调,妊娠期甲减的防控关键在于“早发现、早治疗”。即便是没有明显症状的亚临床甲减,也可能增加不良妊娠风险,需及时干预。只要坚持规范用药、定期监测,绝大多数甲减孕妇都能顺利分娩健康宝宝,无需过度焦虑。

市第一人民医院获评中国临床肿瘤学会“MPN规范诊疗协作医院”

本报讯(记者 魏静 通讯员 李晶)近日,市第一人民医院顺利通过中国临床肿瘤学会白血病专业委员会评审,成功获评“2025年度MPN规范诊疗协作医院”。该称号的授予,标志着医院在骨髓增殖性肿瘤(MPN)领域的规范化诊疗水平获得行业权威认可,将有效助力提升本地区MPN疾病诊疗服务质量,惠及更多患者。

MPN是起源于骨髓造血干细胞的血液系统疾病,其诊疗涵盖精准诊断、风险评估、个体化治疗及长期随访等多个关键环节,对医疗机构的专业技术能力与规范化管理水平提出了较高要求。为推动全国MPN诊疗规范化、同质化发展,中国临床肿瘤学会白血病专业委员会启动“MPN规范诊疗示范中心”建设项目。市第一人民医院血液科积极响应,主动参与项目系统培训,深入研习最新诊疗指南与技术规范,将规范化要求全面落实到疾病诊断、治疗方案选择、疗效监测及长期随访管理等全流程。

评审阶段,专家组通过查阅病历资料、核对诊疗数据、开展现场问询交流等多种方式,对血液科MPN诊疗工作进行全方位、立体化评估。科室在标准化病历管理、完善随访体系建设、医务人员专业素养及技术应用等方面的扎实表现,赢得专家组一致肯定。作为三级医院核心血液病诊疗专科,该科室长期深耕血液系统疾病诊疗能力建设,熟练掌握多项核心诊疗技术,已为众多血液病患者提供了优质、高效的医疗服务。

此次获评“MPN规范诊疗协作医院”,既是对科室现有诊疗工作的高度认可,也为未来发展指明了方向。市第一人民医院血液科将以此为契机,深度依托全国MPN诊疗协作网络,加强与国内顶尖医疗机构的学术交流与技术协作,持续吸纳先进诊疗理念与技术成果,进一步优化诊疗流程、精进诊疗水平,为辖区及周边地区MPN患者提供更规范、更精准、更优质的全周期诊疗服务。