

# 打通胸痛救治“起跑第一公里”

县中医院医共体实现胸痛救治单元全覆盖

通讯员 韩凌

**本报讯** 近日,县中医院医共体迎来重要时刻——南明、城南、澄潭、东茗、镜岭五家分院的胸痛救治单元,集中接受绍兴市胸痛中心联盟专家组的现场验收。至此,县中医院医共体区域内已实现胸痛救治单元全覆盖,为县域胸痛患者构建更加快速、高效、规范

的“生命急救圈”。

专家组一行深入五家分院,通过“听、看、查、考”等多种方式,进行现场核查。专家组就胸痛救治单元建设的意义、现场验收的工作要求等作出详细阐述。各分院执行院长从胸痛救治单元建设概况、创建特色、制度流程、数据分析与持续改进等方面,结合各分院的特点向专家组进行全面汇报。专家

组还通过现场提问、现场查看、资料核查、随机抽考等方式开展验收工作,严格对照胸痛救治单元现场评估细则,系统地胸痛救治单元建设的基本条件、组织管理、设备配置、救治能力和水平、转运流程、健康宣教等方面进行全面细致的考核评估。

当天下午,胸痛救治单元建设汇报会在县中医院医共体总院

举行。会上,专家组对五家胸痛救治单元的创建成果给予充分肯定,并针对存在的问题进行专业指导,提出建议意见。县中医院医共体各分院将以此为契机,持续精进医术、优化流程,充分发挥“基层首诊、双向转诊”的枢纽作用,真正打通胸痛救治的“起跑第一公里”,为居民的生命健康保驾护航。

# 学术薪火相传 技能赛场竞辉

通讯员 董露佳

**本报讯** 近日,绍兴市中西医结合学会中药专业委员会2025年学术年会暨“神农尝百草”中药技能比赛在县中医院举行。来自全市28家医疗机构的110余名中医药同仁共聚一堂,在学术交流与技能切磋中,共绘中医药传承创新发展的新画卷。

本次年会特邀省市级中医药专家作专题报告。专家们围绕“中药学科专科建设”“中药饮片集采背景下医院药房的挑战与对策”等前沿热点议题,分别交流经验,为与会者带来兼具指导性与前瞻性的深度分享,为从业者提供宝贵的行业洞察与发展思路。

当天的“神农尝百草”中药

技能比赛将活动推向高潮。来自26家单位的48名参赛选手随即同台竞技。选手们要在15分钟内仅凭“观其形、闻其气、尝其味”的传统鉴别方法,精准辨识出10种中药汤液并详述其功效。这不仅是对专业技能的极致考验,更是对“神农精神”的深刻体悟。赛事不仅有效提升参赛者的专业技能,更在潜移默化中增强中医药人员的文化自信与职业认同,为培养新时代中医药传承人夯实根基。

会议还回顾总结专委会过去一年在学术活动、专科建设、科研教育、技能竞赛、中药野外辨识、特色科普等方面取得的丰硕成果,并对新一年的工作进行展望。专委会将继续持之以恒,为中医药事业高质量发展贡献力量。

# 县人民医院完成高龄骨折患者救治

通讯员 于磊

**本报讯** 近日,86岁高龄的张大伯因软骨肉瘤导致病理性骨折,在关节置换手术前突发病情恶化,生命垂危。家属在近乎绝望之际,将其转送至县人民医院进行抢救。经过一系列紧张而有序的救治,张大伯现已拔管,病情稳定,疼痛也得到显著缓解。

老年人骨折,尤其是髌骨骨折,常被称为“人生最后一次骨折”。因其往往伴随多种基础疾

病、免疫功能下降、恢复能力弱等并发症,手术风险极高。张大伯除骨折外,还伴有肺部感染甚至栓塞,病情复杂危重。

在患者呼吸衰竭或气道保护能力下降时,气管插管是ICU常用的抢救措施。通过建立人工气道,不仅能保证有效通气,也为后续治疗争取宝贵时间。张大伯因肺部感染加重、呼吸功能受损,气管插管成为挽救生命的关键一步。

“再加强加强,还是有希望拔

管的。”医生这句简单而有力的话,给几近绝望的家属带来信心。在救治过程中,医护团队不仅使出扎实的专业技术,更注重与家属的沟通。每天定时探视时,护士们主动介绍病情,细致到每日排便次数,这种透明温暖的沟通方式,极大地提升了家属的信任感与满意度。

从ICU到各辅助科室,该医院内部高效协同、无缝衔接,在系统切换与院区搬迁期间仍保持井然有序,体现了医院管理的现代

化与人性化。这种团队作战的模式,为危急重症患者提供了抢救到康复的全流程保障。

这位高龄高危骨折患者的救治,不仅是医疗技术的胜利,更是人文关怀与系统管理的综合体现。在面对高龄、高风险患者时,县人民医院ICU团队以精湛医术、细致护理和高效协同,真正实现了“延长生命”与“提升生活质量”的双重目标,也为广大老年骨折患者及家属带来了信心与温暖。

# 智慧平台预警 医生上门解忧



通讯员 俞建宏

**本报讯** “老爷爷的尿管可能堵住了,尿液外漏,非常不舒服!”近日,小将镇卫生院家庭病床健康管理平台警报提示突然响起,屏幕显示,77岁的倪大爷家中的健康监测设备发出异常信号,通过视频连线,家属焦急地向医生求助。

家庭医生潘涛接到提示后迅速响应,与县人民医院下沉专家吴海南医生一起,带上尿管包、药箱等专业医疗器具,即刻赶往倪大爷家中。问诊时,吴海南仔仔细细地询问老人的症状与体征,凭借丰富的临床经验,迅速判断情况,在简陋的居家环境中,按照操作要求,精准地为老人完成尿管更换。操作完成后,家庭医生潘涛还耐心地给家属讲解日常护理注意事项,叮嘱家属后续注意观察尿管引流情况,定期做好清洁护理,若出现异常及时通过家庭病床智慧平台联系医生。

“太感谢了,这大冷天的,你

们大老远跑这一趟,还来得这么及时,不仅手腕表可以直接联系你们,还有县级医生直接到家里来,为我们解决了难题!”看着老人的不适症状及时缓解,家属连声道谢。

据悉,倪大爷既往有高血压、脑梗死病史,长期卧床,行动不便,一根尿管对他的日常生活至关重要。以往,为了更换尿管,家人需费尽周折送他前往医院,路途奔波对患者和家属都是巨大的负担。如今,通过家庭病床签约、智慧管理平台升级与“双下沉两提升”落实,让“信息多跑路,让专家多下沉,让居民少跑腿”成为现实。

“患者往上走”到“服务往下沉”,这源于构建分级诊疗体系、推动优质医疗资源扩容下沉,让偏远山区的居民足不出户就能享受到县级专家的医疗服务,而智慧平台的迭代升级,也让基层医疗工作更加精准高效,真真切切让百姓感受到了医疗服务的便利与温暖。

# “世界慢阻肺日”宣传义诊进社区



通讯员 梁鹏超

**本报讯** 为提升居民对慢性

阻塞性肺疾病(慢阻肺)的防治意识,结合“世界慢阻肺日”,七星街道社区卫生服务

中心围绕“呼吸不顺畅,当心慢阻肺”主题,在南星社区党群服务中心开展健康宣传与义诊活动。

活动现场,专家带来专题讲座,以《慢阻肺基本知识预防治疗》为题,用通俗易懂的语言讲解慢阻肺的成因、早期症状与预防措施。医生们还开展集中义诊咨询,为前来咨询的居民提供专业的病情评估和个体化治疗建议。现场的量血压、测血糖服务,得到居民的一致好评。针对长期吸烟、有咳嗽

咳痰症状的高危居民,该中心还提供免费肺功能筛查,其中发现部分疑似病例并建议其进一步检查,实现早发现、早干预的目的。

此次活动普及了慢阻肺防治核心知识,打破了居民的认识误区,增强了高危人群的早期筛查意识。该中心将继续定期开展此类慢性病防治活动,推动健康教育工作常态化、精细化,为守护辖区居民的生命健康不懈努力,为健康中国建设贡献基层力量。

## 健康在线

# “冬藏”正当时,进补有门道

通讯员 岳艳

“冬令进补,来年打虎”,这句流传千年的民间谚语,蕴含着深刻的养生智慧。它告诉我们:利用冬季好好调养,能为来年的健康打下坚实基础,让人精力充沛、身体强健。那么,为什么冬季是进补的“黄金期”?具体又该如何科学进补?

一、为什么冬季是进补的最佳时机?

自然规律:封藏之季

自然界有“春生、夏长、秋收、冬藏”的规律。冬季天气寒冷,万物潜藏,人体的阳气也内收,新陈代谢减慢,但消化吸收功能相对增强。此时进补,身体能更好地将营养物质吸收并储存于体内,从而滋养五脏,培补元气,为来年春天的生发积蓄能量。

能量消耗与储备

为了抵御严寒,人体需要更

多的能量。通过进补高热量、有营养的食物,可以帮助身体维持体温,增强免疫力,预防疾病。

“打虎”的真正含义

“来年打虎”是形象比喻,意指坚持冬季调养,到了春天你会感到身体更强壮、精力更旺盛,仿佛浑身是劲。它象征着抵抗力提升、不易生病,工作学习更有状态。

二、冬季进补,可以这样做

饮食进补

民以食为天,对阳虚、怕冷人群,冬季进补以温补类食物为主,牛羊肉、乌鸡肉、韭菜、桂圆、核桃、生姜、大枣都是不错的选择;大多数人群可以吃点枸杞、山药、芡实、莲子、黑芝麻、黑豆、黑米等黑色食物;阴虚、易上火人群可以进补鸭肉、猪肉、鸡蛋、牛奶、银耳、百合、梨这类食物平衡温补食物带来的燥热。

生活习惯“进补”

保证睡眠,早睡早起:冬季应

顺应自然“藏”的规律,保证充足的睡眠,有利于阳气的潜藏。

适度运动,微汗即可:冬季不宜进行大汗淋漓的剧烈运动,推荐散步、慢跑、太极拳、八段锦等,以身体感觉温暖、微微出汗为度。

注意保暖,重点部位:尤其要保护好头、颈、背、脚这些容易受寒的部位。“寒从脚起”,晚上用热水泡脚是非常好的冬季保健方法。

保持心情舒畅:多晒太阳,与朋友家人多交流,晴天多出去走走,保证情绪平稳。

进补的注意事项

1. 因人而异,辨证进补:进补前最好了解自己的体质。如果自己无法判断,可以咨询中医师或到医院做个体质辨识。比如,湿热体质的人就不适合大吃羊肉,否则会“火上浇油”。

2. 滋补适度,防止壅滞:再好的东西也不能过量。如果进补后出现口干、便秘、长痘等“上火”症状,说明补过头了,应减少温补食

材,增加一些萝卜、白菜等清淡食物来疏通肠胃。

3. 脾胃先行:如果本身脾胃虚弱、消化不良,应先调理好脾胃(比如喝点山药粥),再进补,否则虚不受补,反而会增加肠胃负担。

4. 外感生病时暂停:感冒、发烧、咳嗽或有其他急性疾病时,应暂停进补,以免“闭门留寇”,加重病情。

三、特殊人群如何进补?

长期患有慢性病,或持续消化功能欠佳,睡眠不好的亚健康人群,建议在医生指导下进行个性化调理。合理使用膏方,也是抓住冬季进补时机的有效方式之一,但务必在专业医师辨证后定制使用。

跟紧冬季这个“蓄能”的黄金时期,通过合理的饮食、规律的作息和适度的运动,为身体打下坚实的健康基础。只要方法得当,来年春天你一定能感受到一个更加精力充沛、充满活力的自己!

# 献血传递希望 携手挽救生命

